



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。



**浦添市保健相談センター**  
☎(875)21100  
☎(875)1579  
産後ケア事業



▲ここに赤ちゃんおはなし会の様子

助産師が家庭訪問などを行い、心身ケアや育児相談などを行います。

**浦添市立図書館**  
☎(876)4946  
休館日：毎週月曜日、21日(火・春分の日)、31日(金・資料整理日)  
●各イベント(要事前申し込み)  
申し込み 3月1日(水)から各イベント前日まで、電話・カウンターで受け付け。  
定員 各イベント4組10人以下  
●英語のおはなし会  
国際交流員等による英語の絵本の読み聞かせ  
日時 3月14日(火)午後3時30分～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17日(金)午前10時30分～11時  
対象 0～2歳児とその保護者

**浦添市リサイクルプラザ**  
☎(861)3196  
休館日：毎週月曜日、21日(火・春分の日)  
●不要になった服の活用「マルシェバッグ作り」  
日時 3月29日(水)正午～午後4時  
参加費 1360円  
持ち物 裁縫セット、ミシン、ミシン糸  
定員 8人  
●不用品提供のお願い  
衣類、中高生の制服、本(マンガ、週刊誌、百科事典等は除く)ベビー用品等誰かに使って欲しいという物がありましたら、住所を確認できる免許証等を持参の上、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。

**児童センターInformation**

開館日時 **月～土曜日 午前10時～午後6時**  
(夜間開放 火・木 午後6時～10時)

対象者 0～18歳未満の児童およびその保護者

利用方法 無料で利用できます!(要利用登録)

児童厚生員 募集中です!

学童クラブに入れなかった児童の相談も承ります

※詳しくは各児童センターにお問い合わせください。

詳しくはこちら▼

子ども政策課 わんぱく係 ☎(876)1282

**お知らせ**

**新型コロナワクチン接種**

現行の予防接種法では、新型コロナワクチンの接種期間は**令和5年3月31日**までとなっています。今後の方針については、現在厚生労働省が検討しています。4月以降の接種方法については、新しい情報が入り次第、ホームページ等でお知らせします。

※こちらの情報は、2月16日時点のものです。

予約方法

電話予約 (平日/午前9時～午後5時)  
コールセンター ☎0570(057)023

インターネット予約(24時間対応)  
浦添市コロナワクチン予約

▲ネット予約はコチラ

**健康シリーズ**

**大切に未来へつなぐ命!**

浦添市 こころの健康 サポーター

3月は自殺対策強化月間です

「一人で悩まないで、まずは話をしてみませんか?」

自殺は、その多くが“追い込まれた末の死”であり、生活・経済苦、育児や介護疲れ、過労、健康問題、孤独等さまざまな要因が絡み合っていることが知られています。こころやかだの不調に早く気づき、寄り添い、支えることで、かけがえない命を救うことができます。一人で悩まず、相談機関や医療機関等へ相談しましょう。

詳しくはこちらへ

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
- 日本のいのちの電話連盟 ☎0120(783)556  
年中無休/午後4時～9時まで  
※毎月10日のみ午前8時～翌日午前8時

**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(水)～10日(金)  
場所/浦添市立図書館 1階

健康づくり課 ☎(875)2100

**常設展関連講座「沖縄の木と日常の漆器と琉球漆器」**

美術館所蔵湯庫の「復刻作品の製作過程」と「漆工芸品を日々の生活で使うこと」をお話しします。

講師 渡慶次 弘幸氏、渡慶次 愛氏(木漆工とけし)

日時 3月5日(日)午後2時～4時

料金 常設展当日観覧チケットが必要

場所 美術館 講堂

定員 25人(要事前申し込み)



▲常設展「色と形と文様と一漆器のいろは」

**浦添市美術館**  
☎(879)3219  
☎(878)1221  
メールアドレス: [bjurui@city.usace.jp](mailto:bjurui@city.usace.jp)  
休館日：毎週月曜日(祝日は開館)

**第3期常設展「色と形と文様と一漆器のいろは」**

期間 1月29日(日)～6月4日(日)

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

「ギャラリートーク」  
日時 毎週日曜日午後2時から

**浦添市消防本部**  
☎(875)0119

**救急法講習会(普通Ⅰ)**

「助げたい思いをワザに救急法」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18日(土)午後1時～4時

場所 消防本部2階 講堂

定員 20人(市内在住・在勤の人優先)

費用 無料

申し込み 講習日前日まで(定員に達し次第締め切り)

※電話、メールで受け付け

**新・琉球漆芸研究会2023 31首里城扇額の色も変わる、前知識**

基調報告と4人の研究報告で琉球漆芸の復元や色について考えます。

主催 浦添市美術館

日時 3月4日(土)午後1時～5時

場所 美術館 講堂

料金 無料

定員 30人(要事前申し込み)

※電話、メールで受け付け

**第13回知花花織展**

伝統工芸品に触れ合う機会場の場として、知花花織を展示します。

主催 知花花織事業組合

期間 3月10日(金)～12日(日)

場所 講堂・エントランスホール

観覧料 無料

**にじいろものがたり おなはし会「ステキ動画配信」**

あなたのステキを、物語を通して一緒に探してみませんか? 物語の読み聞かせ動画を配信します。

読み手 城間勝 氏(一般社団法人ちむぐみ他)

配信期間 6月30日(金)まで

▲詳しくはこちら

**市民協働・男女共同参画 ハーモニーセンター**  
☎(874)5711

キャリアをあきらめない! ワークライフバランス講座 第3回「その日は突然にやってくる?仕事と介護の両立のヒント」

仕事と介護の両立に関する講座を動画配信します。キャリアをあきらめず、無理のない介護のヒントを探してみませんか?

講師 中松光氏(となりのカイゴ屋さん) ココカラハピネス、渡辺真由美氏(べ・らぼらとり代表理事・キャリアコンサルタント)

配信期間 3月31日(金)まで

費用 無料

▲詳しくはこちら

**乳幼児・ママさん健診【無料】**

保健相談センター ☎(875)2100

各健診の対象者には通知書を送付しています。1歳6か月児健診は1歳9～10か月頃、3歳児健診は3歳9～10か月頃の案内になります。※コロナ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。

内容	日程	受付時間	場所
乳児健診(集団健診) 要予約	【前期】 3～4か月児	3月12日(日)	保健相談センター LINEまたは電話で 事前予約してください。 ☎(875)2100
	【後期】 9～10か月児		
幼児健診(集団健診) 要予約	1歳6か月児(全回木曜日)	3月2日、9日	市と契約している 歯科医療機関
	3歳児(全回水曜日)	3月1日、8日	
2歳児歯科健診(個別健診)	歯科医療機関に 問い合わせください		市と契約している 医療機関
妊婦歯科健診(個別健診)	医療機関に 問い合わせください		
産婦健診(産後8週以内)	医療機関に 問い合わせください		

●産婦健診は、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)。  
●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。  
●乳児健診では県薬剤師会によるお薬相談コーナーもあります。希望する人はお薬手帳を持参してください。

**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10日(金) 午後1時～3時30分

場所 ▶保健相談センター

申し込み ▶3月7日(火)まで

※ゆっくり講話を聞くために、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。