

平成30年
(2018年)

No.160

7月

うるま

夏が来た!

楽しい「うるま」を満喫しよう!!



- ・特集：うるま感動体験…………… P2～5
- ・まちの話題…………… P6
- ・保健だより…………… P7
- ・国民健康保険課からのお知らせ…………… P8
- ・後期高齢者医療保険からのお知らせ…………… P9
- ・年金だより…………… P10
- ・ゆらてく通信…………… P11

- ・商工労政課からのお知らせ…………… P12
- ・としょかんだより…………… P13
- ・台風シーズンを迎えます!事前対策のポイント…………… P14
- ・くらしの情報…………… P15～23
- ・平成31年度採用 うるま市職員募集/
ハーリーシーズン到来!!うるま市ハーリー大会日程…………… P24

海中道路 スタンドアップパドル(SUP)体験

がっつり遊ぶ

マリナクティビティ

📅 通年開催

🕒 9時～16時30分
(所要時間:1時間30分)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **3,000円**
(保険料・ライフジャケット含む)

●開催場所:海中道路
●定員:1名～10名
●申込み期限:前日の12時まで
●備考:レンタル別途
サンダル200円 ウェットスーツ500円



初心者歓迎!今人気のマリナクティビティ

サーフボードの上に立ってパドルを漕いで海をのんびり進みます。海中道路の海は波も穏やかで遠浅。インストラクターが丁寧にサポートするので、初めての方でも安心です。



シーカヤック体験

がっつり遊ぶ

マリナクティビティ

📅 通年開催

🕒 9時～16時30分
(所要時間:1時間30分)

💰 体験料(大人・小人同額)
(保険料・ライフジャケット含む)
海中道路コース **3,000円**
浜比嘉島コース **5,500円**

●開催場所:海中道路・浜比嘉島
●定員:1名～40名
●申込み期限:前日の12時まで
●備考:レンタル別途
サンダル200円 ウェットスーツ500円



海上探検!お子様にも人気のシーカヤック

カヤックは波風に強く転覆の心配もほとんどありません。2人乗りのカヤックもあり、お子様と一緒に楽しめる人気です。水面に近い視線からは、陸上からでは見られない別世界の景色を楽しめます。



動画でチェック!



泡盛を寝かせる! うるまの海でダイビング

がっつり遊ぶ

マリナクティビティ

📅 通年開催

🕒 予約時間に応じる
(所要時間:3時間/1ダイブ)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **15,000円**
(保険料・泡盛代含む)
※機材レンタルフルセット別途3,500円

●開催場所:うるまの海
●定員:1名～6名それぞれは応相談
●申込み期限:3日前の12時まで
●備考:Cカード保持者対象のプランです
※協会では酒販免許を取得しています



波の天然ゆりかごで自分だけの熟成泡盛を

泡盛は適度な揺れで熟成が進むのだそうです。市内にある4つの酒造所からお好きな泡盛を選び、海底の穏やかな波の揺れで1年間熟成させます。

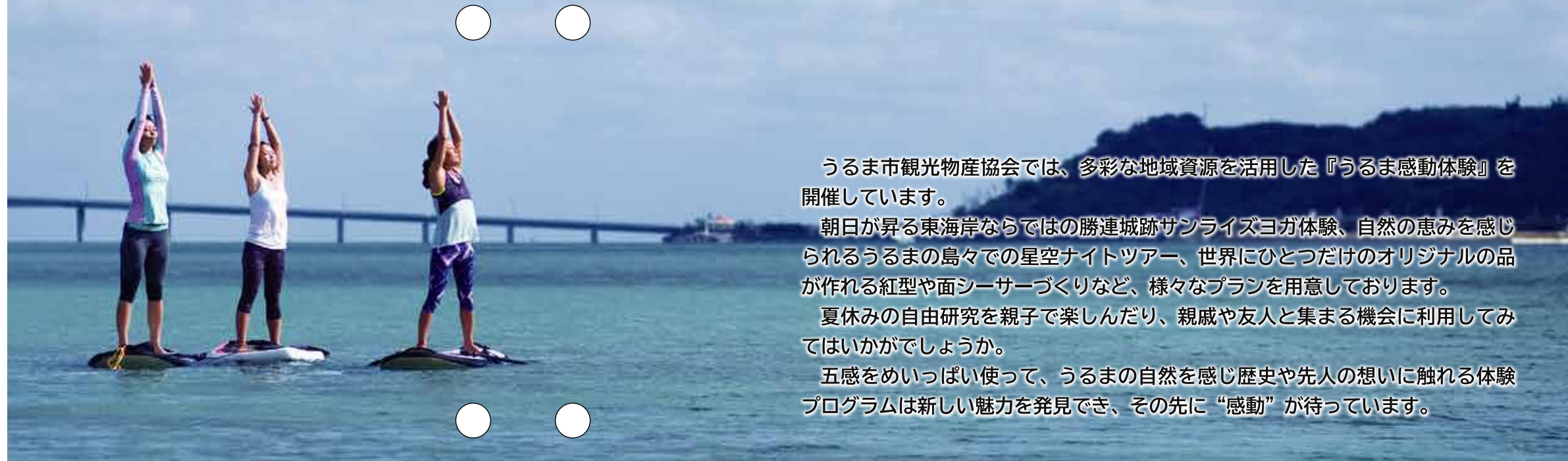
うるまの海で熟成泡盛!どんなお味に仕上がるか楽しみですね。

動画でチェック!



行こうよ、うるま。

うるまで、遊ぼう。



うるま市観光物産協会では、多彩な地域資源を活用した『うるま感動体験』を開催しています。

朝日が昇る東海岸ならではの勝連城跡サンライズヨガ体験、自然の恵みを感じられるうるまの島々での星空ナイトツアー、世界にひとつだけのオリジナルの品が作れる紅型や面シーサーづくりなど、様々なプランを用意しております。

夏休みの自由研究を親子で楽しんだり、親戚や友人と集まる機会に利用してみてはいかがでしょうか。

五感をめいっぱい使って、うるまの自然を感じ歴史や先人の想いに触れる体験プログラムは新しい魅力を発見でき、その先に“感動”が待っています。

うるま

URUMA TOURISM EXPERIENCE PROGRAM

感動体験

うるまの「楽しい」がいっぱい。

星空ナイトツアーin URUMA

うるまの景色を楽しむ!

📅 5月～11月
※期間以外は応相談

🕒 日没後
(所要時間:1時間30分)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **2,500円**
(撮影料込み)

●開催場所:うるまの島々
●定員:10名～25名
●申込み期限:3日前の12時まで



離島の夜空は天然のプラネタリウム

海中道路とその先の島々は星が明るく見え、天体観測がしやすい環境です。星のソムリエが解説を交えながら楽しくご案内!うるま市出身の星空カメラマン「アラカキヒロミツ」氏が記念写真を撮影します。



勝連城跡でsunrise YOGA

うるまの景色を楽しむ!

📅 4月～11月
※期間以外は応相談

🕒 開催日により変動
(所要時間:1時間30分)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **1,500円**

●備考:レンタルヨガマット300円
●定員:3名～30名
●申込み期限:3日前の12時まで



世界遺産で朝日を浴びながらヨガ体験

海から昇る朝日を浴びながら、幻想的な雰囲気ヨガを体験してみませんか?開放感あふれる景色の中、世界遺産の神秘的エネルギーを感じながら至福のひとときを。



美ら島海道レンタサイクル

うるまの景色を楽しむ!

📅 通年開催

🕒 貸出時間 10時～16時
(返却17時)

💰 体験料(大人・小人同額)
※140cm以上から貸出可
おひとり **2,000円**

●料金に含まれるもの:ヘルメット・保険
●定員:1名～10名
●申込み期限:空きがあれば当日でも貸出できます。



離島散策は自転車がオススメ!

海中道路から続く島々は昔ながらのサンゴの石垣に赤瓦の古民家が立ち並んでいます。懐かしい沖縄の原風景を自転車で巡ってみませんか?海をのぞいてみれば、ウミガメに出会えることも!



3

広報うるま
2018 7月号

広報うるま
2018 7月号

2

うるまーい「浜比嘉じかん」

文化・手作り体験



📅 通年開催

🕒 9時～15時
(所要時間:2時間)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **4,000円**
※保護者同伴の場合、小学生以下のお子様は参加無料

●開催場所:浜比嘉島
●定員:2名～20名
●申込み期限:前日の12時まで




ガイドと巡る!のんびり浜比嘉島散歩

「うるまーい」は「うるま巡り」という意味です。ガイドが案内しながら浜比嘉島の集落と一緒に散策。しまんちゅ交流タイムでは、個性豊かな島人と楽しくゆんたくしましょう。

伊計島でカンカラ三線づくり

文化・手作り体験



📅 通年開催

🕒 9時～16時30分
(所要時間:2時間)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **3,500円**

●開催場所:伊計島の民家
●定員:2名～10名
●申込み期限:3日前の12時まで




オジーに教わりながら作るカンカラ三線

沖縄の戦後復興を支えたカンカラ三線。冗談が大好きな伊計島の名物オジーと自宅の古民家でゆんたくしながら製作体験!完成後はオジーと一緒に演奏してみましょう。大人にはどこか懐かしく、子供には新鮮な音色です。

うるまの「楽しい」がいっぱい!





うるま

URUMA TOURISM EXPERIENCE PROGRAM

感動体験



あがり うたき

【東の御嶽（シヌグ堂）】

東の御嶽では、旧暦の6月28日と8月28日の年2回「シヌグ祭り」が行われます。シヌグ祭りは昔、戦に敗れた「平良忠臣」とその一味がシヌグ堂に身を隠し、難を凌（しの）いだという故事から始まりました。※『うるまーい「浜比嘉じかん」』の散策コースのひとつです。

うるま感動体験・ご予約方法とお問合わせ先

お問い合わせ/日程・体験内容の確認

ご希望の体験について、ご希望の日時等下記までお問い合わせください。

※電話・メール・HPからの予約リクエストも可能です。

お申込み/日程・体験内容の決定

ご希望日時に空きがあればご予約成立。

※先約がある場合等もごさいます。その場合は相談のうえ、日時を決定。

Let's 体験!

事前に集合場所や必要な服装、持参物の案内をさせていただきます。当日、指定場所にお越しください。スタッフがお待ちしています。

※その他多数の体験メニューを用意しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

一般社団法人

うるま市観光物産協会

TEL 098-978-0077

受付時間 平日 9:00～18:00 ※年中無休(年末年始を除く)

FAX 098-978-1177

MAIL info@uruma-ru.jp

WEB http://uruma-ru.jp/experience



5

広報

うるま

2018 7月号

太田焼で面シーサーづくり!

文化・手作り体験



📅 通年開催

🕒 予約時間に応じる
(所要時間:2時間)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **2,000円**
※焼き上がり後発送の場合、送料は別途

●開催場所:うるま市内各地
●定員:4名～10名
●申込み期限:2週間前まで



手軽に作れて手軽に飾れる壁掛けシーサー

うるま市太田に窯元を構える「琉球太田焼」。陶房の職人さんに直接教えてもらいながら作ります。お友達や家族と一緒に楽しく製作!夏休みの工作にも。

うるまの紅型染め体験

文化・手作り体験



📅 通年開催

🕒 9時～16時30分
(所要時間:2時間)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **2,500円**

●開催場所:工房など(人数に応じて)
●定員:2名～20名
●申込み期限:2日前の12時まで
(6名まで、それ以上は1週間前)



沖縄伝統工芸「紅型」は今や人気の現代アート!

海中道路や勝連城跡、闘牛など、他にはないうるまらしいデザインを紅型で鮮やかに彩ってみませんか。講師が丁寧に指導しますので、お子様や初めての方でも楽しめます。

浜比嘉島のお塩を入れて作る! とんぼ玉制作体験

文化・手作り体験



📅 通年開催(水～日)

🕒 12時～17時
(所要時間:1時間)

💰 体験料(大人・小人同額)
おひとり **3,000円**

●開催場所:浜比嘉島の工房
●定員:1名～2名/回
●申込み期限:前日の12時まで



可愛くてオシャレなマースクセサリー作り

琉球開闢の神が住んだと伝わる浜比嘉島。昔ながらの製塩方法で作る、高江洲製塩所の特別な塩をガラスに封じこめて製作したとんぼ玉を、ストラップなど可愛いアクセサリーに仕上げます。



【GABA商品開発に関するパネルを手にする
中部農林高等学校の生徒と関係者の皆さん】



【ばんじろうのぜんざい】
GABA白玉が入った
ぜんざい



【ばんじろうのおやつ】
GABAの風味が広がる
パウンドケーキ



【ばんじろう】
中農生が製作した
キャラクター

三者共同開発…中部農林高等学校×ふくや×GABA生産組合

グアバ茶を使ったパウンドケーキの販売開始に伴い、中部農林高等学校食品科学科の生徒、グアバ生産組合及びふくやの関係者らが、市長への報告のため市役所を訪れました。グアバ生産組合より、中部農林高等学校へグアバパウダーを使用した加工品開発の依頼があり、約1年半の開発期間を経て、グアバ茶パウンドケーキが完成しました。同ケーキとともに、グアバパウダー入り白玉が入ったぜんざいも、和洋菓子の店ふくや(安慶名一丁目)にて販売されています。

島袋市長は、中部農林高等学校の生徒らに対し、「今後も、グアバパウダーを使った新しい食品を開発し、うるま市のグアバを広めてほしい」と期待を述べました。

5/31

グアバ茶を使ったパウンドケーキ販売開始

三者共同開発…中部農林高等学校×ふくや×GABA生産組合



【教育委員 田幸 正彦氏】



【教育委員 石川 聡氏】



【教育長就任式】にて
市職員に向け挨拶する
嘉手刈教育長

6/7

新教育長に 嘉手刈 弘美氏が就任

栄門忠光前教育長の任期満了に伴い、新たな教育長に嘉手刈弘美氏が就任しました。就任に伴い、市役所にて「教育長就任式」が行われました。また、新教育委員には、田幸正彦氏と石川聡氏が就任しました。

教育長就任のあいさつ

教育長就任にあたり、ご挨拶申し上げます。

これまで、長きに渡り、教育行政に携わった経験を活かして、市民誰もが「楽しく」「自由に」「豊かに」学べる生涯学習社会の実現に向け、取り組んでまいります。

また、「連携・協働」をキーワードとして、教育委員を始め、学校、PTA、自治会などとの関係をより密にして、様々な教育施策を推進して参ります。

うるま市教育行政の更なる充実に努めてまいりますので、市民皆様のなごご理解とご協力をお願い致します。

うるま市教育長 嘉手刈 弘美



市内の障がい者就労支援事業所が中心となつて「あおぞらマーケット」が市役所東棟北側の芝生エリアで行われました。

同イベントでは、各事業所で作った手作りのお菓子や雑貨などの販売、ミニライブ等が行われ、多くの来場者で賑わっていました。

5/18

あおぞらマーケット開催！ 手作りを届けた♪



【表彰を受けた兼城氏（前列中央）】

うるま市消防団員として、長きにわたり活動したことが評価され、兼城正光氏（前消防団長）が同賞を受賞し、消防本部にて、銀杯授与式が行われました。

兼城氏は、消防団員として34年間活躍し、団長任期時には、県内で初となる機能力団員を導入するなど、消防団の組織拡大や人材確保に努めました。

5/18

消防団活動34年 消防庁長官表彰

兼城 正光氏



四輪駆動の車が悪路を走行し、その運転技術などを競い合う「うるま市4WDトライアル大会」が石川美原地内にて開催されました。

同大会には、中学生や女性を含む20名のドライバーが参加。大きなエンジン音が響き渡るなか、観客から大きな声援や歓声が上がり、会場は大いに盛り上がりしていました。

5/20

四駆車がオフロードを爆走!! 『4WDトライアル大会』



【感謝状を手にする吉村氏】

苦情や意見・要望を受け、公正・中立の立場から関係行政機関に必要なあつせんを行います。

行政相談委員として国民の行政に対する苦情の解決等に特に尽力されたことが評価され、沖縄県行政評価事務所長より市行政評価委員である吉村氏（平安座）に対し感謝状が贈呈されました。

うるま市では、月に1回、行政相談を行っています。国や行政機関等への

5/24

沖縄県行政評価事務所長より感謝状

吉村 文男氏

栄養成分表示を活用しよう！

～かしこく食べてあなたも家族も健康に～

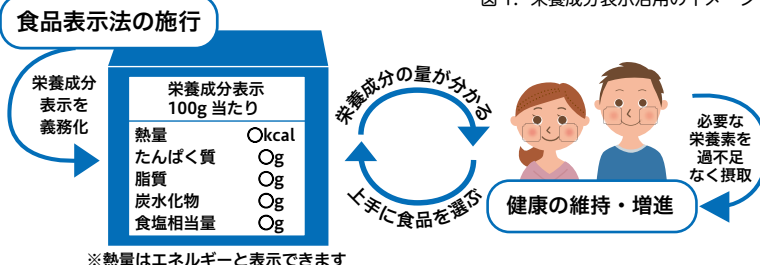
栄養成分表示は、健康づくりに役立つ重要な情報源

平成 27 年 4 月 1 日に食品表示法が施行され、容器包装に入れられた加工食品には栄養成分表示として、熱量、たんぱく質、炭水化物、ナトリウム（食塩相当量で表示）が必ず表示されることになりました。

この新たな食品表示制度の経過措置期間である 2020 年 3 月までに、栄養成分が表示されてある食品が増えていくことになります。

栄養成分表示を見れば、食品の熱量（エネルギー）や栄養素の量がわかります

図 1. 栄養成分表示活用のイメージ



栄養成分表示を活用して、なにを減らす なにを増やす

◆食塩相当量を減らす ～高血圧予防～

日本人は食塩をとり過ぎています。食塩のとり過ぎは高血圧を引き起こし、脳血管疾患、心疾患、腎臓病などの原因になります。

血圧は、歳を取ってから、急に上がるものではありません。子どもの頃の早い時期から、食塩摂取量を少なくすることで、加齢による血圧上昇を抑え、高血圧を予防することができます。

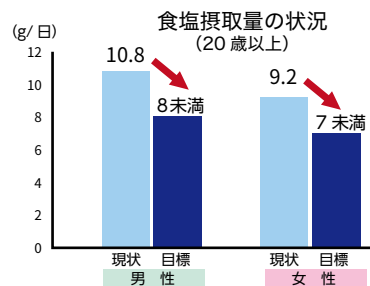


図 2. 食塩摂取量の状況

図 3. 食品相当量の表示例

栄養成分表示 1食 (Og) 当たり	
エネルギー	Okcal
たんぱく質	Og
脂質	Og
炭水化物	Og
食塩相当量	Og

ここをチェック

◆「肥満」や「やせ」を減らす ～適正体重の維持～

エネルギーの摂取量と消費量のバランスがとれているかは、体格 (BMI) で評価することができます。

生活習慣病予防の観点から、肥満を減らすとともに、特に高齢期では虚弱予防の観点から低栄養傾向の人を減らすことが重要です。※BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

年齢	BMI (kg / m ²) の目標
18 ～ 49 歳	18.5 ～ 24.9
50 ～ 69 歳	20.0 ～ 24.9
70 歳以上	21.5 ～ 24.9

表 1. 目標とする BMI の範囲 (18 歳以上)

図 4. エネルギーの表示例

栄養成分表示 1食 (Og) 当たり	
エネルギー	Okcal
たんぱく質	Og
脂質	Og
炭水化物	Og
食塩相当量	Og

ここをチェック

例) 体重 70kg 身長 168cm の人の場合 ▶ 70 (kg) ÷ 1.68 (m) ÷ 1.68 (m) = 24.8

◆たんぱく質、脂質、炭水化物の摂取バランスの維持 → 炭水化物のうち、食物繊維の摂取量を増やす

生活習慣病予防の観点から、たんぱく質、脂質及び炭水化物の摂取バランスを維持します。その際、脂質のとり過ぎに注意します。

炭水化物の一部である食物繊維の摂取量は著しく不足しています。男性で 1 日 20 g 以上、女性で 1 日 18 g 以上が目標量です。食物繊維の表示は義務ではありませんが生活習慣病予防との関連から表示することが推奨されています。

栄養成分表示 1食 (Og) 当たり	
エネルギー	Okcal
たんぱく質	Og
脂質	Og
炭水化物	Og
食塩相当量	Og

図 5. たんぱく質、脂質、炭水化物の表示例

ここをチェック

食物繊維を表示する場合は、糖質と食物繊維の両方が表示されます。

栄養成分表示 1食 (Og) 当たり	
エネルギー	Okcal
たんぱく質	Og
脂質	Og
炭水化物	Og
糖質	Og
食物繊維	Og
食塩相当量	Og

図 6. 食物繊維の表示例

もっと詳しく知りたい方は⇒ 消費者庁 栄養成分表示

検索

出典) 図 1 ～ 6 消費者庁ウェブサイト
表 1 日本人の食事摂取基準 2015



国民健康保険課からのお知らせ



平成 30 年度国民健康保険税の納期限	
1 期	平成 30 年 7 月 31 日
2 期	平成 30 年 8 月 31 日
3 期	平成 30 年 9 月 30 日※
4 期	平成 30 年 10 月 31 日
5 期	平成 30 年 11 月 30 日
6 期	平成 30 年 12 月 31 日※
7 期	平成 31 年 1 月 31 日
8 期	平成 31 年 2 月 28 日

※口座振替の場合は、第 3 期の振替日が 10 月 1 日、第 6 期の振替日が 12 月 25 日となりますのでご注意ください。

◆平成 30 年度の国民健康保険税の納付が 7 月から始まります

平成 30 年度の国民健康保険税納税通知書を 7 月上旬にお送りします。最寄りの金融機関やコンビニ、うるま市役所本庁舎国民健康保険課窓口で納めてください。各出張所では納付できませんのでご了承ください。

◆平成 30 年度国民健康保険税の課税限度額について

平成 30 年度より地方税法等の改正に伴って、国民健康保険税の課税限度額が下記のように改正されます。詳しくは国民健康保険課ホームページをご覧ください。

H 29 年度	課税限度額
医療分	54 万円
支援分	19 万円
介護分	16 万円



H 30 年度	課税限度額
医療分	58 万円
支援分	19 万円
介護分	16 万円

◆どうしても納付が困難な時は・・・

そのままにせずお早めに国民健康保険課窓口までご相談ください。分割納付のご相談や、申請によって受けられる減免制度等があります。

申請により受けられる制度

①減免制度

失業や営業不振、病気等により著しく所得が減少した場合、災害等のため著しい被害にあった場合に、所得割が減免される制度があります。該当すると思われる方は **平成 31 年 2 月末日までに** 申請してください。

②非自発的失業者にかかる軽減措置

会社の倒産や解雇・雇止め等により失業し、雇用保険を受給している方について、国民健康保険税を軽減する制度があります。雇用保険受給資格者証をご持参の上、申請してください。

◆所得の申告について

国民健康保険税では申告等に基づき所得の判定を行っています。**申告等がない場合**、適切な課税がされないばかりでなく、**軽減・減免等を受けることができません。**

また高額療養費支給の際、上位所得者（所得の多い世帯）とみなされるため、払い戻しが受けられないことがあります。

申告がまだお済みでない方はお早めに市民税課等でお手続きください。

◆『納税(付)関係証明書』が必要な方へ

『納税(付)証明書』が急ぎで必要な方は、**身分証と納付したことがわかる領収書や通帳（口座振替後、記帳したもの）**をお持ちください。

※システムにて納付の確認を行っていますが、お支払い後、納付されたことの確認がとれるまでの期間の目安として**納付書払いの場合**は、3 日～2 週間程度、**口座振替の場合**は、3 日程度かかります。

※ご理解の程、宜しくお願いいたします。



手続き簡単！ペイジー口座振替受付サービス

キャッシュカードで口座振替の手続きが完了！ 納付の手間なく 納め忘れのない口座振替！

登録手続き

- ①本人確認
↓
- ②専用端末機にキャッシュカードを通す
↓
- ③暗証番号入力
↓
- ④口座登録完了

必要書類

- 納税通知書
- 身分証明書
- 金融機関のキャッシュカード
- 委任状（別世帯の方が手続きに来る場合）

サービス対応金融機関

- 琉球銀行
 - 沖縄銀行
 - 沖縄海邦銀行
 - ゆうちょ銀行
 - 沖縄県労働金庫
 - コザ信用金庫
- ※沖縄県農業協同組合については、従来の口座振替依頼書による申込手続きとなります

受付場所

国民健康保険課
(市役所本庁舎東棟 1 階)

※本庁舎、各出張所、指定金融機関、郵便局にて、口座振替依頼書及び通帳届出印による従来の申込み方法も引き続きご利用いただけます。

後期高齢者医療保険からのお知らせ

8月から被保険者証が切り替わります。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限 平成31年7月31日	
交付年月日 平成 30年 8月 1日	
被保険者番号	12345678
住所	うるま市石川石崎1-1
氏名	後期 太郎
性別	男
生年月日	昭和 5年 7月 5日
保険取得年月日	平成 20年 4月 1日
有効期日	平成 20年 4月 1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	39472139 沖縄県後期高齢者医療広域連合

現在お持ちの後期高齢者医療被保険者証は、8月から新しい被保険者証に切り替わり、**有効期限が平成31年7月31日になります。**

平成30年6月20日までに**保険料を完納した方は**、新しい被保険者証を7月中旬以降順次郵送します。

○**保険料を滞納している方は**、平成30年7月31日までにうるま市役所本庁舎（東棟）国民健康保険課後期高齢者医療係窓口で保険料納付と被保険者証の切り替えをお願いします。

※各出張所窓口では切り替えできません。

○**事前に窓口受取を希望し申請されている方は**、平成30年7月31日までにうるま市役所本庁舎（東棟）または各出張所窓口で被保険者証の切り替えをお願いします。

7月から後期高齢者医療保険料の納付が始まります。

平成30年度の後期高齢者医療保険料の納付通知書を7月上旬に送付いたします。最寄りの金融機関やゆうちょ銀行（郵便局）・コンビニエンスストアにて納めてください。

- 年金天引きにより保険料を納付されている方は**、納付通知書は届きませんが、年金天引き額のお知らせ通知（ハガキ）が届きます。
- 口座振替により保険料を納付されている方は**、納付通知書は届きますが、金融機関窓口等で納付する必要はありません。各期の月末（全納希望者については7月末）に、ご登録されている口座から保険料が引落とされます。※納付通知書に「保険料は口座振替による納付となります。」と記載してあります。
- どうしても納付が厳しいときは**、災害やその他特別な事情により、生活が著しく困難になり、保険料の納付が難しい場合は、納付相談により保険料の減免や分割納付などができる場合があります。滞納のままにせず、お早めにご相談ください。

70歳以上の皆様へ

平成30年8月から「限度額適用・標準負担額減額認定証」・「限度額適用認定証」の交付申請ができます。

住民税非課税世帯等（低所得Ⅰ・低所得Ⅱ）に該当される方は、申請により、入院時又は、高額な外来診療を受けるときの一部負担金と、入院時の食事代を減額するための「限度額適用・標準負担額減額認定証（以下、減額認定証という）」の交付を受けることができます。

また、高額療養費制度の見直しに伴い、8月より現行の現役並み区分が現役並み区分Ⅰ・Ⅱ・Ⅲに細分化されます。（※詳しくは、窓口またはホームページにてご確認ください。）現役並み区分Ⅰ・Ⅱに該当される方は、申請により、一部負担金限度額を減額するための「限度額適用認定証」の交付を受けることができます。交付を受けられる対象かどうかは**お電話でも確認できます**ので、来庁前に下記の連絡先までお問い合わせください。

～過去に減額認定証を取得したことのある方～

70～74歳の方は再度申請手続きが必要です。75歳以上の負担区分低Ⅰ・低Ⅱの減額認定証に該当している方は、被保険者証に同封しております。

また、平成29年度中に負担区分Ⅱの減額認定証を取得して90日を超える入院をしている場合、申請すると食事代が減額されます。直近の入院日数（91日以上）が確認できる領収書等をご持参ください。減額は申請翌月から適用されます。

※平成29年度に長期入院該当の減額認定証を交付された方も申請が必要です。平成30年8月31日までに更新手続きをしてください。

※世帯に税の未申告者がいると所得区分判定が出来ないため、「減額認定証」・「限度額適用認定証」の交付ができません。未申告者がいる場合は、所得申告をお願いします。

お問い合わせ先：国民健康保険課 TEL 973-3177（後期高齢者医療係）・989-5347（給付係）

年金だより

後納制度が9月で終了します。

国民年金保険料の納め忘れがある方は、早めに国民年金係または、コザ年金事務所へご相談ください。

市民課
国民年金係
☎973-5498

後納制度について

これまでは、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができませんでしたが、平成27年の10月から平成30年9月までの3年間に限り、国民年金保険料を納めることができる期間が5年に延長（「後納制度」といいます）されています。

過去5年以内の保険料を納めていたことで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給権につなげることができます。

よくある質問

Q & A

Q1 5年前の保険料が払えるの？

A1 国民年金に加入していた期間で、納付済・免除期間を除き時効となつた5年以内の期間の納付ができるようになっていきます。

したがって、平成30年8月時点では、平成25年8月分以降の納められなかつ

た保険料を納めることができます。

なお、時効になっていない2年以内の期間について、保険料の滞納がある場合には、併せて納付していただきますようお願いします。

Q2 当時の保険料額のまま支払えるの？

A2 お申込みいただいた年度から起算して3年度目以降に保険料をお支払いただく場合、当時の金額に「加算額」を加えた保険料を納付することになります。

（例）平成30年度にお申込みの場合、平成27年度分以前の保険料に加算が付きま

Q3 現在、老齢基礎年金を受給中であるが、年金額を増額したいので5年遡って保険料を納付できるの？

A3 後納制度は、65歳未満で老齢基礎年金をお受取りになっていない方が対象になりますので、すでに老齢基礎年

金をお受取りになっている方（繰上請求を含む。）はご利用いただけません。

※65歳以上で年金受給権のない方は一部対象になります。

後納制度をご利用いただける方

- ① 20歳以上60歳未満の方
 - ② 5年以内に納め忘れの期間（納付・免除以外）や未加入期間をお持ちの方
 - ③ 60歳以上65歳未満の方
 - ④ ①の期間のほか任意加入中に納め忘れの期間をお持ちの方
 - ⑤ 65歳以上の方
- 年金受給資格がなく任意加入中の方など

後納保険料のお申込みについて

後納保険料を納付するためには、事前にお申し込みをいただき審査させていただきます。ただし、審査の結果、後納制度による納付をご利用いただけない場合があります。

詳しくは、「ねんきん加入者ダイヤル」へお問い合わせください。

お問い合わせ

『ねんきん加入者ダイヤル』
0570-0003-0004

免除期間をお持ちの方へ

「追納」をおすすめします

国民年金保険料の免除（全額免除・一部免除）・納付猶予・学生納付特例の承認を受けられた期間は、後納制度をご利用いただけません。

納付を希望する場合は、10年以内の免除期間を納付できる「追納制度」をご利用ください。

これらの保険料免除や納付猶予などを受けた期間については、年金を受け取るために必要な受給資格に算入されますが、受け取る年金額は全額納付した場合より少なくなります。

このため、これらの期間は10年以内であれば、あとから保険料を納付すること（追納）ができるようになっていきます。将来、受け取る年金額を増額するためにも、追納をおすすめします。

※免除等の承認を受けた3年度目以降に追納すると、当時の保険料に加算額がつきますので、早めの追納をおすすめします。

◎追納のお申込みは、

市役所国民年金係または、コザ年金事務所（☎933-2267）へご相談ください。



生涯学習・文化振興センター ゆらてく 利用団体(サークル)のご紹介

生涯学習・文化振興センター ゆらてく									
番号	サークル名	種別	曜日	活動開始時間	番号	サークル名	種別	曜日	活動開始時間
1	バレエで アン・ドゥ・トロワ	バレエ	月	19:30	24	具志川結舞踊	民踊	第1水	10:00
2	ゆらてく ズンバサークル	ズンバ	月	13:30	25	フォークソング 愛好会 Mint	ギター・歌	第2・第4木	20:00
3	三線サークル三和の会	三線	月	16:00	26	zumbaclub ズンバイラクラブ	ズンバ	木	18:00
4	琉舞サークル寿の会	琉舞	月	13:00	27	表千家茶道部 (FM うるま倶楽部)	茶道	木	14:00
5	Magic spice (月)	ダンス	月	18:30	28	Magic spice (木)	ダンス	木	19:00
6	エンジョイミュージック 和み(火)	楽器演奏	第2・第4火	20:00	29	エンジョイミュージック 和み(金)	楽器演奏	第1・第3金	20:00
7	フラサークル・ カピリナ	フラ ダンス	火	19:30	30	アートドリーム (絵画)	絵画	金	14:00
8	大正琴サークル・ コスモス	大正琴	火	13:00	31	歌声サークル 「わらべの会」	合唱	金	10:00
9	うるま市太極拳同好会	太極拳	火	19:00	32	ウクレレサークル Ali・i	ウクレレ	第1・第3金	19:30
10	タティングレース 同好会	手芸	第1・第3火	20:00	33	クリスタルコール うるま	混声合唱	第4金	19:00
11	わくわくサークル	第1火曜日 書道 第3水曜日 短歌	第1火 第3水	10:00	34	ギターラ・うるま	ギター	金	19:00
12	着物リメイク	手芸	第1・第2火	10:00	35	とんとんみー 三線クラブ	三線	第1土	9:00
13	虹の会(水彩画)	水彩画	火	14:00	36	沖縄大正琴研究会 (FM うるま倶楽部)	大正琴	土	10:00
14	具志川火踊会	民踊	火	14:00	37	山野草同好会	山野草	第1土	14:00
15	具志川吟詠会	詩吟	水	14:00	38	A-ONE (ダンススポーツサークル)	ダンス	土	19:00
16	書法研究会	書道	水	19:00	39	ウェーブ俳句勉強会	俳句	第2・第4土	15:00
17	アラブ音楽& ベリーダンス	楽器・ ダンス	水	9:30	40	自分らしい生き方を するネットワーク (S-Net)	講話	第1日	14:00
18	うるま若水会	民踊	水	9:00	41	古典音楽三線部 (組踊地謡研修)	組踊地謡	第2日	10:00
19	うーぶ山会(5月より 昼の部・夜の部)	陶芸	水	14:00 20:00	42	演劇集団「こかげ」	演劇	月2回 日	20:00
20	ウイオハナ(UiOhana)	フラ ダンス	水	19:00	※各地区公民館にて一覧表を配布しております。 詳細は各地区公民館までお問い合わせ下さい。 ※サークルへの入会などについては活動日にご来館の上、直接お尋ねください。				
21	フラサークル・ カピリナBチーム	フラ ダンス	水	10:00					
22	Magic spice (水)	ダンス	水	19:00					
23	コーラスわかば	コーラス	第2・第4水	13:00					

ゆらてく通信

生涯学習のススメ

ゆらてく
石川地区公民館
勝連地区公民館
与那城地区公民館

☎988-15508
☎964-13433
☎978-17194
☎978-16836

ゆらてく・公民館 講座のご案内

※各講座とも、定員を超えた場合は抽選となります。
※日程、内容など変更する場合もございます。ご了承ください。
※受講料は無料ですが、講座によっては教材費を徴収する場合がございます。お申し込みの際にご確認ください。

受講生募集!

足もみで命薬 ～ヌチグスイ～ (全3回)

【日 時】8月8・15・29日 毎週水曜日 午後2時～4時
【場 所】勝連地区公民館 【講 師】具志愛子氏
【定 員】15人 【受付期間】7月23日(月)～7月30日(月)
◆お問い合わせ・お申込先◆ 勝連地区公民館 ☎978-7194

さあTRI!だ!DIY!

【日 時】8月4日(土) 午前9時半～午後12時半
【場 所】ゆらてく 【講 師】依田 敏氏
【定 員】親子10組 【受付期間】7月10日(火)～7月20日(金)
◆お問い合わせ・お申込先◆ ゆらてく ☎988-5508

スマートフォン・タブレット講座 (全5回)

【日 時】8月13・14・15・20・21日 月・火・水曜日 午後2時～4時
【場 所】ゆらてく 【講 師】小池 みさお氏
【定 員】20人 【受付期間】7月23日(月)～7月30日(月)
◆お問い合わせ・お申込先◆ 与那城地区公民館 ☎978-6836

ミステリーサークルの謎 ～生命の未来は～

【日 時】8月11日(土) 午後2時～4時 ミステリーサークル展示会
【場 所】ゆらてく 【講 師】入山 伸二氏 8/1(水)～8/10(金)
【定 員】20名(親子参加も可能) 【受付期間】7月17日(火)～7月27日(金)
◆お問い合わせ・お申込先◆ ゆらてく ☎988-5508

身体が喜ぶ発酵あれこれ

【日 時】8月22日(水) 午前10時～午後1時
【場 所】ゆらてく 【講 師】園崎 香代子氏 新里 千恵美氏
【定 員】20人 【受付期間】7月30日(月)～8月6日(月)
◆お問い合わせ・お申込先◆ 与那城地区公民館 ☎978-6836

親子でプログラミング

【日 時】8月11日(土)①午前10時～正午 ②午後1時～3時
8月12日(日)③午前10時～正午 ④午後1時～3時
【場 所】石川地区公民館 【講 師】与古田 英明氏
【定 員】小学生親子(①～④)各6組 【受付期間】7月17日(火)～7月31日(火)
◆お問い合わせ・お申込先◆ 石川地区公民館 ☎964-3433

商工労政課 からの お知らせ

【お問い合わせ】
商工労政課 ☎923-7634

① 「ミスうるま選出大会2018」 出場者募集!

うるま市の公共的な諸行事に市民の代表として参加し、市のPRに一役かっていたたく、知性あふれる健康で明るい女性を選出する大会です。数多くの皆様のご応募をお待ちしております。

【2017年】

ミスうるまグリーン：フラデラ朝美
ミスうるまスカイブルー：比嘉寿々奈
ミスうるまカトレア：天願優笑



【対象】

- (1)うるま市に在住もしくは、勤務している満18歳以上の未婚の女性(※高校生は除く)
- (2)「ミスうるま選出大会2018」以降、

1年間観光PR及び公式行事に参加できる方。

【申込方法】うるま市観光物産協会及びうるま市ホームページにてご確認ください。

【申込期限】8月3日(金)

【問】うるま市観光物産協会

☎978-00077

・商工労政課 ☎923-7634

② ミスうるま制服デザインコンペ 参加者募集

ミスうるまが公共的な行事等で着用する制服のデザインを募集します。採用者には、うるま祭りで行われる「ミスうるまお披露目式」にて表彰し、金一封を差し上げます。

【対象】プロ・アマ問いません。たくさんのご応募をお待ちしています。

【申込方法】市ホームページよりご確認ください。

【申込期限】8月3日(金) 必着

【問】うるま市観光物産協会

☎978-00077

・商工労政課 ☎923-7634

③ 『第9回ひびの沖縄にーびち 余興王決定戦』出場者募集について

沖縄の結婚式といえば、余興! 沖縄県独自のざっくばらんでチャンプルーな余興に敬意を表したイベントです。今年度につきまして、予選会を開催するか現在のところ未定です。うるま市ホームページに最新情報を更新しますので、随時確認をお願いします。

【問】うるま市建設業者会

☎923-11038

・商工労政課 ☎923-7634

④ 『第13回うるま祭り』 ステージ出演者募集!

うるま祭りのステージに参加いただける市民又は団体を募集いたします。あなたも、うるま祭りに参加して、祭りを一緒に盛り上げてみませんか? 皆様のご参加お待ちしております!!

【開催日】10月20日(土)、21日(日)のいずれか ※うるま祭り当日

【申込方法】市ホームページでご確認ください。

【申込期限】8月10日(金) 必着

直接の申し込みは、平日午前9時~午後5時までの受付となります。

【問】商工労政課 ☎923-7634

⑤ うるま市製品の販売会開催!

毎年7月は県産品奨励月間となっていることから、うるま市においても市産品奨励月間と位置づけております。市産品の愛用啓発と地場産品の消費喚起を促進するため、市産品の販売会を開催いたします。

【開催日】7月6日(金)~8日(日)

午前10時~午後7時

【場所】イオン具志川

1階食品売り場レジ前

【問】うるま市商工会

☎964-3104

⑥ うるま市創業セミナーのご案内

うるま市商工会では、特定創業支援事業として、7月~8月の間「創業セミナー」を5回コースで開催いたします。

す。申し込みや詳細については、うるま市商工会へお問い合わせください。

【対象】創業予定者および創業3年未満

【定員】30人

【参加料】5,000円

※商工会会員は無料

【申込方法】商工会ホームページ、または申込サイト(下記QRコード)より

【問】うるま市商工会 担当:長浜

☎978-3168



⑦ コザしん創業スクールのご案内

コザ信用金庫では、特定創業支援事業として、「創業スクール」を全7日間開催いたします。申し込みや詳細については、コザ信用金庫へお問い合わせください。

①無料体験講座

【日時】7月28日(土) 午後3時~5時

②本講座

【日時】8月18日~11月10日までの隔週

土曜日

午前10時~午後5時の全7日間

※11月10日のみ午前9時30分~午後5時30分

【場所】コザ信用金庫本店2階会議室

(沖縄市上地2-10-1)

【定員】30人

【受講料】15,000円(税込)

【お問い合わせ】コザ信用金庫

企業支援部(池原、嘉数)

☎933-11137(代表)

としょかんだより

中央図書館 974-1112
石川図書館 964-5166
勝連図書館 978-4321



今月のおすすめ資料

図書館では、毎月テーマ別に特集を組んでたくさんの資料を展示・紹介しています。

★今月のテーマ★

中央館：外国の歴史に触れてみよう！（一般）
あつまれ～夏！！（児童）

石川館：夏のお出かけ…海派、山派？（一般）
ぼく、わたしの夏休み！（児童）

勝連館：おばけ だいしゅうごう！



☆館内利用者用コンピュータ端末およびホームページからご覧になれます。

読み聞かせにこの1冊

絵本の世界へご招待

『夏がきた』

はじり としかど
羽尻 利門 作

あすなろ書房（所蔵館：勝連）

セミの声、風鈴、麦茶の氷、花火…。夏ならではの音を、子どもの一日を通して、あざやかな絵で表現しています。「楽しみに待っていた夏がきた！」という嬉しさが伝わってくる一冊です。



ブックイズ!?

今回は、絵本のクイズを出すよ。3つの中から答えを選んでね。答えを探しに図書館にきてね！

『ぶたのたね』（佐々木 マキ 作・絵／絵本館）でおおかみがこれまでに食べたことのあるものは、やさいと何でしょう？

①ぶた ②木の実 ③おばあちゃん



問題



暑い夏を 楽しもう!!

今年の夏はどう過ごしますか？計画の方におすすすめ！家族や友人、仲間と楽しく過ごせる一冊を紹介します。

『山城淳塾長の熱血釣り塾』

やましろ すなお
山城 淳 編集／山城 淳

県内で釣れる魚の釣り方や漁場、釣れる季節や時間帯など長年の経験で得た極意を紹介。糸の結び方や針への餌の付け方など初心者でも分かりやすく解説しています。

（一般書）所蔵館 中央・石川・勝連

『キャンプでやってみる子どもサバイバル』

かわぐち たく
川口 拓 著／ベースボール・マガジン社

「サバイバルキャンプ」をしながら、生きるための力を育もう！理論・導入・実践に分けてキャンプをスムーズに行う手順やテクニックを、写真やイラストを使って解説します。

（一般書）所蔵館 中央

『モテ×ウケ！バーベキューレシピと超ラクアウトドア』

ただだバーベキュー 著／学研パブリッシング

簡単でおいしい料理のレシピはもちろん、グッズの紹介や火のおこし方など、“バーベキューを楽しむ方法”を紹介します。

（一般書）所蔵館 中央

夏休み期間中の図書館利用について

夏休み期間中の図書館は、多くの児童・生徒が調べ学習のため来館します。そのため、調べものコーナーが満席になることが予想されます。調べものコーナーは図書館の資料を使って調べものをする席となっていますので、自己資料を持ち込んでの学習はご遠慮ください。より多くの利用者が図書館を気持ちよく利用できるよう、ご協力よろしくお願いいたします。

★借りた資料は、中央館・石川館・勝連館、どの図書館でも返却できます。
★図書館にない本は、リクエストすることができます。

行事案内（7月中旬～8月初旬）

	行事	日時	サークル名等
中央	絵本作家 しろま せいゆう氏 読み聞かせ会	7月14日（土） 午後2時30分～	パネルと原画展 6月29日（金） ～7月15日（日）
	あかちゃんのための おはなし会	7月19日（木） 午前11時～	すだち
	世界の絵本 読み聞かせ会	7月26日（木） 午前10時30分～	韓国国際交流員 朴 垠祉 氏 中国国際交流員 肖 錦彬 氏
	図書館クイズラリー	8月2日（木） 午後2時30分～	受付：7月19日（木） 午前10時～先着10組 対象：うるま市在住の 小学生の親子
石川	夏休み親子工作教室 キラキラレインボー と浮沈子	8月9日（木） 午前10時30分～	受付：7月26日（木） 午前10時～先着10組 対象：うるま市在住の 小学生の親子
	おはなしワールド	7月21日（土） 午前10時30分～	コスモスの会
	Let's go としょかん	8月4日（土） 午前10時30分～	サークルピピ
勝連	夏休み親子工作教室 パカパカおばけ	8月5日（日） 午前10時30分～	受付：7月22日（日） 午前10時～先着10組 対象：うるま市在住の 小学生の親子
	おはなし会	毎週金曜日 午前10時30分～	ラビット
	おはなしパラダイス	7月14日（土） 午前10時30分～	フォリエ
	夏休み親子工作教室 チーズの空き箱で リメイク工作	7月21日（土） 午前10時・11時 午後2時・3時	受付：7月7日（土） 午前10時～各先着5組 対象：うるま市在住の 小学生の親子
	夏休み企画 おやこ絵本 クッキング	7月28日（土） 午前10時30分～	講師：ろくろらえみ 氏 受付：7月14日（土） 午前10時～先着5組 対象：うるま市在住の 小学生の親子 参加料：1人500円
	おはなしパラダイス	8月4日（土） 午前10時30分～	ラビット

図書館休館日

■毎週月曜日

羊の半②：そまのとろろ

台風シーズンを迎えます！

風水害に備えて事前対策のポイント！

防災基地渉外課
防災係
☎ 979-6760

台風や豪雨などによる風水害は、対策によって被害を最小限に止めることができます。気象情報に十分注意し、早めの備えを心がけましょう。

台風から住まいや身を守る！

沖縄地方に近づく台風は、最も勢力が強くなったり、移動速度が遅くなったりするため沖縄地方では長時間、台風の影響を受ける場合があります。

台風災害の防止・軽減には普段からの備えと早めの台風対策を行い、台風接近時においては、常に最新の台風情報を入手し、不用不急の外出を控えましょう。

台風が接近したら、

必ず家の補強を！

強風で飛散したものが近所の家や車等を壊した場合、トラブルの原因になりますので、雨戸・窓ガラス・塀・アンテナ・看板・外まわりの生活用品等を予め堅固に固定しておきましょう。



停電や断水に備え、

非常用品のチェック！

食料・飲料水・懐中電灯・ラジオ・ライター・簡易な衣料品などのチェックを行いましょう。

無理は禁物！

風雨が強くなってから対策を始めるのは危険がともないます。台風の接近が予測されたときには早め早めに準備をしましょう。



局地的大雨から身を守る！

近年、局地的大雨により、河川や排水溝などの思わぬ場所で急激な増水（鉄砲水）被害が発生しております。これら急激な増水（鉄砲水）を事前に予測することは困難ですが、「付近に黒い雲があり周辺で大雨が降っている」「周辺で雷が聞こえる」などの現象を確認した場合、上流で雨が降っている可能性があり、河川や排水溝等の場所から離れましょう。

また、このような場所ですぐ子供が遊んでいる場合は、地域で声を掛け合い、子供たちを危険から守りましょう。

大雨や洪水などの

警報と注意報について！

市町村ごとに発表されます。注意報や警報に注意しましょう。また、洪水などの場合は、高いところに避難して救助を待ちましょう。

山間部・傾斜地・がけ近くは、土砂災害に注意！

土砂災害の前兆として、「小石がパラパラ落ちる」「地面にひび割れができる」「斜面から濁った水が流れ



出る」など、これらの現象を発見したら注意しましょう。

避難の心得！

倒壊や浸水、土砂崩れなどの不安がある方は最寄りの避難所（役所本庁舎・石川消防署・勝連シビックセンター）あるいは親類宅などへ早めに避難しましょう。

避難する時は食料、毛布、常備薬などは自分で用意しましょう。



市では、災害により被災された方へ、以下の支援制度を設け相談に応じております。

制度等	相談内容	お問い合わせ
災害見舞金制度	うるま市在住の方で、災害（災害救助法の適用を受けない災害）により死亡または治療期間が30日以上経過された方、家屋の全壊・全壊・半壊・半壊、部分焼・一部破損及び床上浸水の被害に遭われた方（「り災証明書」の発行を受けた方）を対象に災害見舞金を支給しています。	市民協働課 ☎ 973-5487
固定資産税の相談	災害により被害を受けた固定資産を対象に、固定資産税の相談を行っております。	資産税課 ☎ 973-5394
市県民税の相談	災害により被災された方を対象に市県民税の相談を行っております。	市民税課 ☎ 973-5382
納税の相談	災害により被災された方を対象に納税相談を行っております。	納税課 ☎ 973-1099
国民健康保険税の相談	国民健康保険に加入されている方で、災害により被災された方を対象に国民健康保険税の相談を行っております。	国民健康保険課 賦課徴収係 ☎ 973-3202
後期高齢者医療保険料の相談	後期高齢者医療保険に加入されている方で、災害により被災された方を対象に後期高齢者医療保険料の相談を行っております。	国民健康保険課 後期高齢者医療係 ☎ 973-3177
介護保険料の相談	介護保険第1号被保険者（65歳以上）で、災害により被災された方を対象に介護保険料の減免について相談を行っております。	介護長寿課 ☎ 973-3208
建築確認申請手数料の相談	災害により滅失又は破損した住宅をその災害発生の日から6ヶ月以内に建築又は大規模な修繕をする場合、うるま市に申請を行う建築物について建築確認申請手数料の相談を行っております。	建築行政課 ☎ 923-7601
り災証明書の発行	災害により家屋等が被災した方に、「り災証明」の発行を行っております。「り災証明」は、災害見舞金や損害保険などの申請に必要な場合があります。被災者からの申請により、市や消防が被災した建物等を調査し「り災証明」を発行いたします。	●地震その他の自然災害 防災基地渉外課防災係 ☎ 979-6760 ●火災 消防本部予防課 ☎ 975-2119

【問】 問合せ

【問】 健康支援課 ☎ 973-3209

うるま市食生活改善推進員が考案した『うるまっ子ランチ』の調理実習を開催します。ご家族でふれあいながら「作る楽しみ、みんなで食べる嬉しさ」を体験しましょう。

【日時】 8月19日（日） 午前10時～午後1時

【場所】 健康福祉センターうるみん 3階調理室

【対象】 市内在住の小・中学生とその家族

【定員】 25人

【参加料】 大人500円／小・中学生無料 ※二人目からは100円

【持ち物】 エプロン、三角巾、筆記用具

※小学生は上履きも持参してください。

【申込期限】 7月10日（火）～31日（火）

※定員に達し次第受付終了します

【申込方法】 健康支援課窓口またはお電話でお申込ください。

くらしの情報

イベント情報や各種講演会など、市役所からの大切なお知らせです。詳細については、各お問い合わせ先へご確認ください。

市役所 総合案内 TEL 974-3111 FAX 973-9819

【8月の集団健診日程表】

日 程	場 所	対象行政区
8月16日（木）	平敷屋公民館	平敷屋
8月18日（土）	健康福祉センターうるみん	市内全域
8月19日（日）	健康福祉センターうるみん	市内全域
8月22日（水）	健康福祉センターうるみん	市内全域
8月27日（月）	与那城地区公民館	屋慶名
8月31日（金）	田場公民館	田場

【受付時間】 午前8時30分～11時まで

【申込方法】 当日受付

※対象行政区外に居住している方も受診可能です。

② 8月の集団健診のご案内

8月の集団健診日程をお知らせします。ご都合のいい日程を選んで、是非ともご受診ください。

【対象】

- ① 40歳以上の国保加入者
- ② 後期高齢者医療保険加入者
- ③ 市内在住の19歳～39歳の方
- ※生活保護世帯は19歳以上

【持参するもの】

- ① 40歳以上国保加入者
- ・被保険者証（特定健診受診券一体型）
- ・がん検診はがき
- ② 後期高齢者医療保険加入者
- ・被保険者証 ・長寿健診受診券
- ・がん検診はがき
- ③ 市内在住の19歳～39歳の方（生活保護世帯含む）
- ・生活習慣病予防健診・がん検診はがき

【問】 保健事業係 ☎ 973-4960

【8月の婦人がん検診日程表】

日 程	場 所	対象行政区
8月6日（月）	石川保健相談センター 1階	山城・嘉手苺・県営石川第二団地
8月9日（木）	平敷屋公民館	平敷屋・饒辺
8月21日（火）	うるみん 1階	西原・兼箇段
8月28日（火）	うるみん 1階	川崎・昆布・栄野比

【受付時間】 午後1時30分～2時30分まで

【受付方法】 マンモグラフィ検査は、予約が必要です。

※対象行政区外に居住している方も受診可能です。

③ 8月の婦人がん検診のご案内

乳がん検診や子宮頸がん検診を公民館等で受診することができます。是非この機会に検診を受けましょう。

【対象者】

- 子宮頸がん…20歳以上のうるま市に住民票のある女性
- 乳がん…40歳以上で今年度偶数年齢のうるま市に住民票のある女性

【持参するもの】

- ・婦人がん検診受診券（はがき）
- ・健康保険証または、その他身分証
- ・子宮頸がん受診の方 スカート着用
- ※婦人がん検診受診券（はがき）は、5月中旬に郵送しました。紛失した方は、健康支援課までお問い合わせください。
- ※乳がん検診は、マンモグラフィ検査のみです。
- ※今年度より、集団検診でマンモグラフィ検査を受診される方は、予約が必要になります。

【問】 保健事業係 ☎ 973-4960

平成30年度

みんなの健康ささえ隊
市民健康講座

知ってびっくり！タバコの真実



うるま市は、65歳未満の死亡（早世）が多く、その原因としてがん・心疾患など、生活習慣からくる病気が多いことをあなたは知っていますか？

それらの病気を引き起こす原因として、タバコが最も影響を与えることを知っていますか？

健康はみんなの願いであり、健康づくりに最も効果的なのはタバコ対策といわれています。「タバコを吸わない世代・環境」を育てるため、まずは「タバコの真実」を学んでみませんか？

夏休みの時期です！親子でのご参加もお待ちしております。

【講師】 沖縄大学 人文学部福祉文化学科 教授 山代 寛 氏 やましろう ひろし

【日時】 7月31日（火） 午後7時～8時50分（受付時間：午後6時30分～）

【場所】 健康福祉センターうるみん 3階ホール

【対象】 うるま市民及び在勤者【定員】 150人（要予約）

【入場料】 無料

【申込期限】 7月30日（月）※定員に達し次第締め切ります

【申込方法】 健康支援課窓口またはお電話で申し込み

【申込先・問】 健康支援課 ☎ 973-3209

【問】問合せ

④ 家飲み料理教室 参加者募集

美味しくヘルシーな「おつまみ料理」を作りながら、お酒との上手な付き合い方を学びませんか？

【日時】 8月3日(金) 午後6時～8時
【場所】 健康福祉センターうるみん 3階調理室

【対象】 うるま市在住の方 20歳～64歳
【定員】 25人

【参加料】 無料

【持ち物】 エプロン、三角巾

【申込期限】 7月9日(月)～23日(月)
※定員に達し次第受付終了

【申込方法】

健康支援課窓口またはお電話でお申込ください。

【問】 健康支援課 ☎973-3209

コンビニ証明書
交付サービス

【停止日】
7月21日(土)≪終日≫
9月19日(水)≪終日≫

※システムメンテナンスのため、コンビニでの証明書交付サービスを一時停止いたします。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

【問】 市民課 ☎973-3206

マイナンバーカードの
休日交付日

《7月》

14日(土)、15日(日)
28日(土)、29日(日)

休日交付時間は、
午前9時～午後1時までです。

※交付通知が届いた方のみです。
※事前予約が必要です。
電話予約のうえお越しください。

【問】 市民課 ☎989-5410

こども健康課 ☎989-0220

① 子育て講演会「気持ちよく「コントロール」する力」の育て方

「買って買ってー」「ママじゃなきゃいやー」子どものイヤイヤやわがまま、泣き虫や人見知り。大人はどんなことばかけをしつづける？しつづけてどうしたらいいの？子ども自身が気持ちをコントロールする力を育てることばかけや、親の思いを上手に伝える方法など、脳の仕組みやこころの発達を交えながらお話しします。

【日時】 8月31日(金) 午後2時～4時
【場所】 市役所本庁舎東棟 2階第2会議室

【講師】 仲間 信也
なまましんや
琉球病院・心理療法士

【対象】 乳幼児を子育て中の方、その他関心のある方

【定員】 40人

【託児】 あり(要予約、先着10人程度。同伴も可(会場内プレイマットスペースあり))。

【申込期限】 8月24日(金) まで

【申込先・問】 こども健康課

☎989-0220



② 大人のための思春期講演会

「思春期」は「コロコロカラダも大きく成長する大切な時期です。うるま市の思春期保健を取り巻く現状をお伝えすると共に、沖縄の子どもたちと真正面から向き合っている武藤杜夫氏・少年院卒業生YAYOI氏の熱い講演をお届けします。

大人になる準備をしている「思春期の子どもたち」に「大人」としてどう向き合うか…一緒に考えましょう。

【講師】 武藤 杜夫氏・YAYOI氏
むとう もりお

【日時】 7月26日(木) 午後6時45分開演(受付:午後6時～)

【場所】 市民芸術劇場 燈ホール

【対象】 うるま市在住、在勤の方

※お子さまの入場はご遠慮いただきます

【定員】 先着300人

【入場料・参加料】 無料

【申込期限】 7月24日(火)

※定員に達し次第、締め切ります

【申込方法】 電話、窓口にて受付

【申込先・問】 こども健康課

☎989-0220



【講師】 武藤 杜夫 氏

平成30年度

みんなの健康ささえ隊
市民健康講座

救急救命講習会



病気などで意識を失い倒れた人や、大ケガで出血をしている人に会い、何をしたらいいかわからず困ったというお話を聞いたことはありませんか？今回は、うるま市消防を講師として、心肺蘇生法や応急手当について学びます。あなたの知識・経験が、誰かを救うかもしれません！！お申込み、お待ちしております。

※受講修了者には、うるま市消防より「救命講習修了証」を発行します。

【日時】 8月11日(土) 午前9時～12時
(受付時間:午前8時30分～9時まで)【時間厳守】
【場所】 健康福祉センターうるみん 3階ホール
【講師】 うるま市消防本部警防課 救急係
【対象】 中学生以上の市民または市内在勤者※要予約
【定員】 先着50名※定員に達し次第締め切ります
【参加料】 無料 【申込期限】 8月10日(金)
【申込方法】 健康支援課窓口またはお電話で申し込み
【申込先・問】 健康支援課 ☎973-3209

【問】問合せ

※先着順ではありません。詳しくは市ホームページをご覧ください。

《提出場所》健康福祉センターうるま 3階 男女共同参画センター

【申込用紙配布期間】

7月4日(水)～19日(木)

午前9時～午後5時(土日祝日を除く)

【募集受付】7月10日(火)～20日(金)

午前9時～午後5時(土日祝日を除く)

【参加費】約50ドル(昼食代等)

【申込用紙配布場所】

うるま市3階 男女共同参画センター

※市ホームページでもダウンロードできます

【定員】約20人

※希望者多数の場合、キャンプコート

ニ一涉外官による書類選考後、涉外官

から電話連絡。

※人と話すことが好きな方。(英語力は問いません。)

※説明会及び実施期間中すべて参加できる方。

※保護者の承諾が得られる方。

※市内在住または、市内の高等学校に在籍している高校生。

【参加対象】

【日時】8月13日(月)～17日(金)

※午前10時～午後3時 ※5日間

【場所】キャンプコートニ一内他

【主催】キャンプコートニ一

夏休みを利用し高校生を対象にした

基地内留学体験を開催します。

【主催】キャンプコートニ一

【日時】8月13日(月)～17日(金)

※午前10時～午後3時 ※5日間

【場所】キャンプコートニ一内他

【主催】キャンプコートニ一

夏休みを利用し高校生を対象にした

基地内留学体験を開催します。

【主催】キャンプコートニ一

【日時】8月13日(月)～17日(金)

※午前10時～午後3時 ※5日間

市民協働課 ☎973-8927

キャンプコートニ一
サマージャンボの開催について

【申込先/問】
市民協働課 男女共同参画センター
(健康福祉センターうるま 3階)
☎973-8927

財政課 ☎973-6753

今年のサマージャンボは、
賞金が充実し、魅力UP!!

●サマージャンボ

1等 5億円×21本

(発売総額 630億円・21ユニットの場合)
前後賞各 1億円×42本

(発売総額 630億円・21ユニットの場合)
2等 1,000万円×42本

(発売総額 630億円・21ユニットの場合)
3等 100万円×210本

(発売総額 630億円・21ユニットの場合)
4等 10万円×6,300本

(発売総額 630億円・21ユニットの場合)
●サマージャンボミニ

1等 5,000万円×50本

(発売総額 300億円・10ユニットの場合)
前後賞各 1,000万円×100本

(発売総額 300億円・10ユニットの場合)
2等 1,000万円×100本

(発売総額 300億円・10ユニットの場合)
3等 100万円×1,000本

(発売総額 300億円・10ユニットの場合)
4等 10万円×10,000本

(発売総額 300億円・10ユニットの場合)
【発売期間】

7月9日(月)～8月3日(金)

宝くじの収益金は市町村の明るく住み
よいまちづくりに使われます。

地域農業の5年後、10年後について一緒に考えていきましょう

平成 30 年度農業に関する意見交換会について (人・農地プラン)

農業振興地域を中心とした各地域において、地域農業に関する意見交換会の開催を予定しております。地域の皆様で、地域農業を持続・発展するため、担い手の確保や農地の活用に向けてどのように取り組むべきかについて話し合ってください。

【参加対象者】

- 農業経営の規模拡大を考えている方
- 農業経営の規模縮小・リタイアを考えている方
- 農地を貸したい方
- 新しく農業を始めたい方
- 農地の管理に困っている方、●その他、地域農業に携わっている方など

※台風等の際には、日程を変更する場合がありますのでお問い合わせください。

※複数の地域で農業をされている方など、複数の地域に参加可能となっております。

【地域意見交換会開催日程】

地区名	対象大字(農地所在地)	開催日時	地区名	対象大字(農地所在地)	開催日時
南風原地区	勝連南風原 (場所:南風原公民館)	7月25日(水) 午後7時～9時	下原地区	前原、豊原、塩屋、川田、仲嶺、 上江洲、高江洲、宮里、江洲 (場所:高江洲公民館)	9月6日(木) 午後7時～9時
石川地区	旧石川市地域 (場所:石川地区公民館)	7月31日(火) 午後7時～9時	具志川北地区	天願、昆布、栄野比、川崎 (開催場所:天願公民館)	9月13日(木) 午後7時～9時
宇堅港原地区	宇堅、赤野、田場 (場所:赤野公民館)	8月15日(水) 午後7時～9時	宮城島地区	与那城平安座、与那城桃原、 与那城宮城、与那城上原、与那城池味 (場所:上原公民館)	9月18日(火) 午後7時～9時
兼箇段地区	兼箇段、西原 (場所:兼箇段公民館)	8月21日(火) 午後7時～9時	伊計地区	与那城伊計 (場所:伊計公民館)	9月20日(木) 午後7時～9時
照間地区	具志川、与那城照間 (場所:具志川公民館)	8月28日(火) 午後7時～9時	津堅地区	勝連津堅 (津堅公民館)	9月25日(火) 午後3時～5時
与勝地区	勝連平安名、勝連内間、勝連平敷屋、 与那城西原、与那城、与那城屋慶名、 与那城饒辺、与那城安勢理 (場所:シビックセンター)	9月5日(水) 午後7時～9時	浜比嘉地区	勝連浜、勝連比嘉 (場所:比嘉公民館)	9月27日(木) 午後7時～9時

◆お問い合わせ◆ 農政課 ☎923-7607 (農政課・農業委員会共催)

【問】問合せ

生涯学習スポーツ振興課

☎989-3110

①親子カヌー教室

海洋性スポーツ体験を通し、自然環境の大切さを学び、団体活動における協調性を養うことなどを目的に、親子カヌー教室を開催します。

【日時】 8月19日(日) 午前9時から

【場所】 海中道路

(海の駅あやはし館周辺海面)

【定員】 20組(40人)

【対象】 親子(子は小学生以下)

【参加料】 500円/人(保険料含む)

※その他シャワー代金等は自己負担

【申込期間】 7月16日(月)～8月12日(日)

※定員に達し次第締め切ります。

【申込方法】 生涯学習スポーツ振興課または市内各体育施設事務所に申込書および参加料を提出。

【問】 生涯学習スポーツ振興課
☎989-3110

②成人初心者ゴルフ教室

ゴルフの正しい知識および体力づくり・健康増進と心身のリフレッシュを目的に「成人初心者ゴルフ教室」を開催します！

【日時】 8月6日(月)～9月5日(水)

午後7時～9時

毎週月・水曜日(計10回)

【場所】 美原ゴルフレンジ

【定員】 25人

【対象】 市内在住の成人でゴルフ初心者

【参加料】 500円(保険料含む)

※ただし、ボール代として1,000円を毎回徴収する。

【申込期間】 7月9日(月)～31日(火)

【申込方法】 生涯学習スポーツ振興課または市内各体育施設事務所に申込書及び参加料を提出。

【問】 生涯学習スポーツ振興課

☎989-3110

③うるま市学童水泳大会

学童相互が水泳を通して、健康な身体つくりとスポーツマンシップを養い夏休み期間中の青少年健全育成に努めることを目的に、「うるま市学童水泳大会」を開催します。

【日時】 7月22日(日) 午前9時から

【場所】 石川プール

【対象】 市内在住の小学生

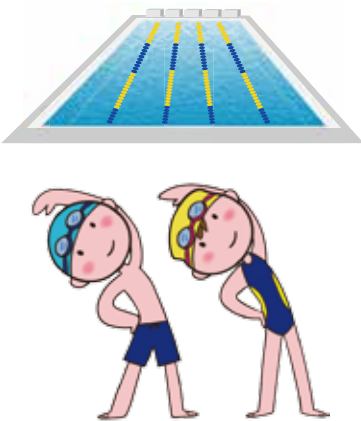
【参加料】 100円/人(保険料含む)

【申込期間】 7月1日(日)～18日(水)

【申込方法】 生涯学習スポーツ振興課または市内各体育施設事務所に申込書及び参加料を提出。

【問】 生涯学習スポーツ振興課

☎989-3110



④水中エクササイズ教室

水中エクササイズ教室では音楽に合わせて体を動かすことによって陸上比べて衝撃が少なく、効率よく有酸素運動を行うことが出来ます！ぜひご参加ください。

【日時】 7月24日(火)・26日(木)・31日(火)・8月2日(木)・7日(火)

午後7時～9時

【場所】 石川市民プール

勝連B&Gセンタープール

【定員】 各施設30人

【対象】 市内在住の小学生

【参加料】 500円(保険料含む)

※申込時に徴収

【申込期間】 7月1日(日)～20日(金)

【申込方法】 生涯学習スポーツ振興課または市内各体育施設事務所に申込書および参加料を提出。

【問】 生涯学習スポーツ振興課

☎989-3110

県立石川青少年の家

☎964-3263

①自然とふれあう家族の集い
「親子でカヌー・バナナボート体験」

親子で一緒に海洋スポーツの楽しさを体験してみませんか。

【日時】 7月29日(日)

午前9時～午後12時30分

【場所】 「海中道路・海の駅」

※現地集合・現地解散

【対象】 小学生以上の親子

【定員】 30人程度

【参加料】 1人 3,000円

【内容】 クリーン活動、カヌー、バナナボート体験

【持ち物】 飲み物、タオル、着替え等
※詳細については、お問い合わせください。

【申込期間】 7月17日(火)～24日(火)

午前9時～午後5時まで

※定員に達し次第締め切ります。

【問】 県立石川青少年の家

☎964-3263

②第3回 健康づくり 石川岳登山

健康県民をめざして日頃から歩く習慣を身につけ、健康保持増進に努めましょう。石川岳登山は変化に富んだコースで体力を培いながら自然を満喫できます。ぜひご参加ください。

【日時】 8月11日(土)「山の日」

午前9時～午後2時

※小雨決行

【対象・定員】 成人(20人程度)

※定員に達し次第締め切ります。

【参加料】 1人あたり、800円

(資料代、保険料含む)

【申込期間】 7月25日(水)～8月3日(金)

午前9時～午後5時まで

【集合場所】 県立石川青少年の家

【持ち物】 水、弁当、軍手、タオル、帽子、着替え、雨具等

【服装】 野外活動に適した服装(長袖、長ズボン) 山歩きに適した靴等

【申込先/問】 県立石川青少年の家へお電話にてお申し込みください。

☎964-3263 担当:天久昇

児童扶養手当・特別児童扶養手当の「現況届」について

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている方は、受給資格確認のため、毎年8月に「現況届」の提出が必要です。この届出がない場合、8月分以降の手当が受けられなくなりますので、必ず届出を行ってください。

該当者への通知は7月中旬頃に発送いたします。

- 所得制限等により手当が支給停止、一部支給になっている方も「現況届」は必要です。
- 「現況届」を提出しないで2年を経過すると、時効になり手当を受ける資格がなくなりますので、ご注意ください。
- 期間中に「現況届」の提出がない場合、12月の支払いに間に合わない場合があります。

※ 届出は、必ず受給者本人が行ってください。(代理人での受付は出来ません)

※ 所得申告がまだの方は、現況届を提出する前に所得の申告をしてください。

※ 混雑が予想されますので、できるだけ個人宛の通知書で指定された日にお越しください。

※ 庁舎間連絡バスもございますので、ご利用ください。

地域	受付期間 ※土、日、祝日は除く	受付場所	受付時間
具志川	8月1日(水)～8月16日(木)※	うるま市役所 東棟3階大講堂	・午前9時～11時30分 ・午後1時～4時
石川	8月17日(金)～8月21日(火)※		
与那城・勝連	8月22日(水)～8月27日(月)※		
全地域 日曜窓口	8月12日(日)		・午前9時～11時30分 ・午後1時～3時

現況届会場にハローワーク相談員が来ます。待ち時間を利用して相談できます。

相談日 8月3日(金)、6日(月)、7日(火)、10日(金)、13日(月)、14日(火)、
17日(金)、20日(月)、21日(火)、24日(金)、27日(月)

相談時間 午前10時～午後4時

重度心身障害者(児)医療費助成金支給申請の手続きが簡単に!

平成30年8月1日(受診分)から

重度心身障害者(児)医療費助成

うるま市

自動償還払い
がスタートします!

うるま市重度心身障害者(児)医療費助成制度とは?

身体障害者手帳1級、2級または療育手帳A1、A2(知的障害)を所持している方に対し、医療費の一部を助成することにより保健の向上に寄与し、福祉の増進を図る医療費助成制度です。

「自動償還払い」とは?

県内の各医療機関での受診の際に、窓口にて健康保険証と受給資格者証を提示し、医療費の自己負担分を全額支払うと、受診月の翌々月の末日に指定された口座へ自動的に助成金が振り込まれます。

振り込み日の変更について

	現 行	変 更 後
振り込み日	申請から約1か月半後の第一または第三水曜日	受診月の翌々月の末日

※「自動償還払い」に伴い振り込み日が変更になります。

【例】平成30年8月受診分は平成30年10月の末日に振り込み。

うるま市身体障がい者協会

☎987-77790

手作り教室（押し花）の開催

障がいの仲間が集い、物づくり（手づくり）、をすることで会話が増え、助け合う心が芽生え、お互いの信頼関係が生まれると思います。皆さまのご参加お待ちしております。

【日時】 7月23日（月） 午後7時

【場所】 健康福祉センター うるまみん 2階 第2会議室

【講師】 大城 里美氏

【対象】 うるま市内の障害者手帳所持者

【定員】 12人 【参加料】 無料

【申込期限】 7月17日（火） 午後5時まで

【申込方法】 お電話でお申込みください。

【申込先】 うるま市身体障がい者協会事務局 ☎987-77790

うるま市社会福祉協議会

☎973-15459

①「点訳奉仕員養成講座」受講者募集

視覚障がい者に情報を届けるお手伝い（点訳広報活動）をする点訳奉仕員養成講座を開催します。

【日時】 8月14日（火）～10月23日（火） 午後2時～4時（全10回）

【場所】 健康福祉センターうるまみん 2階 第2交流室

【対象】 市内在住または在勤で、視覚障がい者への点訳による広報活動や情報提供サービスに協力していただける方。

【定員】 10人 【参加料】 無料

【申込期限】 8月7日（火）

【申込方法】 在宅福祉課窓口またはお電話で申し込みください。

【申込先・問】 うるま市社会福祉協議会（高山） ☎973-15459

②夏・ドキドキビーチ体験参加者募集

日頃、海洋レジャーを体験することが少ない在宅の障がい者（児）を対象に、海洋レジャー（マリッジエット・バスロデオ等の試乗）体験および海水浴体験を開催します。

【日時】 8月5日（日）

午前10時～午後1時30分

【場所】 与那城海中道路海岸（海の駅あやはし館隣）

【対象】 市内在住の在宅の障がい者（児）（重度障害者・身障手帳1・2級肢体不自由含む）で、海洋レジャーを体験するうえで健康上支障のない方。

【定員】 50人 【参加料】 無料

【申込方法】 最寄りの社会福祉協議会へお申込みください。

【申込期限】 7月10日（火）～23日（月） ※定員に達し次第締め切ります。

【申込先・問】 うるま市社会福祉協議会 ☎973-15459

障がい福祉課

小さな勇気で守る人権

～障がい者虐待防止講演会～

市民の皆様と共に障害者虐待を学びながら、誰もが安心して暮らせる街づくりを改めて考えることを目的に開催致します。ご一緒に安心して暮らせる街づくりを考えてみませんか。多くの皆様のご来場を心よりお待ちしております。

【日時】

7月27日（金） 午後6時30分～

【場所】 健康福祉センターうるまみん 3階ホール

【対象】 うるま市民、うるま市に勤務する方

【講師】 石川和徳氏

（石川和徳社会福祉士事務所代表）

【定員】 100人 【入場料】 無料

【申込先・問】 うるま市社会福祉協議会 うるま市地域支援センター あい

☎979-10555

商工労政課 ☎923-7634

平成30年度 後期職業訓練生募集

①総合実務科（知的障がい者対象）

【訓練期間】 平成30年10月1日（月）～平成31年3月8日（金）〔6ヶ月〕

【場所】 具志川職業能力開発校

【定員】 10人

【授業料】 無料 ※ただし、テキスト代・検定代・教材などは自己負担。

②アロマセラピスト養成科（委託訓練）

【訓練期間】 平成30年10月1日（月）～平成31年1月31日（木）〔4ヶ月〕

【場所】 具志川職業能力開発校

【定員】 14人

【授業料】 無料 ※ただし、テキスト代・検定代・教材などは自己負担。

【申込期限】 ①・②共に 平成30年8月1日（水）～29日（水）

【問】 具志川職業能力開発校

☎973-16680

※詳細については、具志川職業能力開発校までお問い合わせください。

ご家庭で、遺伝子組換えパパイアを知らずに、そだてていませんか？
～『台農5号』（未承認遺伝子組換えパパイア）の除去にご協力を！～

国の調査で、県内一部庭先などで、国で栽培や流通が認められていない（未承認の）遺伝子組換えパパイアが生育していることが判明しました。

品種が不明で葉柄の赤いパパイア（右記写真）が生育していたら、未承認の遺伝子組換えパパイアの可能性がありますので、**果実を他人に配ったり、種子を撒いたりするのはやめましょう。**



特徴：葉柄が赤い

無料検査を実施します。（7月以降）

国では、未承認の遺伝子組換えパパイアかどうかについて、7月以降、要望に応じて無料で検査することを予定しております。

検査については、下記連絡先までご相談ください。

※葉柄が赤くても「EXP15」、「甘泉」、「プレミアム」、「農作」等の品種であれば、検査の必要はありません。遺伝子組換えではないものもあります。

連絡先

- ・農林水産省 消費・安全局 農産安全管理課
- ・沖縄総合事務局 農林水産部 消費・安全課
- ・沖縄県 農林水産部 園芸振興課 果樹班
- ・うるま市役所 経済部 農政課 農産係

☎03-6744-2102
☎098-866-1672
☎098-866-2266
☎098-923-7607

【問】 問合せ

うるま市民無料相談所の開設について

①市民無料法律相談【問】 市民協働課 ☎ 973-5487

と き：7月12日（第2木曜日） 午後2時～午後4時

ところ：石川庁舎（1階市民相談室）

と き：7月19日、26日（第3、第4木曜日）
午後2時～4時

ところ：本庁舎東棟1階 市民相談室

※法律相談を受けることができるのは8人までです。

※電話、直接窓口での事前予約が可能です。（前月から予約可）

※電話での予約は市民協働課までお願いします。

②行政相談 【問】 市民協働課 ☎ 973-5487

国、行政、特殊法人についての意見・要望などの相談を行います。

と き：7月24日（火）

午前10時～午後4時（正午～午後1時を除く）

※日程変更の場合がありますので、市民協働課へお問い合わせください。

ところ：本庁舎東棟1階 市民相談室

③人権相談 【問】 市民協働課 ☎ 973-5487

近隣のトラブル、家庭内のもめごと、いじめ、体罰等の人権に関する相談を行います。

と き：7月24日（火）

午前10時～午後4時（正午～午後1時を除く）

※日程変更の場合がありますので、市民協働課へお問い合わせください。

ところ：本庁舎東棟1階 市民相談室

④消費生活相談 【問】 消費生活センター ☎ 973-5692

消費生活に関する商品やサービスの契約トラブル（悪質商法、架空請求、多重債務等）の相談を行います。お気軽にご相談ください。

と き：月曜日から金曜日

午前9時～午後4時（正午～午後1時を除く）

※公休日、台風接近時等は休み

ところ：本庁舎東棟1階 消費生活センター（市民協働課内）

⑤家庭児童相談 【問】 児童家庭課 ☎ 973-5041

家庭における子育ての悩みを相談員と一緒に考えます。

と き：【平日】午前8時30分～午後5時（正午～午後1時を除く）

ところ：本庁舎東棟2階 児童家庭課

⑥女性相談 【問】 児童家庭課 ☎ 973-5041

離婚、DVなど女性が抱える悩みを相談員と一緒に考えます。

と き：【平日】午前8時30分～午後5時（正午～午後1時を除く）

ところ：本庁舎東棟2階 児童家庭課

⑦教育相談 【問】 教育研究所 ☎ 989-9127

教育上の問題や教育に関するさまざまな心配ごとについて専門員が相談内容に応じ、支援を行います。※お電話にて相談申し込み受け付けております。

対 象：幼児・小学生・中学生・保護者・教師

と き：【平日】午前9時～午後5時

ところ：与那城地区公民館2階／
石川庁舎1階 教育相談室「ふたば」

⑧青少年相談 【問】 青少年センター ☎ 923-7102

非行や不登校など、青少年やご家族が抱えている悩みに関する相談を行います。また、18歳未満への学習や就労へのお手伝いをします。

と き：【平日】午前9時～午後4時（正午～午後1時を除く）

ところ：本庁舎西棟3階 青少年センター

うるま市育英会事務局
平成30年度うるま市育英会 入学準備金前期貸費生募集

☎ 923-7111

市育英会では、優秀な学生で経済的理由により就学が困難な者に対し、入学準備金を貸与し、有為な人材を育成することを目的とし、貸費生を次のとおり募集します。

【受付期間】 7月2日（月）～31日（火）

※土・日・祝日を除く

【貸費額】 30万円・40万円・50万円※いずれかを選択

【採用予定数】 平成31年度入学予定者（若干名）

【問】 うるま市育英会事務局（教育総務課内）

☎ 923-7111

※選考により、採用者を決定しますので、応募者全員に貸費できるとは限りません。

※詳細については、育英会事務局までお問い合わせください。

文化財課 ☎ 923-7182

船の模型づくり親子体験教室

船大工による船大工の技術を使った船の模型づくり体験教室の参加者を募集します。夏休みの自由研究も活用できます。

【日時】 8月5日（日）・12日（日）

各日午前9時～正午

【場所】 海の文化資料館

【対象】 小学2年生以上対象

【定員】 10組20人（親子2人1組）

【参加料】 無料

【申込期限】 定員に達し次第締め切り

【申込方法】 電話または来館にて受付

【申込先・問】 海の文化資料館

☎ 978-8831

生涯学習文化振興センター
☎ 923-11571

第14回「うるま市こども文化祭開催」

児童文化振興の一助として、心豊かな児童の育成と言語表現力の向上を目指して、子ども文化祭を開催します。多くの方のご観覧をお待ちしています。

【日時】 8月18日（土）

午前の部：10時30分

午後の部：14時30分

【場所】 うるま市民芸術劇場

【入場料】 500円（高校生以下無料）

【問】 うるま市文化協会

☎ 974-0333

教育研究所 ☎ 923-7158

市立天願幼稚園臨時教諭募集

【必要資格】 幼稚園教諭

【任用期間】 平成30年10月1日

（月）～平成31年3月31日（日）

【勤務日】 平日

【勤務地】 天願幼稚園

【賃金】 月額9,000円

【保険】 健康保険、厚生年金、雇用保険労働災害保険に加入

【申込方法】 履歴書を教育研究所へ提出

【申込期間】

7月2日（月）～31日（火）

【申込先・問】 教育研究所

☎ 923-7158

**第13回(平成30年度 第1回)
沖縄県新規就農相談会の開催について
～農業について聴きたいあれやこれや～**

農業への就職を考えている方を対象として、新規就農相談会を開催します。

農業関係機関が一堂に会し、農業を始めるために必要な情報提供やアドバイスをを行います。

農業を始めたいあなたを応援します。

【日時】8月5日(日)正午から午後3時30分

【場所】沖縄市民会館中ホール
(沖縄市八重島1-1-1)

【対象】農業に興味がある方はどなたでも参加可能

【入場料】無料

【申込方法】事前申し込み不要

【問】(公財)沖縄県農業振興公社 ☎ 882-6801
(一社)沖縄県農業会議 ☎ 889-6027

**平成29年度石油貯蔵施設立地対策
等交付金により次の備品等が整備
されました。**

この交付金を活用し、消火栓標注・標識事業、防火衣の購入(32着)、与勝消防署建設事業のための基金造成事業を行いました。詳細は、ホームページをご参照ください。



防火衣



消火栓標柱・標識

【問】企画政策課 ☎ 973-5005

男女共同参画コーナー

ど～おも～う?

うんとどうかい



男とか女じゃなくて
それぞれが協力して
やればいいんだよ。

市民協働課
(男女共同参画センター)
☎ 973-8927

男女共同参画
平和推進事業

平和朗読会と戦争写真展

本の朗読と沖縄戦の写真を
通して、戦争の悲惨さと平和
の尊さについて考えてみま
しょう。



【日時】7月31日(火) 午後2時～3時

【会場】健康福祉センター「うるみん」3階視聴覚室

【定員】40人

【対象】子どもから大人まで

【申込期間】7月30日(月)まで(平日午前9時～午後5時)

【申込方法】電話または男女共同参画センター窓口へお申し込みください。

【問】男女共同参画センター ☎ 973-8927

「第13回うるま市エイサーまつり」出店業者募集

うるま市エイサーまつりでの出店希望者を募集いたします。

※詳細については、うるま市観光物産協会までお問い合わせください。

【出店日】9月8日(土)・9月9日(日)

【出展場所】与那城陸上競技場

【対象】市内外業者(市内業者優先) 【募集業者数】約35業者

【申込期間】7月23日(月)～27日(金)

【申込方法】出店要綱、申込書については、うるま市観光物産協会HPでダウンロードできます。また、うるま市観光物産協会でも用紙等の配布をしております。

【申込先・問】うるま市観光物産協会 ☎ 978-0077

お子様のことでこんな
不安や悩みありませんか?

- ✓ 運動が苦手
- ✓ 漢字が覚えられない
- ✓ 字を書くのが苦手
- ✓ 長時間座ってられない
- ✓ コミュニケーション力を習得したい

運動×学習でからだところを整え
子供の自立を目指します!

- 対象 お住まいの市町村で受給者証を取得した就学児童(6歳～18歳)
- 料金 国が定める金額の1割(教材費、おやつ代)
- 指導員 教諭免許保持者(英語・国語)、保育士

利用時間 平日 14:00～18:00 土曜日 10:00～17:00 長期休み 10:00～18:00



児童募集集中
お気軽にご相談ください



新規
4月
OPEN

放課後等デイサービス
このひかり
KONOHIKARI

☎ 098-974-5533

沖縄県うるま市西原847-1 丸平マンションⅡ 1F
電話受付時間: 平日9:00～18:00

学校やご自宅への
送迎あり

【問】 問合せ

ご寄付ありがとうございます

うるま市育英会へ

- ◆ やましろう 山城 正 一様 (字豊原) より 5万円の寄付
- ◆ やましろう 山城 正 俊様 (字前原) より 10万円の寄付

うるま市社会福祉協議会へ

- ◆ うえま 義彦様 (与那城平安座) より 3万円の寄付
- ◆ やましろう 山城 正 一様 (字豊原) より 5万円の寄付
- ◆ くばた 秀子様 (与那城屋慶名) より 1,486円の寄付

うるま市母子寡婦福祉会へ

- ◆ あいおいニッセイ同和損害保険株式会社
日本コンセントリクス株式会社様より 128,130円の寄付

自衛官等募集のご案内

● 募集種目 (採用試験)

種 目	受 験 資 格	受付期間	試験日(1次)
航空学生	航空自衛隊は高卒 (見込) 21 歳未満 海上自衛隊は高卒 (見込) 23 歳未満	7月1日～ 9月7日	9月17日
一般 曹候補生	18 歳以上 (高卒見込も含む。) 27 歳未満		9月21日～ 23日
自衛官候補生 (男子)	18 歳以上 (高卒見込も含む。) 27 歳未満		9月21日～ 23日
自衛官候補生 (女子)	18 歳以上 (高卒見込も含む。) 27 歳未満		9月21日～ 23日

【問】 自衛隊沖縄地方協力本部 沖縄募集案内所
沖縄市美里1丁目2番9号 ☎ 937-1608

うるま市の人口

平成30年6月1日現在	前月比
人 口	
男	123,502人 +52
女	61,970人 +33
	61,532人 +19
世帯数	51,766世帯 +75

消防活動状況

平成30年5月 () は平成30年1月からの累計	
救急出動件数	538件 (2,894件)
搬送人員	506人 (2,660人)
火災件数	2件 (23件)

防災一口メモ

土砂災害に対する『全国統一・防災訓練』が実施されました

全国的な取り組みとして毎年6月に行われる「土砂災害・全国統一防災訓練」が、6月3日(日)に豊原区、高江洲、宮城地区(宮城、上原、池味)、6月6日(水)に天願区で実施されました。

訓練は自主防災会が中心となり、うるま警察署、消防団の協力のもと、避難訓練、救出救助訓練、救護訓練が行われ、炊き出し訓練、防災講習会が実施されました。

また、6月9日(土)には、照間区、屋慶名自主防災会合同による、防災救命講習会が実施されました。



【見回り・避難勧告】



【警察による救出救助訓練】



【避難所での炊き出し訓練】



【避難行動要支援者への介助】

ヌーリ川公園整備事業の縦覧図書について

以下の事業について事業計画の変更が認可され、図書の縦覧を行っています。また、本事業区域内において、建築等の制限、土地建物等の先買い、土地の買収請求、都市計画事業のための土地等の収用又は使用などの効力が発生しているため、周知致します。

【事業名】ヌーリ川公園整備事業

【事業地の所在】うるま市字田場、字平良川地内

【事業期間】平成35年3月31日まで

【縦覧場所】道路公園課(本庁舎西棟2階) ☎ 923-7121

青い羽根募金への協力願い

海洋レジャーの事故や船が遭難した場合の人命救助と事故防止を行うための活動資金として活用します。

【期間】7月1日～8月31日

【振込先】沖縄銀行 高橋支店 普通口座 1526329

【口座】公益社団法人琉球水難救済会

【問】公益社団法人琉球水難救済会 ☎ 868-5940

オール電化キャンペーン

よろこび★ふエール

対象期間:2018年5月1日(火)～7月31日(火)

第1弾 2018

電気給湯機 IHクッキングヒーター 期間中ご購入の方に

家族の喜びシリーズが当たる!

応募締切 2018年8月31日(金)

沖縄電力

オール電化キャンペーン事務局 TEL.050-5305-0608

詳しくはWebサイトへ おきでんオール電化 後援

特別講演会

無料

歯は全身の健康のもと

講師 ファーストデンタルクリニック URUMA 歯科医師 高田 隆充

日時 H30年7月22日(日) 10:00-12:00 場所 うるみん3F《視聴覚室A》

お問い合わせ TEL 098-973-8010 sakurashika-clinic.jp/

主催:一般社団法人 歯科業務標準化機構

医療法人社団 秋桜会 〒904-2214 沖縄県うるま市安慶名1-2-18 ファーストデンタルクリニック URUMA TEL 098-973-8010

医療法人社団 秋桜会 〒901-2126 沖縄県浦添市宮城3-3-1 First Dental Clinic SAKURA TEL 098-875-8044

平成31年度採用

うるま市職員募集

愛しています うるま! そんな君を待っている!

● 第一次試験

試験日 平成30年9月16日(日)

● 申込書配布場所

職員課 (うるま市役所本庁舎西棟3階)
※7月17日(火)より配布開始
※うるま市ホームページよりダウンロード可

● 受付期間

7月23日(月)～8月3日(金)

※郵送による申し込みの場合は、8月3日までの
消印があるものまで受け付けます。

● 職種、試験区分

- ・行政職 (上級・中級・初級)
- ・行政職 (保健師)
- ・行政職 (社会福祉士)
- ・行政職 (管理栄養士)
- ・行政職 (臨床心理士)
- ・行政職 (身体障害者対象)
- ・技術職 (建築、土木、機械設備)
- ・消防職 (初級、救急救命士)

詳しくは
市ホームページより
ご確認ください。



【問合せ】うるま市役所総務部職員課人事係 ☎973-5251

初夏の風物詩

ハーリーシーズン到来!!

旧暦の5月4日(ユッカノヒ)にあたる6月17日を皮切りに、航海の安全や豊漁を祈願する「ハーリー大会」が市内各地の漁港で行われます。

うるまの青い海で繰り広げられるレースは迫力満点。息のあった櫓さばきや、ハーリー鐘や指笛、太鼓などが鳴り響く応援も必見です。

ぜひ、会場に足を運び、夏の風物詩「ハーリー」をご覧になってはいかがでしょうか。

ハーリー大会日程		
地 区	日 時	場 所
比嘉	6月24日(日) 午前9時～	比嘉港内
伊計	6月24日(日) 午前9時～	イチュクマの浜
屋慶名	7月1日(日) 午前11時～	屋慶名港内
津堅	7月1日(日) 午前10時～	津堅港内
浜	7月8日(日) 午前9時～	浜漁港内
平敷屋	7月15日(日) 午前9時～	平敷屋漁港内
石川	7月22日(日) 午前9時～	石川港内
平安座	7月22日(日) 午前9時～	平安座南港内
桃原	※7月開催予定	桃原漁港内

※天候等により日程が変更となる場合があります。
最新情報は、市HPよりご確認ください。

