



各イベントに参加する際は、マスクの着用をお願いします。また、新型コロナウイルス感染症の状況により、**イベント開催の可否、内容の変更**などがある場合があります。最新の情報は市ホームページで確認いただくか、問い合わせ先へご連絡ください。



ちゅどんどん施設情報



▲朱漆樹下人物堆錦印籠

令和3年度第3期常設展「土の嗜みとお洒落をみよう」琉球の土、日本の武士」琉球王国時代の土と呼ばれる身分の人々の嗜みや道具を日本の武士文化とあわせて紹介します。

期間 5月11日(水)まで※諸事情により変更する場合があります。

場所 常設展示室

観覧料 高校生以下無料／一般200円／大学生130円／65歳以上160円

浦添市美術館
☎(879)3219
FAX(878)1221
メールアドレス bijutsu@city.usace.jp

▲美術館 ホームページ
▲美術館 Facebook

■休館日：毎週月曜日

申し込み 3月1日(火)～17日(木)までに電話・カウンターで受け付け



▲ハーモニーセンターページ

市民協働・男女共同参画
ハーモニーセンター
☎(874)5711

■男性の家事・育児参加推進講座開催
『ママもパパも！家事育児参画で明るい未来を！』

「男性」の家事・育児参画の現状や、パートナーと支えあうためのヒント、アイデアを学んでみませんか。

講師 渡辺 真由美氏(べ.らばらとり代表理事)

視聴方法 インターネット上(Vimeo)で動画を公開

配信期間 3月7日(月)～25日(金)予定

対象 興味のある人ならどなたでも無料でご覧になれます。詳しくは市ホームページをご覧ください。

浦添市消防本部
☎(875)0119

■救急法講習会(普通Ⅰ)「助けたい」

思いをフザに救急法
成人への心肺蘇生法やAEDの使い方など救命処置を目的としたコース

日時 3月19日(土)午後1時～午後4時

場所 消防本部2階 講堂

浦添市保健相談センター
☎(875)2100

■産後ケア事業

助産師が家庭訪問等を行い、心身ケアや育児相談等を実施します。

対象者 産後1年までの母親と乳児で、心身の不調または育児不安等がある人

利用料 自己負担あり(市町村民税非課税世帯、生活保護世帯は無料)

浦添市立図書館
☎(876)4946

■休館日：毎週月曜日 22日(火) 31日(木) 資料整理日

■各イベント

※受け付け時に検温・マスク着用をお願いします。

●SMOOTH TRANSITION
アメリカ情報コーナープログラム
小学校から中学に入る前に中学英語を楽しく学ぼう。

日程 3月5日(土)アメリカの文化にふれてみよう、3

■常設展関連講座「近世琉球における土族の嗜み(諸芸)」

日時 3月12日(土)午後2時～午後4時

場所 美術館講堂

受講料 無料(要当日券)
講師 麻生 伸一氏(沖縄県立芸術大学准教授)

申し込み 電話で予約受け付け中。先着15人程度まで

■國吉清絵画展
2014年から始めた絵画。作り上げてきた作品を振り返ります。

期間 3月23日(水)～27日(日) ※最終日は午後3時まで

場所 企画展示室3

観覧料 無料

浦添市リサイクルプラザ
☎(861)3196

■休館日：毎週月曜日 22日(火)

●面講座の受け付けは、3月1日(火)午前9時から

※来館の際はマスクの着用をお願いします。

■みつばちのお話とみつろうラップ作り

日時 3月26日(土)午後2時～午後4時

参加費 1560円

持ち物 クッキングシート、新聞紙2日分

定員 10人

■着物のリメイク「トートバッグ作り」

日時 3月30日(水)正午～午後4時

月12日(土)【英語に親しもう】

※両日とも午前10時～午前11時受け付け 先着10人程度

講師 ダーシー先生(ALT講師)

対象 小学校高学年

申し込み 各プログラムの前日までに電話・カウンターで受け付け

●ボードゲーム会

ボードゲームを体験してみよう

日時 3月6日(日)午前10時～正午

受け付け 先着6人

対象 小学校高学年～大学生(22歳まで)

申し込み 3月5日(土)までに電話・カウンターで受け付け



▲色々なボードゲームを用意しているよ！

●英語のおはなし会

浦添市国際交流員による英語の絵本の読み聞かせ

日時 3月8日(火)午後3時30分～午後4時

●ここに赤ちゃんおはなし会
絵本と手遊びを中心としたおはなし会

日時 3月18日(金)午前11時30分～正午

受け付け 先着4組

対象 0～2歳児とその保護者

参加費 1060円

持ち物 ミシン、裁縫セット、ミシン糸(白と黒)

定員 8人



▲着物をリメイクして作ったトートバッグ

●不用品提供のお願い
衣類、中高生の制服、本(マンガや週刊誌、百科事典等は除く)台所用用品、ベビー用品その他雑貨(電池・電気用品は除く)など、誰かに使って欲しい物がありましたら、衣類や食器類は洗って、次の人が気持ちよく使える状態で持ち込みをお願いします。

不用品持込みの際は、住所を確認できる運転免許証などをご持参ください。物品の転売やフリーマーケット等の出品は、提供者の気持ちを踏みにじる行為となりますのでご理解とご協力をお願いします。

●食器の無料貸し出し

「使い捨て食器を減らそう！」イベントや行事、冠婚葬祭などで使える食器や道具が多数あります。貸し出しは浦添市以外の人も可能ですので、ぜひご利用ください。※持ち出しの際はマイバックをご持参ください。

児童センター Information

開館日 月～土曜日
開館時間 午前10時～午後6時



- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開館時間の変更あり。
- 行事など詳しくは各児童センターへ直接お問い合わせください。

こども政策課
わんぱく係
(内線☎3646)



【健康シリーズ】

3月は自殺対策強化月間です。

本市の直近5年間の自殺者数の合計は62人です。

近年、新型コロナウイルス感染症の影響で生活様式が変化し、さまざまな問題が生じることで全国的に自殺者数が増加傾向にあります。自殺は過労や生活苦、家庭問題、いじめ、孤立等さまざまな要因が複雑にからみあって生じています。自殺を考えている人は「死にたい、でも生きたい」と揺れ動いており、サインを発しています。眠れない、食欲がない、気分が沈む等、いつもと様子が違う人がいましたら、声をかけ、話を聴き、本人の理解を得て相談機関、医療機関等へ相談しましょう。悩みやストレスを抱え心の不調を感じている人はひとりで悩まず相談しましょう。

■自殺予防とこころの悩みの相談先

●浦添市保健相談センター
☎(875)2100

土日祝日・年末年始除く/
午前9時～11時・午後1時～4時

●沖縄いのちの電話
☎(888)4343

年中無休/午前10時～午後11時

●日本いのちの電話連盟
☎0120(783)556

年中無休/午後4時～午後9時まで
※毎月10日のみ午前8時～翌日午前8時



まずは話してみませんか？

ぜひご覧ください

こころの健康パネル展

3月の自殺対策強化月間に合わせてこころの健康パネル展を開催します。

■期間 3月1日(火)～8日(火)
■場所 浦添市立図書館 1階

健康づくり課 ☎(875)2100



乳幼児・ママさん健診【全て無料です】

内 容	日 程	受付時間	場 所
前期乳児健診(3～4か月児)	個別健診(医療機関) ※4月以降は集団健診になる予定です。	医療機関にお問い合わせください	市と契約している医療機関
後期乳児健診(9～10か月児)	3月20日(日)	予約制(保健相談センターへ) ※LINEもしくは電話で要事前予約	保健相談センター
1歳6か月児健診	3月3日、10日、17日(全回木曜日)	午後1時15分～午後2時15分 ※LINEもしくは電話で要事前予約	保健相談センター
3歳児健診	3月2日、9日、16日(全回水曜日)		
2歳児歯科健診	個別健診(医療機関)	歯科医療機関にお問い合わせください	市と契約している歯科医療機関
妊婦歯科健診			
産婦健診(産後8週以内)	個別健診(医療機関) ※産後2週目と1か月頃の健診2回分が助成対象(上限額1回あたり5千円)	受診予定の医療機関にお問い合わせください	市と契約している医療機関



マタニティスクール

食事と妊婦健診結果の関連・食事の選び方・妊婦ジャケットの装着体験・赤ちゃん人形やフードモデル展示等

対象 ▶ 妊婦さんとそのパートナー(市内在住者)

日時 ▶ 4月29日(金・祝)午前9時～正午

場所 ▶ 保健相談センター

申し込み ▶ 3月29日(火)～4月22日(金)まで

※オンラインスクールになる場合があります。



ベビースクール(離乳食教室)

離乳食についての講話やデモンストレーションなど。

対象 ▶ 4～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住者)

日時 ▶ 3月11日(金)午後1時～午後3時30分

場所 ▶ 保健相談センター

申し込み ▶ 3月8日(火)まで

※お子さんは預けて来ていただくことをおすすめしています。

- 各健診の対象者には通知書を送付しています。詳しくは通知書の内容をご確認ください。
- 産婦健診、妊婦歯科健診の受診票は親子健康手帳交付時にお渡ししています。
- 新型コロナウイルスの影響で健診の案内が遅れています。最新の情報は市ホームページをご確認ください。