

平成28年

9

No.138

2016年9月1日

うま祭



第12回 子ども文化祭
(8月13日) 市民芸術劇場

・まちの話題	2 - 4
・世界のうるまちゅ交流事業2016	5
・うるま市地域活動支援助成事業の取り組み紹介 ..	6 - 7
・公民館だより	8
・としょかんだより	9
・保健だより	10
・くらしの情報	11 - 19
・第11回 うるま祭り	
2016 イチハナリ アート プロジェクト+3	20

リオ五輪女子バレーに出場

座安琴希選手



大型スクリーンで観戦し歓声を送る市民たち



11 リオまで届け!!
約350名が熱狂!!

8月6日〜22日まで開催されたリオ・オリンピックに、本市出身の座安琴希選手(あげな小↓高江洲中↓中部商業高が女子バレーで出場しました。

11日に行われた日本対ブラジル戦では、市役所に大型スクリーンを設置し、市内小中高のバレー部員や関係者など約350人が観戦。座安選手は全てのセットにレシーバーで出場し、コートに上がる度に会場からは座安コールが鳴り響き、リオに向けて大声援を送りました。

当日観戦したバレー部の島袋聖海さん(具東中2年)は「座安選手のレシーブがとってもかっこよかった。参考になるプレーがたくさんあった。」と目を輝かせました。



【トロフィーを手に報告に訪れた志道館の選手たち】



【大会成績報告のため市役所を訪れたうるまボーイズの選手たち】

21 優勝…うるま東ボーイズ
準優勝…うるまボーイズ

6月4日〜11日の間に「第47回ボーイズリーグ選手権大会」が開催され、県内各市町村の野球チームが出場する中、順当に勝ち進んだ「うるま東ボーイズ」と「うるまボーイズ」の本市の2チームで決勝戦を行いました。

優勝したうるま東ボーイズは8月に全国大会(大阪府)へ、準優勝のうるまボーイズは九州大会(福岡県)に沖縄県代表として出場しました。

20 全琉空手古武道選手権大会

第24回全琉空手古武道選手権大会が6月19日に沖縄国際大学で行われ、実践の部において、剛柔流志道館(赤道在)に所属する選手らが好成績を収め、その報告のため市役所を訪れました。

【小学5年生男子】

優勝…宮里珂正くん(赤道小5年)
3位…與那城成登くん(兼原小5年)

【小学3・4年生女子】

準優勝…與那城一華さん(兼原小3年)

【一般男子中・軽量級】

優勝…志喜屋孝彦さん



まちの話題

まちのイベントや地域のお話を紹介します。



7/28 いつでも手元に!! 「くらしの便利帳」

(株)サイネックスとの官民共同事業として、市民向けの冊子「うるま市くらしの便利帳」を製作するにあたり、その調印式を市役所で行いました。

本冊子には、市役所での各種手続きや子育て支援に関する情報、防災や医療機関などの日々の暮らしに役立つ情報の他、市の観光名所や特産品、歴史・文化に関する地域情報などが掲載されます。

発行予定は来年2月末ごろで、市内全世帯への配布に加え、転入世帯にも随時配布する予定です。

7月11日～20日の10日間、「交通ルール 守って未来へ ステップアップ」をスローガンに平成28年夏の交通安全県民運動が実施されました。

7月14日には「ぬちまーすで厄払い」の意味を込め、うるま警察署・交通安全協会が主体となり、ぐしか看護専門学校学生の協力のもと、安慶名十字路交差点で「ぬちまーす」と「飲酒運転根絶啓発チラシ」を信号待ちのドライバーに配布しました。



7/14 飲酒運転根絶 ぬちまーす配布作戦

7月2日に行われた陸上の「第32回全国小学生交流大会県予選」において、100メートルを13秒65の好記録をマークし、5年生の部で優勝した平川慧くん(天願小5年・沖縄アンテロープ陸上クラブ所属)が、7月21日に関係者らとともに市役所を訪れました。

慧くんは、8月19日、20日の両日に神奈川県で開催された全国大会に県代表として出場しています。

7/21 陸上全国大会出場 平川 慧くん



7/14 水泳100M自由型大会新記録 安慶名海都君



7月9日・10日の両日に行われた「第58回沖縄県中学校水泳競技大会」において、安慶名海都君(具志川東中3年)が100M自由形で55秒34の大会新記録をマークし、栄えある優勝に輝きました。また、200M自由形で2分6秒15のタイムで優勝し、両種目を3年連続で優勝するという快挙を成し遂げました。

安慶名君は8月に県代表として九州大会にも出場しています。



まちの話題

まちのイベントや地域の話題をお届けします。



721 チャーソンの鳴き声響く 最高賞に横田政昭さん

沖縄在来^{よこた まさあき}のニワトリ「チャーソンの鳴き声を競う」「第74回全沖縄チャーソン大会」が沖縄こどもの国で開催され、横田政昭さん(86)(宇赤野)が最高賞に当った。「佐喜眞杯賞」を受賞し、また、安慶名盛政さん(61)(宇西原)が「最優秀賞」を受賞しました。

大会成績の報告を受けた島袋市長は「市の鳥であるチャーソンを多くの方に知ってもらうのに大変良い機会となった。」と喜びを分かち合いました。



720 ケンケン体操クラブ 個人・団体で優勝報告

5月14日に行われた体操の「第34回タイムス杯争奪総合大会」と、6月25日に行われた「第9回トランポリン競技選手権大会」において、優勝を初めとする各部門で入賞した同クラブの選手らが、関係者らとともに市役所を訪れ、島袋市長らに大会成績を報告しました。

同クラブの選手たちは、8月に福岡で開催された九州大会に県代表として出場しています。



大石 哲汰
身長 170cm
体重 96kg

大石選手は持ち前のパワーとリーダーシップでチームを引っ張り、嘉手納高校をベスト16へと導きました。

728 甲子園に出場!! 大石 哲汰 選手

8月7日〜21日の期間に開催された第98回全国高等学校野球選手権大会において、大石哲汰君(具志川東中出身)が嘉手納高校の主将として甲子園に出場しました。



トボール部が見事優勝を果たし、9月16日から福岡県で行われる九州大会への出場が決定しました。

728 福岡へ派遣 田場小女バス

「第35回中頭地区ミニバスケットボール夏季大会」が6月25日に開催され、田場小学校女子ミニバスケットボール部



630 民泊施設へ 防災講座開催

市内において県外からの修学旅行生等の観光客が宿泊する民泊施設が年々増加傾向にあることから、消防本部主催のもと民泊施設関係者を対象に「防災講座」を開催しました。

日本防災協会から講師を招き、防災製品等の基礎知識や重要性を学び、防火に対する意識の向上を図りました。



78 創業支援で ブリトリー専門店オープン

市と地域が連携して創業を支援する「うるま市創業支援計画」において、沖縄初のブリトリー専門店の2号店がオープンしました。

【店舗名】Tortilla Factory
うるま店
【住所】みどり町6-2-18
【電話番号】972-4220



世界のうるまんちゅ交流事業実行委員会事務局（市民協働課内） TEL：973-5487 FAX：974-6764
E-Mail：simin-kyoudouka@city.uruma.lg.jp

世界のうるまんちゅ交流レセプション開催

10月28日(金) 午後6時30分～8時30分

出雲ブライダルギャラリーラピス

第6回世界のウチナーンチュ大会にあわせ来県されるうるま市所縁の海外県系人の皆さまとの交流レセプションを開催します。

参加をご希望の方は事務局に必ずお申込みくださいますようお願いいたします。

【入場料】3,000円 【申込期限】9月15日(木)～10月7日(金)



通訳ボランティアの募集について

応募者と協議のうえ、本実行委員会が実施するイベント等へ配置いたします。

【対象】満18歳以上でボランティア活動に意欲のあり、①英語、②スペイン語、③ポルトガル語、④その他の言語の日常会話以上の通訳が可能な方

【募集期限】9月16日(金)まで

【申込方法】市民部市民協働課にて配布する「通訳ボランティア名簿登録申請書」を提出してください。

※本申請書は、ホームページからもダウンロードできます。

※事業実施内容・海外県系人の国籍等により、ご希望に添えない場合があることをあらかじめご了承ください。

※収集した個人情報は、「世界のうるまんちゅ交流事業」の実施に係るボランティアスタッフ管理にのみ使用し、それ以外の目的には使用しません。また、収集した個人情報を外部に公表することはありません。

パネル資料展

9月26日(月)～

10月21日(金)

うるま市役所 東棟1Fロビー

うるま市をはじめ県内各地からの海外移民の時代背景や移民先での生活の様子、世界のウチナーンチュの絆の強さについて、貴重な写真や資料をまじえてご紹介いたします。

「第6回 世界のウチナーンチュ大会」 開会式、閉会式・グランドフィナーレの 参加者募集!!

参加希望者は、大会ホームページ
(<http://wuf2016.com/>) からお申し込み下さい。

【電子申請申込期限】9月30日(金)

※応募多数の場合は抽選となります。

※抽選結果は10月5日(水)までにご案内いたします。



第5回世界若者ウチナーンチュ大会 沖縄・2016 参加者募集

今から約100年前に始まった沖縄の海外移民。海を渡ったウチナーンチュ（沖縄人）やその家族は、現在約40万人にのぼり、世界と沖縄をつなぐ若者の祭典が2012年に誕生。これまで南米・北米・欧州・アジアで開催。初の沖縄開催、皆様のご参加をお待ちしています。

【とき】10月20日(木)～23日(日) ※40日前夜祭(プレイベント)：9月10日(土)

【ところ】沖縄県内各地 【申込期限】9月9日(金)

【対象】18歳～35歳の若者(18歳未満・36歳以上は見学可能)

【参加料】無料(18歳～35歳) ※35歳以上一部プログラム有料

【申込方法】大会ホームページ(<https://wyuf.okinawa/>)をご確認ください。

【お問い合わせ】第5回世界若者ウチナーンチュ大会実行委員

【メールアドレス】wyuf-info@wyua.okinawa

うるま市地域活動支援助成事業の取り組み紹介

本市では地域が主役のまちづくり、協働のまちづくりに向けた市民の意識の高揚と市民参画を図ることを目的とした「うるま市地域活動支援助成事業」を実施しており、平成27年度は14団体が様々な活動に取り組みました。



①比嘉区自治会

伝統文化の継承と環境美化整備事業

人口の減少・少子高齢化により難しくなっている比嘉区に伝わる数多くの伝統文化・芸能を継承すべく「比嘉区伝統文化ふれあいフェスティバル」を開催しました。当日は350人以上の来場があり、故郷を見つめ直す良いきっかけづくりになりました。

今後の活動として毎月第3月曜日と金曜日を「芸能デー」と定め芸能活動を継続し、踊りや地謡等の人材育成や技術向上に取り組んで行く予定です。



②うるま市史跡ガイドの会

世界遺産勝連城跡及び文化財案内ガイド事業



「うるま市史跡ガイドの会」は世界遺産「勝連城跡」を訪れる観光客の皆様にも古琉球時代の歴史を紐解きながら勝連城址の案内をするボランティアグループです。

より質の高いガイドを実践するため、「うるま市文化財案内人養成講座資料」を作成し、ガイドの養成講座を開催しました。

③知る・つながる会ニヌファスター

成人発達障がい居場所作りチャレンジ

「成人発達障がい者の居場所作り」を目指して、勉強会や講演会を開催しました。講演会には100名近くの参加があり、発達障がいへの関心の高さを知ることができました。

勉強会を通して福祉や支援は受け身のものというこれまでのイメージから「自分たちにとって必要な事を、自分たちで考える」という姿勢への変化が生まれ、「居場所を作る」という目標を持って今後も活動を継続していきます。

みどり児童センターで月に一度、成人の発達障がい当事者会を開催しています。



④ホロホロパドラーズクラブ

アウトリガーカヌー体験を通じた健康増進と地域活性化



ホロホロパドラーズクラブは、宇堅ビーチを拠点にアウトリガーカヌーを通して自然に親しむことにより、豊かな人格の形成、環境保全意識の向上、そして社会福祉への貢献を目的として活動しているクラブです。

今回の支援事業では、自然に親しむことや地域交流による活性化を目的として「カヌー体験」と「カヌースプリントレース」を開催し、市内外から延べ180人が参加しました。

今後も事業を継続していくと共に、児童園の子供たちと通年の自然体験活動を開催する予定です。

⑤うるま市食生活改善推進協議会
うるまキッズヘルスUP作戦
「もりもり野菜噛めー噛めー」

市民の健康増進のお手伝いをすべく各種料理教室の開催等、食生活の大切さをお伝えする活動をしています。

今回は、子供の頃から正しい食習慣を身につけることをテーマに子供の健康状態や給食、1日に必要な野菜の摂取量などを学び、栄養士の指導のもと、子供達でも簡単に作れる野菜たっぷり「うるまっ子ランチ」を完成させ、そのメニューを使った親子料理教室も開催しました。



⑥特定非営利活動法人マングロープ
E.E.クラブ
第4回「大人と子どもの自然学校」
観て・触れて・遊んで・つながる人の輪



マングロープE.E.クラブは、マングロープの保全・環境学習・実践活動を通して地球環境の変化を理解し、子どもと大人が協同で持続可能な自然の再生・保護につとめ、共生のための環境を作ることを目的として、うるま市州崎マングロープ湿地と宮城島クカルンダ湿地を拠点に、市内・県内外の幼小・中・高校生を対象に活動を展開しています。

偶数月第三土曜日(年間6回)に「大人と子供の自然学校」を開催しており、また夏休みには、オカガニ観察会・イノー体験・自然めぐり・クラフト教室等も実施しています。

⑦東山自治会
地域活性化ネットワークづくり事業

夏休み期間を利用して小中高校生を中心に公園内トイレの壁画制作をしました。

東山まつりやグラウンドゴルフ大会も開催し、若者が地域のイベントに積極的に参加することで、活動をとおりて地域の結びつきが強化され、ネットワークづくりの成果につながりました。



⑧宮城島郷土誌研究会
「宮城島めぐり」ガイド養成事業

「宮城島郷土誌研究会」は、宮城島の豊かな自然を多くの方々に知ってもらうために、「島めぐり」ガイドブックを作成しこれらを活用した島おこしに協力しています。

シヌグ堂遺跡における島内特産品の販売や島の芸能を披露したり等の「たかはなり市」を開催し、島内外の人たちとの交流を深め、島の活性化に取り組んでいます。



その他の支援活動実施団体

⑨貧困・チャイルドサポート
グループ ワンネスの会

虹の寺子屋

⑩特定非営利活動法人
りんく・いしかわ

伝統文化と歴史を伝える
子どもミュージカル

⑪屋慶名自治会

屋慶名大綱引き

⑫ゆいまある見守り隊

ゆいまある見守り隊事業

⑬うるま市農業青年クラブ

児童農業体験事業

⑭シーアート実行委員会

第16回よなしろシーアート
フェスティバル

公民館講座のご案内 受講生募集

親子リトミックアート

【日時】10月13・20日 11月10・17・24日

午後2時～4時
毎回木曜日(全5回)

【場所】勝連地区公民館

【講師】上原 みどり 氏

【定員】(3～6歳幼児)親子20組

【受付期間】9月26日(月)～9月30日(金)

ヘルシーフード教室

日にち	時間	定員
①10月15日(土)	午前10時～午後1時	各20名
②10月22日(土)		

【場所】健康福祉センター「うるみん」

【講師】渡慶次 恵 氏

【受付期間】9月26日(月)～9月30日(金)

骨盤底筋トレーニング講座

【日時】10月7日(金)～11月4日(金)

午後2時～4時
毎週金曜日(全5回)

【場所】勝連地区公民館

【講師】金子 陽子 氏

【定員】20名

【受付期間】9月20日(火)～9月28日(水)

【お問い合わせ・申込先】
勝連地区公民館 ☎978-7194

本の読み聞かせ

～コツをつかんで楽しく読んでみませんか～

【日時】10月7日(金)～11月4日(金)

午後2時～4時
毎週金曜日(全5回)

【場所】石川地区公民館

【講師】森山 玲子 氏

【定員】15名

【受付期間】9月20日(火)～9月28日(水)

足もみで命薬

日にち	時間	定員
①10月6・13・20日	午後7時～9時	各15名
②11月10・17・24日	午後2時～4時	

毎週木曜日(①・②各3回)

【場所】石川地区公民館

【講師】呉屋 愛子 氏

【受付期間】9月16日(金)～
9月23日(金)

【お問い合わせ・申込先】
石川地区公民館 ☎964-3433

講座レポート ③

うたごえ講座

32名の受講生がヴォイストレーニングに励み、発声の基礎、基本を学びました。

実践的でわかりやすいと講師の評判を聞いて駆け付けの方もおり、学びを継続したいとの希望がありました。



「アロマを使ってボディートーク」

アロマの心地よい香りの中、体を揺らしバランスを整えることで体がほぐれ、体がほぐれることで心もほぐれた!

みんな笑顔で楽しい講座になりました。



島唄・カチャーシーを楽しもう!

毎回42～51名の受講者が「二見情話」「肝がなさ」「豊年音頭」他12曲の島唄、講師「アラカチ」の指導を受けました。講座最終日は我如古よりこさんが「娘ジントヨー」「女工節」を指導、リクエストを受けて魅力的な歌声を披露しました。受講者の方が振り付けた踊りとカチャーシーでにぎやかに講座を終えました。



※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。ご了承下さい。
※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もございます。お申込時にご確認下さい。

公民館だより



石川地区公民館
勝連地区公民館
与那城地区公民館

☎978-7194
☎978-7194
☎978-7194



ブクイズ?

今回は、昔話のクイズを出すよ。
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!

問題

『若がえりの水』^{かわむら}川村 たかし 文 / ^{かしやま}梶山 俊夫 画
/ 教育画劇)で、水を飲みすぎて赤ちゃんになったのはだれ?

①おじいさん ②おばあさん ③てんぐ

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

うるま市立図書館ホームページ <http://www.library.city.uruma.lg.jp/>

読み聞かせにこの1冊!!

絵本の世界へご招待

『となりのためき』

せな けいこ 作・絵 / 鈴木出版
所蔵館：中央・石川・勝連

うさぎはとなりに住んでいるためきが大嫌いで、お月さまにこらしめてくれるように頼みました。お月さまはためきをこらしめる代わりに、うさぎにある条件を出しましたが……。最後は心が温かくなるお話です。

◆英語読書会に参加してみませんか?

英語読書会では、英語多読をおこなっています。やさしい英語でかかれた本から個別に読んでいき徐々にレベルを上げていきます。お互いに支え合いながら、時には感想、情報交換ができる英語読書会に参加してみませんか?初心者の方も、大歓迎です。

- 日 時 / 毎週木曜日 PM5:30~7:00
(図書館が休館の時はお休みになります。)
- 場 所 / うるま市立中央図書館 2階 会議室
- 対 象 / 高校生以上(市内優先)
- 持ち物 / 筆記用具、ノート(B5程度) ●定員 / 15名程度
- 会 費 / 無料
- 講 師 / 小那覇 洋子 先生(元琉球大学教授H26年退官)
- 申込期間 / 随時(定員になり次第終了)
- 問合せ先 / うるま市立中央図書館 担当:宮城

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 和菓子(一般)
おじいちゃんおばあちゃんだいすき(児童)
- 石川館 浪漫と科学☆宇宙の世界(一般)
だいすき!どうぶつえほん(児童)
- 勝連館 日本のむかしばなし



☆館内利用者コンピュータ端末及びホームページからご覧になれます。

高齢者に寄り添う

9月第3月曜日は「敬老の日」です。今回は多年にわたり社会や家庭に尽くしてきたお年寄りの方に寄り添う時、参考になる本を選んでみました。



『高齢者につくってあげたいスイーツレシピ』

代居 真知子・太田 道子 著 / 誠文堂新光社

高齢者の方が食べやすく、必要な栄養もとれるスイーツの作り方を紹介しています。カロリーやたんぱく質、食塩相当量も表示しています。(一般書) 所蔵館 中央

『高齢者の日常生活サポート』

桑原 紀子 監修 / 学研教育出版

家族が介護を必要としはじめた時のサポートの仕方を、日常生活の中でよくある事柄から分かりやすく紹介しています。(一般書) 所蔵館 中央

『奇跡の高齢者ソフト食』

黒田 留美子 著 / 小学館

普通の料理と見た目はまったく変わらず、誤嚥を防いで安心して食べられる高齢者ソフト食。調理の基本とレシピを紹介しています。(一般書) 所蔵館 勝連

行事案内(9月中旬~10月初旬)

	行 事	日 時	サークル名等
中央館	おはなしの部屋	9月24日(土) 午前10時30分~	「ていーだぬふぁ 童唄会」 主宰 宮城葉子
	おはなし会	10月8日(土) 午後3時~	図書館スタッフ
石川館	Let's go としょかん	10月1日(土) 午前10時30分~	サークルピピ
勝連館	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	10月8日(土) 午前10時30分~	すだち

図 書 館 休 館 日

- 【中央館】 9月 6日(火)~9月16日(金)特別整理期間
- 【石川館】 9月17日(土)~9月27日(火)特別整理期間
- 【勝連館】 9月17日(土)~9月24日(土)特別整理期間
・毎週月曜日 ・9月22日(木)秋分の日

☆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。

うるま市立図書館



喫煙者とその家族は必見!?

タバコに関するアレコレ



「タバコは百害あって一利なし」と言われていますが、今回はその影響についてお話していきます。

タバコはなぜ体に悪いの？

タバコの煙には約200種類の有害物質が含まれています。その有害物質は肺から吸収され、全身に広がっていくため、呼吸器疾患だけでなく、脳卒中、心筋梗塞など様々な病気のリスクを高めます。また、有害物質の中には数十種類の発がん物質が含まれており、喫煙は様々ながんの原因になるともわかっています。

三大有害物質

ニコチン

- ニコチン依存症を引き起こします。
- 血管を収縮させ、血流を悪くします。

タール

- 発がん物質を多く含みます。

一酸化炭素

- 全身細胞を酸欠状態にし、動脈硬化や心臓に負担をかけます。

数字でみる!? 喫煙とがん

がんにおける死亡原因のうち、男性で40%、女性で5%が喫煙によるものだと考えられています。

また、非喫煙者—喫煙者のがんによる死亡リスクを比較したところ、男性（2倍）、女性（1.6倍）の差がありました。（左図：がん別死亡リスク）

非喫煙者を1.0として、喫煙者のがん死亡リスクが何倍になるか

喉頭 5.5倍	肺 3.9倍
尿路 5.4倍 (膀胱・腎臓・尿管)	子宮頸部 2.3倍
肺 4.8倍	口唇・口腔・咽頭 2.0倍
食道 3.4倍	

参照：Journal of Epidemiology, 18:251-264, 2008

禁煙するとお得なの!?

禁煙した人と喫煙を続けた人とを比べると、がんになるリスク、またはがんで死亡するリスクが低下することがわかっています。禁煙におけるメリツ

トは他にもあります。

がん以外の生活習慣病の予防に!

禁煙すると、2週間〜3か月で心機能・肺機能が改善し、1年で心疾患のリスクが半減し、5年で脳卒中のリスクが吸わない人と同じレベルになるといわれています。

家族の健康も守れる

禁煙すると家族への副流煙による健康被害を防ぐことができます。

（*副流煙：タバコの先端から上がる煙で、喫煙者が吸う主流煙よりも有害物質が数倍〜数十倍含まれる。）

美容に良い

喫煙すると血流が悪くなり、肌荒れやシワの原因になります。また、口臭や歯の色素沈着の原因や、歯周病になりやすくなります。

家計にもやさしい

一日一箱吸っている方が禁煙した場合、一ヶ月（1万3千円）、半年（7万8千円）、一年（15万6千円）、五年（78万円）の節約となります。

（*一箱430円で計算）

禁煙に向けての取り組み

喫煙歴が長い方は、ニコチンへの依存性も強いことから、自力で禁煙に取り組む続けることは容易ではありません。より楽に、より確実に禁煙するために禁煙外来の利用も考えてみましょう。

【禁煙治療について】

現在は禁煙治療も健康保険が適応されます。

標準的な治療スケジュールは約3か月間で、自己負担額（3割負担）は1万3千円〜2万円程度。

健診も上手に活用しましょう!

がんや生活習慣病は早期発見が大切です。喫煙者やそうでない方も毎年、必ず特定健診・がん検診を受け、病気の早期発見やご自身の健康管理にぜひお役立てください。

禁煙で貯めたお金で妻エステ



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。

窓口サービス課 ☎ 973-3206

① 証明書自動交付機の利用停止について

システムメンテナンスのため9月17日(土)～19日(月)の期間、証明書自動交付機のご利用を停止いたします。利用者みなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

② 出張所では次の手続きができます

出張所では次の手続きができます！

【出張所で受付できる業務一覧】

○住民異動・戸籍の届出、印鑑登録

※土・日・祝日の死亡届は本庁のみの受付となります。

○戸籍・住民票、印鑑証明書などの発行

★国民年金に関すること(勝連出張所は除く)

★国民健康保険に関すること(後期高齢者医療は本庁での取り扱いとなります。)

熱中症の予防は水分補給と暑さを避けることが大切です！
①のどの渇きを感じなくても、こまめに

★介護保険・障がい福祉に関すること
★生活保護の医療券・保護証明書に関すること

★税や保険料の納付書再発行・納付、証明書の発行

※手続き内容によっては本庁をご案内する場合があります。

※★の窓口はお昼時間(正午～午後1時)はお手続きできません。

※代理人の場合には委任状が必要となる場合があります。

【連絡先】

●住民票・戸籍に関すること

☎ 973-3206

●国民年金に関すること

☎ 973-5498

●国民健康保険に関すること

☎ 973-3202

●介護保険に関すること

☎ 973-3208

●障がい福祉に関すること

☎ 973-5452

●生活保護に関すること

☎ 973-6552

●納税に関すること

☎ 973-1099

●市民税に関すること

☎ 973-5382

●資産税に関すること

☎ 973-5394

国民健康保険課 ☎ 973-3177

熱中症予防のために

熱中症の予防は水分補給と暑さを避けることが大切です！

①のどの渇きを感じなくても、こまめに

に水分・塩分などを補給しましょう
②室内では、上手に扇風機やエアコンを活用しましょう

③通気性の良い涼しい服を着ましょう
④日傘や帽子を着用し、涼しい服装を心がけましょう

⑤暑さに注意し、特に暑い時は無理をしないようにしましょう

気温が急に上昇した日や家の片付けなどの作業を行うとき、車やテントの中などでは特に注意し、次の症状に気を付けてください。

【熱中症の症状】めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、筋肉のこむら返り、気分が悪い、頭痛、吐き気、嘔吐(おうと)、倦怠感、虚脱感、いつもと様子が違う

【重症になると】返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

【熱中症が疑われる人を見かけたら】

①エアコンが効いている室内や、風通しの良い日陰など、涼しい場所へ避難させましょう

②衣服をゆるめ、身体を冷やしましょう(特に、首の周り、脇の下、足の付け根など)

③水分・塩分を補給させましょう

※自力で水を飲めない、意識がない場合は、すぐに救急隊を要請しましょう。



第27回 中部トリム・ハーフマラソン大会

【と き】平成28年11月20日(日)

【ところ】沖縄県総合運動公園陸上競技場及び各コース

【参加資格】①ハーフマラソン：16歳以上
②トリムマラソン：どなたでも参加可能

【参加料】①ハーフマラソン：3,500円
②トリムマラソン：大人2,500円 小人1,500円
ファミリー親子の部3,000円

【申込先】沖縄県総合運動公園運営管理事務所、琉球銀行、コザ信用金庫、ファミリーマート
【申込期限】9月25日(日)
※受付場所により異なります。

完走者の中から抽選により、東京ディズニーランド、ユニバーサルスタジオジャパンペア招待券贈呈

【お問い合わせ】中部トリムマラソン大会事務局 ☎ 932-5114

中部トリムマラソン

検索

【10月の集団検診日程表】

月	日	曜日	場所(公民館)	対象区
10	4	火	前 原	前原(具志川地区)
	5	水	栄野比	栄野比
	6	木	高江洲	高江洲
	14	金	上 原	上原・宮城・池味
	18	火	平安座	平安座・桃原
	19	水	比 嘉	比嘉・浜
	25	火	川 田	川田・塩屋
	26	水	上江洲	上江洲
	27	木	津 堅	津堅

【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。

健康支援課 ☎973-4960

①10月の集団健診のご案内

10月の集団健診(がん検診含む)日程をお知らせします。

【対象】

- ①40歳以上の国保加入者及び後期高齢医療保険加入者
- ②市内に住所を有する19歳～39歳の方
- ※生活保護世帯は19歳以上

【持参するもの】

- 40歳以上国保加入者
- ①被保険者証 特定健診受診券一体型
- ②がん検診はがき
- 後期高齢医療保険加入者(75歳以上)
- ①被保険者証 ②長寿健診受診券
- ③がん検診はがき

うるま市に住所を有する19歳以上39歳の方(生活保護世帯含む)

生活習慣病予防健診はがき

②第5回 みんなの健康ささえ隊
市民健康講座

『ぬちでぬち!!命あるもので命をつくる!!』

く食に興味を持ち、

たどりついたグリーンスムージー

【とき】 9月28日(水)

午後7時～8時30分

【ところ】 健康福祉センターうるま

【対象】 市内に住または在勤者

【参加料】 無料

【定員】 60名

【申込方法】 健康支援課窓口か、お電話で申し込み下さい。

【お問い合わせ】 健康支援課

☎973-3209

【講師】 渡慶次 恵 先生

グリーンスムージーオフィシャルインストラクターとして、沖縄県を中心にワークショップを開催。アレルギー疾患に長年悩まされた日々を脱出するために食に興味を持ち、たどりついたのがグリーンスムージーでした。



臨時福祉給付金の申請はお早めに

対象と思われる方へ、申請書の発送を始めています。

I.臨時福祉給付金(ひとり3千円)

～対象～

- ①住民税が非課税の方(平成28年度分)
※未申告の場合は審査ができません。
- ②平成28年1月1日時点で、うるま市に住民登録されている方。

※ただし、課税者に扶養されている方や、生活保護受給者については、対象外となります。

左の対象者(I.臨時福祉給付金)のうちで、障害年金・遺族基礎年金を受給している方については、下の給付金の受給の可能性があります。

II.障害年金・遺族年金受給者向け年金
生活者等支援臨時給付金(ひとり3万円)

※ただし、平成28年4月～7月にあった高齢者向け年金生活者等支援臨時福祉給付金を受給した方は、対象外となります。

- 【必要なもの】 ①申請書 ②印かん ③対象者全員の本人確認書類(健康保険証や運転免許証等のコピー)
④振込先(金融機関・氏名・口座番号)のわかるもの(通帳やキャッシュカード)
⑤障害・遺族基礎年金の受給が確認できる書類(Ⅱの方のみ)

【申請方法】 ①郵送 ②市役所東棟1階受付会場

【受付期間】 平成28年8月1日～平成29年1月31日(土・日・祝祭日・年末年始を除く)

受付時間 8:30～16:00

【お問い合わせ】 福祉総務課内 臨時福祉給付金コールセンター 電話098-979-2860

こども健康課 ☎989-0220
10月からB型肝炎予防接種が
定期接種になります

10月1日からB型肝炎予防接種が定期接種になります。予診票の送付時期や指定医療機関等の詳細が決まり次第、対象者へ個別にご案内します。

【開始時期】平成28年10月1日

【対象者】平成28年4月1日以降に生まれた1歳未満の方。ただし、母子感染予防のために抗HBs人免疫グロブリンと併用してB型肝炎ワクチン投与の全部又は一部を受けた方は対象外となります。

【接種回数】3回

【接種間隔】27日以上の間隔をおいて2回接種した後、1回目の接種から139日以上の間隔をおいて1回（標準的には生後2カ月～9カ月に至るまでに3回接種）

※10月1日以前に任意接種を受けている場合、定期接種を受けているとみなし、残りの回数を接種します。

【ご注意ください】

①1回目の接種から3回目の接種を終えるまでには、およそ半年間かかります。平成28年4月、5月に生まれた方は接種開始が遅れますと、対象年齢内に必要回数の接種を行えなくなります。3回目の接種が1歳の誕生日の前日までに終了するよう、接種日程の管理が重要です。

②10月1日以前に接種した場合は、任意接種となり公費助成の対象となりません。

地域包括支援センター ☎973-5112
介護予防教室のご案内

介護が必要な状態にならないためには、元氣なうちから介護予防に取り組んでいくことが大切です。運動や口の健康、認知症予防など、自分で行える介護予防活動について学ぶことができる「転ばぬ先の知恵教室」を開催します。



興味のある方はぜひご参加ください。

【とき】11月2日～30日（毎週水曜日）午後1時30分～4時（全4回）

【ところ】勝連地区公民館

【対象】65歳以上の元氣な方。

※介護認定を受けている方や運動制限のある方は利用できません。

【定員】20名

【受講料】無料

【申込期間】9月28日（水）～29日（木）午前9時～午後5時

【申込方法】ご本人様がお電話でお申し込みください。

※与勝地区で移動手段の無い方はご相談ください。

【申込先】

うるま市地域包括支援センター

☎973-5112

障がい福祉課 ☎973-5452
特別障害者手当（20歳以上）・障害児福祉手当（20歳未満）について

重度障害者（児）の福祉の向上のため手当を支給します。

特別障害者手当

【対象】20歳以上の在宅の方で著しく重度の障害の状態にあるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする方。（施設入所中の方、継続して3ヶ月を超えて入院している方は対象になりません。）

【手当月額】26,830円

障害児福祉手当

【対象】20歳未満の在宅の方で著しく重度の障害の状態にあるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする方。（障害を事由とする年金を受給している方、施設入所中の方は対象となりません。）

【手当月額】14,600円

【申請方法】医師の診断書・その他必要書類を添付して申請する必要があります。

※本人・配偶者・扶養義務者の所得額が一定額以上ある場合は、支給が停止されます。詳細は、障がい福祉課までお問い合わせください。



第4回 うるま市障がい児フェスタ『にこにこキッズフェスタ』

日時:9月11日(日)午前10時～午後4時 会場:うるま市石川会館

市内の障がい児通所支援事業（児童発達支援・放課後等デイサービス）を利用している児童の作品展示や活動内容紹介と、障がい児を支える地域、市民への理解を深めることを目的としたフェスティバルです。

うるま市にこにこキッズフェスタ

検索

ステージプログラム	
10:00～	講演会
12:00～	ランチタイム
13:30～	各通所支援事業所PR大会
15:00～	ウルマーと一緒に遊ぼう&ゲストによるレク
15:30～	にこキッズ親子ダンス
16:00～	閉会



名護市教育委員会臨床心理士、岸本琴恵氏による講演会や障がい児等親の会による「にこキッズ親子ダンス」発表の他、美ら海移動水族館、沖縄SVとサッカー遊び等多数の催しがあります。

【お問い合わせ】障がい福祉課 ☎098-973-5452

建築工事課 ☎989-3619

市営住宅の空家待ちについて

平成29年4月1日～平成30年3月31日の期間における「平成28年度市営空家待ち募集のしおり」を配布します。申込資格については、色々な制限がありますので、お申し込みを希望される方は次の場所ですしおりをお受け取りの上、よく読んで申込みください。

【配布場所】

庁舎西棟…建築工事課(2階)

庁舎東棟…総合案内(1階)

石川庁舎…窓口サービス課(1階)

勝連庁舎…窓口サービス課(1階)

与那城庁舎…窓口サービス課(1階)

【配布期間】 10月7日(金)～21日(金)

午前8時30分～午後5時15分まで

※土日祝祭日を除く

【留意事項】

※応募者の中から、抽選で空家待ち順位を決め、空き家が発生した時に順位にしたがって入居することになります。空家が発生しないときは、入居できません。

※申込書配布期間中は、市のホームページに「平成28年度市営空家待ち募集のしおり」を掲載しますが、掲載されているしおりの申込用紙にて申し込みはできません。申し込みの際は、各配布場所ですしおりを受け取りください。

【記入方法の問い合わせ先】

株式会社レキオス ☎943-0309

総務課 ☎973-0606

売店(庁舎東棟)出店者募集

本庁舎東棟1階にある「売店スペース」の貸付を行うため、制限付一般競争入札を実施します。参加をご希望される事業者は、市ホームページで応募に関する詳細をご確認の上、提出書類をダウンロードし、お申し込みください。

【対象】 市内に本店・支店を有する方

【申込期限】 9月27日(火)

【申込方法】 関係書類を総務課へ提出(持参に限る)

福祉総務課 ☎989-0203

平成29・30年度実施事業対象 社会福祉振興基金「地域福祉活動モデル事業助成」応募団体募集

社会福祉法人沖縄県社会福祉協議会では、地域福祉活動の活性化や課題解決に向けた先駆的な取り組みを行う民間福祉団体等の事業に対し2年間の助成を行います。

申請の手順や必要な書類は沖縄県社会福祉協議会ホームページよりダウンロード可能です。

【申込方法】 所定の提出書類を沖縄県社会福祉協議会へ提出または郵送ください。

【申込期限】 9月30日(当日消印有効)

【お問い合わせ】 沖縄県社会福祉協議会

いきいき長寿センター ☎887-11344

商工観光課 ☎923-7634

①「第11回うるま祭り」出店希望者募集

うるま祭りでの出店希望者を募集いたします。

【出店日】 10月15日(土)・16日(日)

【対象】 市内外事業者、沖縄県出店事業協同組合、市内資金造成団体等

【申込期間】 9月12日(月)～16日(金)

【申込方法】 出店要綱をつるま市商工会と勝本所の窓口またはHPより取得し、よく読みの上、必要書類を提出してください。

【申込先・お問い合わせ】

うるま市商工会 与勝本所

☎ 978-3168

FAX 978-3940

②第13回 観月の夕べ

中部病院の駐車場を利用して、地域に密着した演目(金管バンド・エイサー・民謡・舞踊等)を行い、地域活性化を図りながら、地域コミュニティの創出、地域の魅力アップ等を目的として、第13回観月の夕べを開催いたします。多くの方のご来場をお待ちしております。

【とき】 9月10日(土)

午後5時～午後9時

※悪天候時は順延9月17日

【ところ】 県立中部病院駐車場

【主催】 赤道南大通り会 共催…赤道東大通り会・県立中部病院互助会

【後援】 (公社)沖縄県対米請求権事業協会、宮里自治会、赤道自治会、江州自治会、志林川自治会

治会、志林川自治会



第3回 感動のまち うるる

うるま市物産展 in 海中道路

2016年9月17日(土)-19日(月)

10:00～18:00 海の駅あやはし館横会場

主催 一般社団法人うるま市観光物産協会 共催 うるま市 後援 うるま市商工会

『2016イチハナリアートプロジェクト+3』
同時開催中! (9/17-10/2) チケット持参の方に特典アリ!

お問合せ うるま市観光物産協会 098-978-0077



ICHIHANARI
PROJECT+3

営業課

☎975-0306

検定期満期「水道メーター」の
定期取替について

水道メーターは、計量法によって8年(検定期満期)ごとの取替が義務づけられており、市では定期的に水道メーター(個人設置のメーターを除く)の取替を行っています。

平成28年度については、次のとおり実施予定ですので、ご協力をお願い致します。

【交換期間】

平成28年8月～平成29年2月
(該当するご家庭には「水道メーターの定期取替について(お知らせ)」のチラシを実施の前に配布致します。)

【実施業者】

有限会社翔設備(市が取替業務を委託した市指定店) ☎974-33317

【取替費用】 無料

【取替についてのお願】

- ・メーター取替のため敷地内に入らせていただきます。
- ・ご不在でもメーターの場所が確認できましたら取替させていただきます。
- ・取替後、空気が入り白く濁る場合がございますが、水を少し流してからお使い下さい。

環境課

☎973-5594

家庭用生ごみ処理機購入助成金について

家庭から出る生ごみの量を減らし、自己処理を促すため「生ごみ処理機(電気式)」の助成を行っております。市内在住(1年以上)の方ならどなたでも交付を受けることができます。助成金の額は、処理機1基当たりの購入額の2分の1を助成(最大3万円)。一世帯につき1基とします。購入前に環境課で手続きを行ってください。

【ところ】 庁舎西棟地下1階環境課

【対象】 市内在住で、1年以上居住して市税等で滞納のない方(以前助成金の交付を受けて5年を経過していない方は申請できません)

【申請時に必要なもの】

- ①住民票謄本
- ②完納証明書(市民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税)
- ③助成金交付申請書(窓口にて)
- ④印鑑(認め印可)

生ごみ処理機による減量化の過程



文化課

☎923-7182

「敷地洞穴遺跡」発掘調査現場説明会

うるま市最古となる約8000年前の土器が出土した敷地洞穴遺跡の現場説明会を開催します。発掘調査の成果や実際に出土した土器や石器について現地で調査担当者が解説します。

【とき】 10月2日(日)

○1回目…午前9時30分～12時

○2回目…午後1時～3時

○3回目…午後3時～5時

【集合場所】 市立与那城歴史民俗資料館

【定員】 20名(各回) 【参加費】 無料

【申込方法】 お電話または窓口にて

※定員に達し次第締め切ります。

【申込先】 市立与那城歴史民俗資料館へ

☎978-3149

②めざせ、マールン船博士！

マールン船の歴史や構造を学んだ後、海でも身近でも使える基礎的なロープワークを実際に体験できる講座です。

【とき】 9月11日(日) 午前9時～12時

【ところ】 うるま市立海の文化資料館

【対象】 小学生以上の方

【定員】 5組(親子2人1組)

【参加料】 無料

【申込方法】 お電話または窓口にて

【受付期限】 9月10日(土)

【お問い合わせ】 海の文化資料館

☎978-8831

演劇集団「こかげ」15周年記念公演「トキおばあの民宿へめんそーれ パート3」

「トキおばあの民宿へめんそーれ」シリーズ第3弾。今回もトキの民宿を舞台に様々な人間模様が織りなすヒューマンコメディをお送りします。

脚本・演出 高橋 南美子

【日 時】 10月8日(土) 開演：午後7時
10月9日(日) 開演：午後2時
【場 所】 市民芸術劇場 燈ホール
【入場料】 一般 1,000円
高校生以下 500円



5年ぶりに帰ってきましたトキとナベの名物おばあコンビ！
今回もトキおばあの民宿を舞台にドタバタ騒動!!
はたしてトキとナベの名裁きは！

【お問い合わせ】 文化課 ☎923-7182

生涯スポーツ課 ☎989-3110

①市民体力テストを開催します。

【とき】 10月10日(月)午前9時～

【ところ】 市具志川総合体育館

【対象】 20歳～64歳の部と65歳～79歳の部 ※うるま市民で健康な方

【主な内容】 握力・上体起こし・長座体前屈など

【申込方法】 当日会場へお越しください。

②第12回うるま市陸上競技選手権大会(県民体育大会選手権選考会)

県民体育大会の予選を兼ねて、市のスポーツ振興を図る事を目的に開催します。

【とき】 10月8日(土)午後6時～

(3km・5km・1万m)

10月9日(日)午前9時～

【対象】 市内在住及び本籍のある一般(男女)・壮年(男女)

【申込方法】 市内体育施設(具志川・石川・与那城・勝連B&G)の窓口または当日会場でお申し込みください。

【お問い合わせ】 うるま市体育協会

☎974-2540

石川青少年の家 ☎964-3263

「歌碑巡り」のご案内

沖縄の歌碑巡りをしながら、歴史や文化を学びませんか？

【とき】 9月18日(日)午前8時30分～

【ところ】 県立石川青少年の家・石川岳

【定員】 25人程度

【参加費用】 1,500円(1人あたり)

【申込期限】 9月13日(火)午後5時

企業立地雇用推進課 ☎923-7611

パソコン初級受講者募集

中高年の生活に役に立つパソコン入門

【とき】 10月4日～12月20日

毎週火曜日

午前講座…10時～12時

午後講座…1時30分～3時30分

【ところ】 いちゅい具志川じんぶん館

【対象】 55歳以上のパソコン初心者

【受付日時】 9月13日(火)午前10時～12時(先着順)

【受付場所】 じんぶん館ロビー

【定員】 30名程度(初級)

【受講料】 7,500円(3カ月分)

【教材費】 1,080円

【お問い合わせ】

うるま市シルバー人材センター

「いきいきネット」 室長 名嘉山

☎070-5416-8130

農業委員会事務局 ☎923-7608

「輝く農業女子!!女性農業者が語るこれからの農業・農地について」の開催について

女性農業者の方をパネリストとして

お招きし、女性の立場からこれからの

農業についてお話しします。農業者の

方はもちろん、これから農業を始めた

方もぜひご参加ください。

【とき】 9月13日(火)午後2時～5時

【ところ】 JAおきなわ具志川支店

3階研修室

【対象】 市内で農業に従事している方

またはこれから農業を始めたい方

農地の有効活用を一緒に考えてみませんか？

平成28年度「人・農地プラン」の作成について

うるま市では、農業振興地域を中心に13の地域において人・農地プランを作成しており、(平成28年3月現在)。今年度は全ての地区で人・農地プランの更新を予定しています。

人・農地プランとは、各地域の「人と農地」の問題を解決するための「未来の設計図」です。今以上に農地として有効活用するために、一緒に考えてみませんか。

右記の日程で、話し合いを開催する予定をしておりますので、対象地域で農業されている方々、畑の所有者の方々の参加をお待ちしています。

※台風等の際には、安全に配慮し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。

【平成28年度 人・農地プラン更新予定地区】

地区名 (開催場所)	対象地域 (農地所在地)	開催日時
津堅地区 (津堅公民館)	勝連津堅	9月21日(水) 午後1時～3時
勝連東地区 (シビックセンター)	勝連平安名 勝連内間 勝連平敷屋	9月28日(水) 午後7時～9時
浜比嘉地区 (浜公民館)	勝連浜 勝連比嘉	10月6日(木) 午後7時～9時
宮城島地区 (上原公民館)	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	10月12日(水) 午後7時～9時
伊計地区 (伊計公民館)	与那城伊計	10月19日(水) 午後7時～9時

【お問い合わせ】 農政課 ☎923-7607

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

【と き】 9月8日(第2木曜日) 午後2時～午後4時
【ところ】 石川出張所(1階 市民相談室)

【と き】 9月15日、21日(第3木曜日、第4水曜日)
午後2時～午後4時
【ところ】 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**先着8名まで**です。

※電話、直接窓口での事前予約は前日から可能です。

※電話での予約はうるま市役所市民協働課までお願いします。

☎973-5487

②行政相談

国、行政、特殊法人についての意見・要望等の相談を行います。

【と き】 9月27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】 庁舎(東棟)1階 市民相談室

③人権相談

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】 9月27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】 庁舎(東棟)1階 市民相談室

④消費者相談

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。

【と き】 毎週水曜日 午前10時～午後4時
(正午～午後1時除く)

【ところ】 庁舎(東棟)1階 市民相談室

※消費者相談は沖縄県消費生活センター(☎863-9214)でも平日相談可能です。

【お問い合わせ】: ①～④市民協働課 ☎973-5487

⑤司法書士による無料法律相談会

10月1日「法の日」にちなみ、沖縄県司法書士会では市民サービスの一環として、無料法律相談会を実施いたします。

【と き】 平成28年10月3日(月) 午前10時～午後4時

【ところ】 庁舎(東棟)3階 防災会議室

【相談内容】 相続・不動産・会社登記・成年後見・裁判・多重債務相談など

※平成28年10月1日(土)～10月7日(金)の期間については、最寄りの司法書士事務所にて、無料で法律相談を行います。

【お問い合わせ】 ⑤沖縄県司法書士会 ☎867-3526

⑥家庭児童相談・女性相談

家庭における子育ての悩みや、結婚、離婚、DV問題など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

【ところ】 庁舎(東棟)2階 児童家庭課

【お問い合わせ】 ⑥児童家庭課 ☎973-5041

自動車の点検・整備の確実な実施について

内閣府沖縄総合事務局では、自動車の使用者に自動車の点検・整備を確実に実施して頂くため、本年も9月と10月の2ヶ月間を自動車点検整備期間推進強化月間と定め、関係機関及び団体の協力のもと「自動車点検整備推進運動」を実施します。

自動車の使用者は、自動車の不具合による交通事故や公害の防止を図る観点から、適切な保守管理及び点検・整備(日常点検・定期点検等)を実施することが義務付けられています。

自動車使用者の皆様のご理解とご協力をよろしくお願い致します。

【お問い合わせ】

内閣府沖縄総合事務局運輸部車両安全課

☎866-1837

お詫びと訂正

広報うるま8月号p17に掲載した人権擁護委員の伊波シゲミさんについて誤りがありました。ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫びし、訂正させていただきます。

誤) 伊波シゲミ氏(石川署)

正) 伊波シゲミ氏(石川署)



コザ調停協会よりお知らせです

調停委員による、無料調停相談会を実施いたします。相談内容については秘密が厳守されます。お気軽にご相談ください。

《調停委員による「無料調停相談」》

【と き】 10月6日(木) 午前10時～午後4時

【ところ】 沖縄市農村研修センター
(沖縄市登川2380番地)

【相談内容】

離婚・相続・金銭の貸し借り・遺産分割など
※予約の必要はありません。当日会場へお越しください。

【お問い合わせ】 939-0011(内: 311)

沖縄のてんぷすから世界へ発信! **出店者募集**

うるまの特産物集まれ!

パッション屋良率いる **うるまは** 食事部門
オキナワん芸人の **うまい** デザート部門
お笑いライブあり! **うるまは**

ケラ×ケラ
フワフワナイト!

新しいうるまを
食べ尽くせ

入場無料

来場者の人気投票で
グランプリが決定!

会場案内



開催日 9/11 (日) 2016年 **会場: うるま市芸術劇場駐車場**
※雨天決行ですが、悪天候時は中止となります
時間→12:00~19:00

主催: (一社) うるま青年会議所
協力: (一社) うるま市観光物産協会
後援: うるま市・うるま市商工会・うるま市勝連漁業協同組合

【お問い合わせ】
一般社団法人うるま青年会議所
TEL 098-982-6644
【月~金 09:30~16:00】

本大会では、メインフォーラムに東国原英夫元宮崎県知事をお招きし、うるま市やその周辺地域の発展と可能性の追求と提案して頂く講演会を開催します。また、うるま青年会議所の事業としてうるま市内の特産物を使用したアイディア料理を考案して販売して頂き、ご来場者の投票を持って、「うるまはうまいグランプリ」を決定いたします。新しいうるまを食べ尽くしてみませんか。ご来場をお待ちしております。

男女共同参画コーナー

ど~おもっ?



女性もいろんなことに
チャレンジして、
自分の可能性を引き出して
いってほしいですね。

市民協働課
☎ 973-5487

高額査定、一括即金にて買取ります
土地・一戸建て・アパート・軍用地・不動産全般



テレビCMでお馴染み
査定担当とうまどお!

無料査定・秘密厳守

不動産を売りたい方
売却を検討されている方
お気軽にご相談ください!

安慶名十字路より前原高校向け 200m 先左側

TEL 979-2200

Forever Communication
株式会社 松樹 具志川店
うるま市みどり町4丁目19番12号

ご寄付ありがとうございます。

うるま市育英会へ

☆^{とうま}當間 ^こトシ子 様 (字喜屋武)より5万円

うるま市社会福祉協議会へ

☆^{なかむら}中村 ^{まさこ}正子 様 (字高江洲)より5万円

☆^{みやざと}宮里 ^{ぜんいち}善一 様 (勝連平敷屋)より10万円

☆^{いけはら}池原 ^{せいすけ}盛助 様 (石川嘉手苅)より5万円

ふるさと応援寄附金へ

☆新光産業株式会社 様(那覇市)より100万円

☆有限会社沖縄クリーン工業 様(那覇市)より20万円

☆マルセンスコーン ^{かねもと よしみ}兼本 芳美 様(那覇市)より1万円

☆^{やましろう}山城 ^{なおき}直樹 様 (北谷町)

☆株式会社環境技建ウェブ 様(那覇市)

☆比嘉工業株式会社 様(那覇市)

うるま市の人口

平成28年8月1日		前月比
人 口	122,241人	+23
男	61,287人	+37
女	60,954人	-14
世帯数	49,966戸	+87

消防活動状況 (平成28年7月)

救急出場件数	594件 (3,962件)
搬送人員	560人 (3,661人)
火災件数	1件 (22件)

()は平成28年1月からの累計。

市公式LINE



市の情報を毎月5日に配信します。友だち登録は左記のQR、または公式アカウント検索で「沖縄県うるま市」と検索ください。

アプリi 広報紙



広報紙を電子書籍で閲覧できるアプリです。左記のQRコードよりダウンロードください。

防災一口メモ



自助、共助、公助とは？

大規模災害発生時には、救援・救助機関である行政等も被災する可能性があり、災害時に被害を最小限にするためには、「自助」「共助」「公助」が、お互いに補完し合うことが大切です。

【自助】市民一人ひとりの行動

「自分の身は自分の努力によって守る」という基本的な考え方にに基づき、日頃から災害に備え、その準備をしておくことが何より大切です。

【共助】お隣近所や地域での助け合い

災害の規模が大きいほど、公的機関の迅速な支援には限界があります。「自分たちの地域は自分たちで守る」という隣保協同の精神に基づき、地域が組織的に助け合うことが被害の拡大を防ぎます。日頃からお隣近所や地域で声を掛け合い、交流を深めておきましょう。

【公助】公的機関の救助活動

個人や地域の力では解決できないことについては、公的機関が担います。公的機関の具体的な活動は、救助活動や医療の確保、行方不明者の捜索、支援物資の調達・配布、避難所や応急仮設住宅の確保、復旧・復興に関する取り組みなどがあります。

★消防設備士試験★

【試験日】10月30日(日) 【試験会場】琉球大学、その他

【試験の種類】甲種(特類、第1～5類)・乙種(第1～7類)

【受付期間】9月23日(金)～30日(金)

【願書配布先】消防本部・具志川消防署・石川消防署
与勝消防署・平安座出張所

【願書提出先】(一財)消防試験研究センター

【願書提出方法】郵送またはセンター窓口へ提出

※電子申請できます。詳細はホームページをご覧ください。

【お問い合わせ】(財)消防試験研究センター沖縄県支部

〒900-0029 那覇市旭町116-37 自治会館6階

☎098-941-5201

ホームページ <http://www.shoubo-shiken.or.jp>

軍用地売買は絶対お得！

インターネットシステムを取り入れた軍用地売買の手法

売却は

仲介手数料 **無料！**

移転登記費用 **無料！**



新着売物件メール配信 不動産業者 司法書士対応

軍用地売買仲介センター **098-989-8638**

沖縄県うるま市学赤道 763-55 gunyouchi.jp1.pw

お気軽にお問合せ下さい

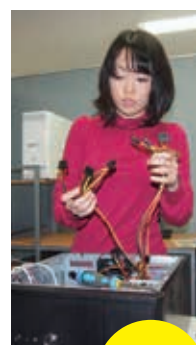
パソコントラブル対処 仕組みと原因を知ろう

「パソコン整備士講座」那覇校・うるま校

「パソコンが動かない！」など、突然のトラブルで困った経験はありませんか。「パソコン整備士養成講座」(約6ヶ月)では、パソコン本体の仕組み、トラブルの対処法やセキュリティなど基礎から体系立てて学習します。

初心者や年配の方も安心して受講できます。パソコン整備士認定の資格試験にも対応しており、就・転職にも生かれます。問い合わせや資料請求(無料)はお早めに。

▷那覇校(沖縄県産業支援センター・隔週日曜)、うるま校(いちゅい具志川じんぶん館・隔週土曜)



問い合わせ
資料請求

創造力開発センター

福岡市中央区
大名2-12-15-4F

☎0120-097-098 www.sokai.jp

初心者も
大丈夫！



第11回

龍神が舞い、感動と興奮を巻き起こす。



2016年 10/15(土) 16(日)

AM9:00~PM9:00

会場：うるま市具志川総合運動公園

主催：うるま祭り実行委員会 共催：うるま市

お問い合わせ：うるま祭り事務局 / TEL.098-979-3821

15(土曜日)

写真提供：久高幸枝

16(日曜日)

闘牛大会

会場：うるま市石川多目的ドーム

16(日曜日)

琉球マフヤーがやってくる！

※登場キャラクターは変更となる場合があります。

会場：メインステージ

16(日曜日)

スポンサー 3on3

会場：うるま市具志川総合体育館横

15(土曜日)

16(日曜日)

琉球音(rushine)

本竹裕助

ネーネーズ

フューシスターズ

jimama

みんなが愛する人権の世紀

うるま市観光物産協会 共催：うるま市、琉球新報社

後援：うるま市教育委員会、うるま市文化協会、うるま市商工会、伊計自治会、池味自治会、

宮城自治会、上原自治会、桃原自治会、比嘉自治会、浜自治会、平安座自治会、沖縄県立芸術大学、

沖縄国際大学、沖縄県文化振興会、沖縄観光コンベンションビューロー

問合わせ：うるま市観光物産協会

Tel:098-978-0077 HP「うるま〜」http://uruma-ru.jp/

Mail:info@uruma-ru.jp

f「イチハナリアートプロジェクト」

2016 イチハナリ アート プロジェクト+3 2016 ICHIHANARI ART PROJECT+3

期間：2016年9月17日(土)～10月2日(日) 10:00-18:00

場所：伊計島・宮城島・浜比嘉島・平安座島・海中道路(うるま市)

入場料：500円(中学生以下無料) 海中道路にてルートガイド配布



五年目の
アートを
島に

うるま市の勝連半島から太平洋へ連なる島々。

一番離れた場所にある伊計島は、古くから「イチハナリ」と呼ばれています。

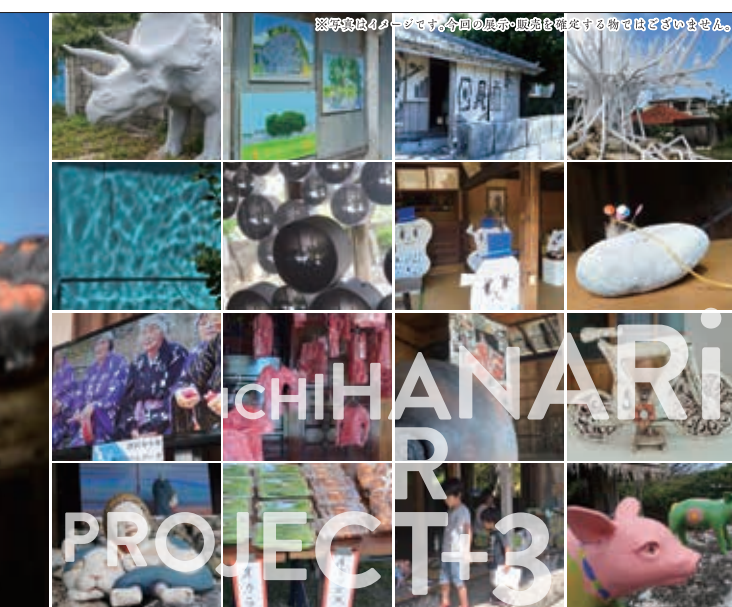
この島で産声をあげたアートによる島おこし『イチハナリアートプロジェクト』

今年は記念すべき5回目をむかえます。

島嶼(どうしょ)地域の4つの島を舞台としたアートの島巡り、存分にお楽しみ下さい。

作品展示地域について

海中道路の先にある「平安座島」「宮城島」「伊計島」、浜比嘉大橋を渡った「浜比嘉島」に作品を設置しています。展示の詳細な場所については、海中道路で配布する「ルートガイド」を入手してご確認ください。



主催：うるま市観光物産協会 共催：うるま市、琉球新報社

後援：うるま市教育委員会、うるま市文化協会、うるま市商工会、伊計自治会、池味自治会、宮城自治会、上原自治会、桃原自治会、比嘉自治会、浜自治会、平安座自治会、沖縄県立芸術大学、沖縄国際大学、沖縄県文化振興会、沖縄観光コンベンションビューロー

問合わせ：うるま市観光物産協会

Tel:098-978-0077 HP「うるま〜」http://uruma-ru.jp/

Mail:info@uruma-ru.jp

f「イチハナリアートプロジェクト」