

広報



2026年

10

令和8年
No.259

uruma city

原風景を歩く、うるまの島々

特集

暮らしと未来をつなぐ、5つの島の物語

うるま日記	P6~7
浄化槽の維持管理をしましょう!	P8
合併処理浄化槽設置補助金制度	P8
大相撲うるま場所	P9
憧れの東京ドームでプレイ!少年野球交流会	P10
阪神タイガースうるま協会の2027会員募集中!	P10
うるま市福祉まつり/健康フェスタ	P11
令和8年8月から「高額療養費制度」が変わりました...	P12

令和9年度 保育施設等 入所(園)申込み案内	P12
子育ての世代間 ギャップあるある ~栄養編(幼児食)~	P13
新入学用品準備金(新小学1年生)申請のご案内	P14
『令和9年うるま市はたちの集い』代表挨拶者募集	P14
としょかんだより/ゆらてく通信	P15
くらしの情報	P16~23
第38回 全島獅子舞フェスティバル	P24

電子ブックは
こちら





平安座島



宮城島



伊計島空撮



シヌグ堂パンタ



平安座島集落



伊計島

知られざる、うるまの島々へ。

暮らしと未来をつなぐ、 5つの島の物語

数々の自然や伝統、歴史を有する、うるまの島々。

海中道路で結ばれている平安座島、浜比嘉島、宮城島、伊計島の4島と、
平敷屋港からフェリーで約30分の津堅島、あわせて5つの有人島があります。
青い海や美しい風景に恵まれる一方で、人口減少や高齢化など、
島ならではの切実な課題を抱えているのも現状です。

うるま市では島の暮らしを支え、地域資源を生かしながら、
島の未来につながる地域づくりを力強く進めています。

今回の特集では、身近すぎて意外と知らない、

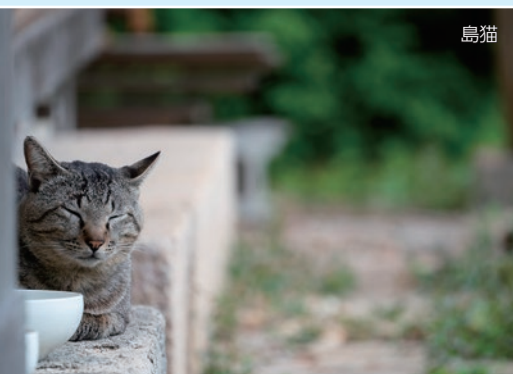
島々の奥深い魅力をご紹介します。



島の日常に溶け込む、
ローカルな時間

うるま市四島経由循環バス
(伊計屋慶名線)

屋慶名から海中道路を渡り4島を結ぶ路線は、島民や観光客の大切な足。あえて車を置いてバスで巡れば、普段とは一味違う楽しみ方に出会えます。車内の「ゆんたく」や素朴な日常風景にほっこり癒やされる、ローカル感たっぷりの小さなバス旅へ出かけてみませんか。



島猫



宮城島



浜漁港緑地公園



津堅島に向かうフェリー



海中道路



平安座島

勝連半島と全長約4.7kmの海中道路でつながる周囲約7kmの島。戦前までは交易の中継地として栄えました。現在もハーリーなど海に関する行事を大事に継承しています。海岸沿いには市の小中学生が描いた約300mの護岸アートが広がります。



津堅島

平敷屋港から4kmほど先にあり、平坦な土地でにんじん栽培が盛んなことから「キャロット愛ランド」とも呼ばれています。沖縄に三線を広めた「赤犬子(アカインコ)」の生誕地であり音楽の島としても知られています。

伊計島

周囲約7kmの平坦な島内には、サトウキビ畑など昔ながらののどかな風景が広がります。国指定史跡である仲原(なかばる)遺跡などもあり、青く澄んだ海とともに、古き良き沖縄の原風景と島民の静かな暮らしが息づく島です。



4

伊計島

宮城島

平安座島から橋で結ばれた周囲12kmの島で標高121mからの絶景が楽しめる島。ぬちまーす製塩工場の敷地内にある「果報バンタ」は沖縄の方言で、果報(カフウ)＝幸せ、バンタ＝崖や岬という意味を持ち、「幸せ岬」とも呼ばれています。



浜比嘉島

海中道路・浜比嘉大橋で本島と結ばれた周囲7kmの小さな島で、「浜」と「比嘉」の2つの集落には沖縄らしい古民家が残っています。拝所や御嶽(ウタキ)が点在し、島全体がパワースポットとも言われています。



津堅島

5

あなたも、
島の風景の
一部に

うるまの島々には、懐かしい風景、豊かな自然、ここにしかない魅力や暮らしがあります。興味を持たれた方は、ぜひ一度島へお越しいただき、島の雰囲気味わってみてください。島への移住に関することはお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】 企画政策課:973-5005



島全体が一つになる日！ 大熱狂の津堅島大運動会

\ダイジェスト/



学校と地域が一体となる島最大のお祭り、津堅島の運動会！島民総出で大集結し、名物「海人もずくレース」など独自の催しで大盛り上がり。島の飾らない素顔と活気に出会える心温まる行事、ぜひご注目ください！



サングワチャー

平安座島 巨大魚と一緒に海へ!? 平安座島が熱狂する伝統行事

\ダイジェスト/



毎年旧暦3月に平安座島で行う「サングワチャー」は、豊漁と海の安全を祈る伝統行事。巨大な魚のお神輿を島民で担ぎ、海へ飛び込む姿は迫力満点！島の熱気と絆が伝わる活気あふれるお祭りです。



飾らない島の日常。息づく



舞台に立てば誰もが ヒーロー！心も体も若返ろう！

カラオケグランドステージK／かねた としお金田 敏雄さん

浜で熱気を放つ本格カラオケ施設「カラオケグランドステージK」は、県内外から1,300人以上の会員が集い、毎月の大会が多くの人の生きがいです。「人前に立つ機会が減る中、ステージで歌う緊張感が最高の刺激になる」と金田

さん。こだわりの音響と照明でヒーロー気分を味わった後は、看板メニュー「多幸めし」も人気。会員の瑞慶山さんが「外出や交流の場ができ、健康につながる」と語るように、心身を若返らせる大切な居場所となっています。

\ダイジェスト/



伊計島 伊計島ハーリー

7月5日(日)、伊計島のイツクマの浜にてハーリー大会が開催されました。豊漁を祈願する厳かな「ウガンバーリー」と、熱気満点の「一般ハーリー」が行われ、青い海を背に力強く櫂をこぎ姿と島民の熱い声援が交差！飾らない島の素顔(まんまうるま)に出会える最高の一日でした。





伊計島 島の灯りは消さない！ 島民が力を合わせて守る

\ 写真 /



島民のライフライン「伊計島共同売店」。過疎化の危機にあっても、住民が知恵と協力を結集し守り続けています。ゆいまーるの精神で運営されるこの場所を訪れば、島の力強い日常と温かな笑顔に出会えます。

宮城島

知る人ぞ知る果報バンタをしのぐ絶景。 宮城島「シヌグ堂バンタ」のパノラマ

「こんな絶景が！」と驚く宮城島のディープスポット「シヌグ堂バンタ」。木々を抜けた高台からは、金武湾の大パノラマとともに、島民の穏やかな営みまで一望できます。歴史の息吹と爽やかな海風を感じながら、心癒される特別な時間を過ごしませんか？



「まんま うるま」の情景

美しい絶景のすぐそばにある、島民たちの力強く温かい日常。飾らない笑顔や文化が息づく、島々の素顔をのぞいてみませんか。

浜比嘉島
(比嘉)

自然と二人三脚の 塩づくり。「流下式塩田」

たかえす まさる
高江洲製塩所／高江洲優さん

「塩だけに、しおがない(しょーがない)！」。突然の雨で海水を泣く泣く手放す苦労も、高江洲さんは笑い飛ばします。浜比嘉島の自然と真っ向から対峙する塩作りは、手間暇かかる奥深い世界。連日多くの人々が訪れる人気の秘密は、ミネラル豊かな美味しい塩と、高江洲さんの人柄にあり？



\ ダイジェスト /

未来を育む、 島の新しい風



津堅島に誕生した、子どもたちの成長拠点。島の未来を担う明るいニュースとして、今年の4月、津堅島に待望の保育所が開所しました。豊かな自然環境を最大限に活かし、「幼児教育・保育」を実践する新たな拠点としてスタートしています。潮風を感じ、土に触れながらのびのびと育つこの場所が、未来を担う子どもたちの大切な成長の場となることを心から願っています。





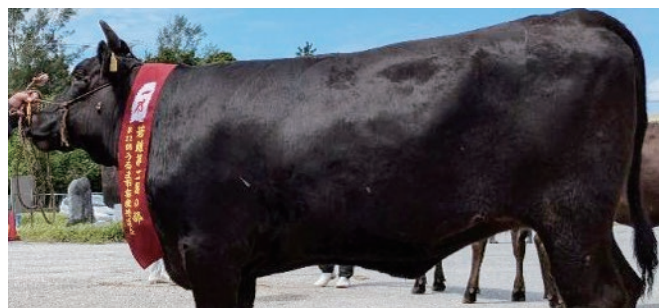
8/4 甘くて美味しい夏の贈り物！ 市内保育施設へスイカ370玉を寄贈

7月27日の「スイカの日」に合わせ、有)マルユウ土建様より、「こどもたちに旬の味覚を味わい、笑顔になってほしい」と市内80カ所の保育施設へスイカが寄贈されました。寄贈式では希望の星保育園の園児たちも参加し、こどもたちにとって忘れられない夏の思い出となりました。



8/13 あげな中学校野球部九州大会初制覇 目指せ！全国制覇

あげな中学校野球部が県代表として、「第51回九州中学校軟式野球競技大会」にて初優勝し、島根県で開催される「第48回全国中学校野球大会」へ派遣が決定。主将の高江洲奏太君は、「県大会の勢いをそのままに、レベルの高い九州で初優勝できた。全国大会でも一戦必勝で全国制覇を目指す。」と語りました。



8/13 第22回うるま市畜産共進会 @石川多目的ドーム

うるま市畜産共進会が開催され、牛35頭、山羊57頭が出品されました。日頃の飼養管理や育て方の成果を審査し、畜産農家同士が技術を競い合うことで、飼養技術の向上と畜産業の振興につなげることを目的としています。上位入賞者は市代表として中部地区共進会などへ派遣されます。



7/30 うるま市消防協力者表彰式

消防本部では、5月20日に発生した水難事案(伊計ビーチ)において、ダイビングショップウロボロスのスタッフおよび伊計ビーチのスタッフが連携し、迅速かつ冷静な判断により外国籍の男子高校生を救助した消防協力者の功績を称え感謝状を授与し、記念品を贈呈しました。



8/1 伝統文化を楽しく体験！ わくわく文化体験教室

生涯学習文化振興センターゆらてくにて、わくわく文化体験教室を開催。78人の参加がありました。参加者からは「とても楽しかった」、「沖縄の伝統芸能を体験できてよかった」、などの声がありました。また、「今後も教室に通いたい」と、講師に教室を聞いている子もあり、文化芸術への関心が高まるきっかけとなりました。



8/20 「将来のうるまのため」技能訓練を受け、資格取得と卒隊報告！

若者就業支援プログラム事業により青年開発隊で半年間の技能訓練を行った訓練生8名が、卒隊の報告を行いました。この事業は、うるま市の若者を対象に就職支援を行うことを目的に、建設関連の資格取得ができる青年開発隊への入隊金等の助成を行っています。現在、令和9年4月生も募集中です。



8/17 未来のプロボウラーへの 第一歩となる体験活動！

昨年に続き、沖縄市にあるボウリング施設、ドラゴンボウルより、こどもの居場所への支援として優待券をご寄附いただきました。体験活動の貴重な機会として大切に活用させていただきます。こどもたちの笑顔と楽しい時間を生み出すご支援に、心より感謝申し上げます。



8/4 少年少女空手道大会で大活躍!! 県代表として全国大会へ

5月に開催された「第22回沖縄県少年少女空手道大会」において、市立小学校に通う8名が県代表として全国大会に出場いたします。選手代表として国吉姫夏選手が「沖縄県、そしてうるま市の代表として、皆さんの期待に応えられるよう頑張りたい」と決意表明をしました。



8/13 「2026 沖縄SV激励壮行会」を実施! 熱いエールを力に新シーズンへキックオフ!

2026 JFL CUP優勝と新シーズン開幕に向けた激励壮行会を市役所で実施しました。市内少年サッカーチーム「みどりキッカーズ」や多くの職員が拍手で選手たちを迎え、偉業達成を祝福! 新シーズンへの更なる躍進に向け、熱い声援を送りました。



8/19 金城グリーン(株)金城健太郎氏 沖縄初!日本庭園士に認定!

沖縄県初の「日本庭園士」に認定。本資格は日本庭園の作庭や修復など高度な技能を証明するもので、全国でわずか31人の難関資格です。沖縄の植物を活かした庭造りや海外での活躍を見据え、造園業界発展に意欲を示す金城氏に、市長も「これからの活躍に期待しています」とコメントを寄せています。

8/22 8/23 友好の絆深まる「肝高の阿麻和利」宇都宮公演 市制130周年を祝う記念の舞台上で中高生が熱演! 子どもたち同士の交流も。

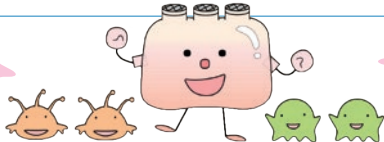
8月22日・23日、宇都宮市制130周年と、本市との友好都市提携2周年を記念し、宇都宮市文化会館にて現代版組踊「肝高の阿麻和利」の特別公演が行われました。記念式典に続いて行われた公演では、うるま地域の中高生たちが大舞台上で躍動。全身からあふれるエネルギーと郷土への誇りに満ちた堂々たる演舞に、会場は大きな感動と熱烈的な拍手に包まれました。若者たちの情熱が文化を通じた地域間のつながりを強く実感させる舞台となりました。両市の絆がさらに深まる素晴らしい2日間となりました。



10月1日は
「浄化槽の日」

浄化槽の維持管理をしましょう！

僕たち浄化槽は生きた微生物の働きで水をきれいにしています。



僕たちが元気に働くためには維持管理が不可欠なんだ。

みなさんのご自宅の浄化槽は、きちんと維持管理をしていますか？浄化槽は生きた微生物の働きで汚れを処理しているので、日頃の維持管理が不可欠です。維持管理がきちんと行われないと、しだいに浄化槽の機能が低下し、地域の環境汚染の原因となります。さらに、故障してしまうとかえって余分な費用がかかることにもなります。

知っていますか？浄化槽設置者の3大義務！

維持管理が
不可欠です！

みなさまの大切な財産である浄化槽を適切に維持管理し、末永く使い続けていけるように浄化槽法において、**浄化槽設置者の義務**が定められています。

①保守点検(法定10条)

浄化槽の処理機能を維持させるために年に数回、保守点検を行うことが義務づけられています(一般家庭では年に3回以上行うことが義務づけられています)。保守点検は、専門的な知識や器具を有することから県知事の登録を受けた専門業者に委託することが必要です。

②清掃(法定10条)

浄化槽内にたまったスカムや汚泥などを引き出し処理機能を回復させるために、年1回以上清掃を行うことが義務づけられています。

清掃は、市町村の許可を受けた浄化槽清掃業者に委託することが必要です。

③法定検査(法定7条、11条)

浄化槽の処理機能や設置状況が適正かを確認するために、浄化槽設置者は、法定検査を受けることが義務づけられています。

検査には浄化槽の使用開始後3～8ヶ月の間に受ける「はじめての検査(7条検査)」と、1年に1回受ける「定期検査(11条検査)」があります。

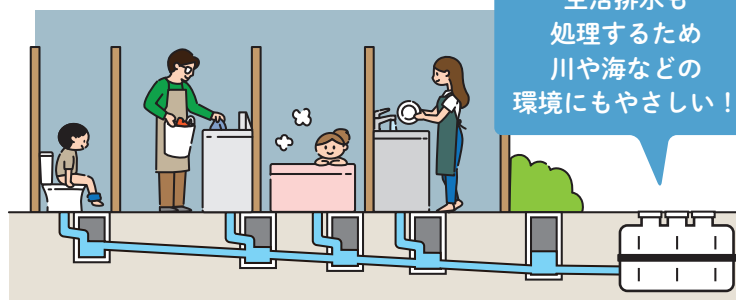
問 環境政策課 ☎973-5594

合併処理浄化槽設置補助金制度

公共用水域の水質向上を図るため、住宅に合併処理浄化槽を設置する方へ設置費用に対する補助事業を行っています。現在受付中ですが、**予算に達し次第受付を終了いたします。**

対象地域

- 公共下水道事業計画区域外の地域
- 公共下水道事業計画区域内で7年以上、下水道の整備が見込まれない地域



補助金対象者

- ①浄化槽法、建築基準法等の関連している法令に違反していない方
- ②土地、住宅等を借りている方で、賃貸人の承諾が得られる方
- ③市税等の滞納がない方(完納証明書)
- ④補助金交付の申請および交付の決定前に合併処理浄化槽の設置工事に着手していない方
- ⑤建築する住宅が販売目的でない方
- ⑥商用施設等の居住を伴わない施設の建築でない方

対象数

49基程度(5～10人槽)

助限度額

50万円

詳細は
市ホームページで
公開しています。



問 下水道課 排水設備係(水道庁舎内) ☎973-7977

令和8年
冬巡業



感動 産業
特区 うるま市
OKINAWA

うるま市魅力発信イベント
同時開催決定!

2026

12/19 土

開場 12:00 打ち出し(終了)17:30

12/20 日

開場 9:00 打ち出し(終了)14:30

大相撲うるま場所

Grand Sumo Winter Provincial Tour 2026 in Uruma City, Okinawa

石川多目的ドーム(沖縄県うるま市石川2298-1) Ishikawa Dome

チケット料金(1日券・税込)

スタンド椅子自由席/Arena Seat (Open Seating).....¥12,000

立見席/Standing Area.....¥5,000

車椅子席(付添1名付き)/Wheelchair Seat(w/1companion)....¥13,000

【注意事項】※すべての座席には座布団はございません。※自由席、立見席は、座席指定や観覧方角エリアの指定はございません。※自由席・立見席ともに3歳以下無料(膝上観戦可)。ただし自由席で席が必要な場合は有料です。※立見席のチケットでは自由席エリアには入れません。※お一人様による複数名分の座席確保(レジャーシートや椅子等を含む)は固くお断りいたします。自由席につき、ご本人様分以外の座席確保はご遠慮ください。過度な座席の確保を発見した場合は、スタッフよりお声がけ・移動をお願いすることがあります。※車いす席の付添は1枚につき1名様までとなります。※車いす席をご利用の方は、チケットご購入前にFANYチケット予約専用ダイヤル[TEL] 0570(041) 356(10時~18時/年中無休)までお問合せください。【その他連絡】※アルコールの持ち込み禁止です。持ち込みを発見した場合回収させていただきます。

券売

FANYチケット

【電話番号】0570(041)356(10時~18時/年中無休)

【URL】<https://r.ticket.fany.lol/ozumouruma>



興行内容

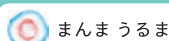
開場 公開稽古
序二段・三段目・幕下取組
相撲甚句 初切 檜太鼓打分 髪結実演
横綱綱締実演 幕内・横綱土俵入り
幕内取組 弓取式
打ち出し(終了)

※各日程の開場時間は異なります
(12月19日は12時開場・12月20日は9時開場)
※一部変更になる場合がございますのでご了承ください

公演
詳細は
こちら



For overseas guests,
please visit our
website for tour details
and ticket information.



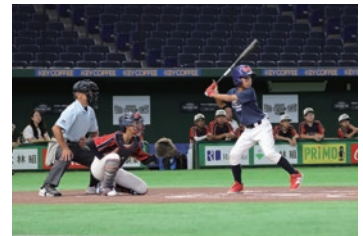
主催 大相撲うるま場所実行委員会、吉本興業株式会社、株式会社LIVE FORWARD 後援 うるま市、うるま市大相撲沖縄場所誘致・プロモーション実行委員会
お問い合わせ 大相撲うるま場所実行委員会事務局、株式会社LIVE FORWARD 東京都新宿区新宿5-18-21 [メール] sumo_uneijimukyoku@yoshimoto.co.jp

協賛募集 本巡業のご協賛をご検討の企業・団体・個人様はお気軽にお問い合わせください

協賛専用窓口: 080-1485-3264

／憧れの東京ドームでプレイ！少年野球交流会／

8月10日、うるま市内の野球チームから選ばれた6年生17名が、東京ドームで開催された「少年野球交流会」に出場しました。友好都市の東京都文京区、岩手県盛岡市の選抜チームと白熱した試合を展開。試合後はドームホテルでの懇親会を通じ、他都市の子どもたちとも交流を深めました。主将の伊波さん（川崎タイガース所属）は「プロ野球選手になりたい気持ちが一層と強くなった」と語り、夢の舞台での経験は一生の思い出となりました。



問 観光・スポーツ課 ☎923-7683

阪神タイガースうるま協力会 2027会員募集中！

会員区分 個人会員・のぼり会員・団体、事業者会員

会員特典 記念品・会員証・名前入りのぼり

企業名・個人名等がのぼりに入ります！
のぼりはキャンプ期間中に野球場へ掲出！
※のぼりの下部部分に名前が入ります。

会 費

個人 ¥2,000・のぼり ¥5,000

団体、事業者 ¥10,000

※5口まで申し込み可能です。

申込みは二次元コードから、
問合せは事務局までご連絡ください。



@HANSHIN_URUMA
インスタ二次元コード



申込二次元コード



のぼり
イメージ



問 阪神タイガースうるま協力会 ☎923-7683

2026年度 うるま市 福祉まつり

「みつけよう つなげよう 感動とやさしさの輪」
～誰もが共に支えあう“いーやんべー”のまちづくり～

入場無料
どなたでも参加できます

2026. 11.14 土
9:30 ~ 16:00

会場: うるま市健康福祉センター
うるみん

※会場周辺の駐車場には限りがございますので、無料シャトルバスや公共交通機関をご利用ください。

オープニングイベント
具志川中学校吹奏楽部

地域交流センター ステージ
10:20~16:00

福祉団体やボランティア団体等によるステージ発表。伝統神ウルマーと踊ろう！、現代版組踊 チーム鬼鷲、うるま天龍太鼓

11:13(金) 前夜祭 **若手ミュージシャンステージ**もあるよ！

スペシャル企画
2026RUN伴うるま
～認知症になっても安心して暮らしていける町～

認知症の方も大人も子どももみんながタスキをつないで走って、ゴールの「うるみん」を目指します！

体験コーナー

- 車いすサッカー体験
- しめ縄づくり
- フライトシュミレーターで外国に行ってみよう
- パラリンピック種目ボッチャ体験
- 城めぐり体験
- アイパッドでお絵描き体験
- 移動公園かめパ号
- ふわふわ遊具
- 手乗りプーメラン等

販売ブース

福祉団体やボランティア、市内障がい者就労施設で作成した商品販売も行います。

アクセサリー、紅型製品、イラスト、雑貨、野菜、焼き菓子、ケーキ、パン、弁当、総菜、E M石けん・洗剤、野菜の苗などの販売

無料シャトルバスの運行

うるま市福祉まつり当日、臨時駐車場①中部農林高等学校、②うるま市役所(本庁)とまつり会場「うるみん」を結びます。

お問合せ 福祉まつり実行委員会事務局
(うるま市社会福祉協議会内)
TEL:098-973-5459

主催:うるま市福祉まつり実行委員会 共催:うるま市・うるま市社会福祉協議会

※天候不良の際は、やむなく中止する場合がございます。来場前にHPをご確認ください。 ※このまつりは、「うるま市補助金」「赤い羽根共同募金配分金」により実施しています。

詳しい内容は、社協ホームページからもご覧になれます。



パネル展示

市内のボランティア団体や福祉団体などの活動紹介

販売ブース

福祉団体やボランティア、市内障がい者就労施設で作成した商品販売も行います。

体験コーナー

車いすサッカー体験、しめ縄づくり、フライトシュミレーターで外国に行ってみよう、パラリンピック種目ボッチャ体験、城めぐり体験、アイパッドでお絵描き体験、移動公園かめパ号、ふわふわ遊具、手乗りプーメラン等

第11回うるま市健康づくりイベント

健康フェスタ

場所 TERUMA east coast
(うるま市与那城照間1860番地1)

11月1日 日

11:00~15:00 **入場無料**

ブースで体験すると
抽選会に参加できる！

体験してスタンプを集めよう！

参加協力(予定)

明治安田、日本生命、沖縄県鍼灸師会、ぐしかわ看護専門学校、プロモーションうるま、うるま市母子保健推進協議会

主催:うるま市(健康支援課)
お問い合わせ:うるま市健康支援課 098-973-3209

スタンプラリー、健康チェック、キッチンカーなど、内容盛りだくさん！

ぜひご家族でお越しください！

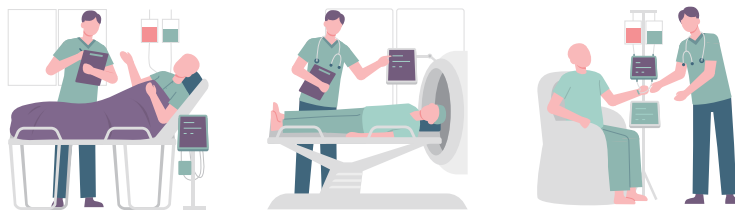
※詳細はうるま市ホームページ(二次元コード)をご参照ください



(公財)沖縄県保険医療福祉事業団助成事業

令和8年8月から「高額療養費制度」が変わりました

公的医療保険制度を将来にわたり維持し、長期療養が必要な方の負担を軽減するため、制度が大きく2つのポイントで見直されました。



①「年間上限額」の新設

新たに「年間(8月～翌年7月)の上限額」が設けられます。月ごとの自己負担額が積み重なり、この年間上限額に達した場合は、超えた分の医療費が後日払い戻し(償還払い)されます。これにより、長期的に治療が必要な方の負担がやわらぎます。

②「月額上限額」の変更

将来にわたり制度を維持していくため、医療費の伸びや所得等に応じて、ひと月あたりの自己負担上限額(窓口での支払い上限額)が変わります。



※ご自身の新しい限度額(適用区分)や手続きの詳細は、市ホームページまたは厚生労働省のウェブサイトをご確認ください。



問 国民健康保険課 給付係 ☎989-5347 後期高齢者医療係 ☎973-3177



令和9年度 保育施設等 入所(園)申込み案内



令和9年度保育施設等の入所(園)申込み受付を行います。詳しくはホームページに掲載いたしますので、ご確認ください。

NEW!

保育施設等の入所(園)申し込みがスマホ・パソコンから電子申請でできるようになりました！ぜひご活用ください！



詳細はこちら

申込期間

10月2日(金)～10月16日(金) ※土日祝日除く

【午前の部】9時～11時30分、【午後の部】13時～16時

【夜間受付】10月9日(金)・16日(金) 18時～20時

【電子申請(24時間受付)】9月24日(木)～10月16日(金)

※個別支援保育や医療的ケア等をご希望の方は窓口対応のみとなります。



申込会場

うるま市役所本庁舎東棟3階 大講堂

◆令和9年1月以降も2次・3次選考を実施します。申込期間等、詳しくは市ホームページをご確認ください。

対象児童

令和9年4月1時点で、うるま市民かつ生後3カ月～小学校就学前までの「保育を必要とする」乳幼児

申込方法

新規申込み・転園希望…申込期間内に窓口手続きまたは電子申請
在園児…在園継続希望で現況確認届を提出済みであれば申込み不要。

1号認定
申込方法

私立認定こども園…希望施設へお申し込み。
公立認定こども園…申込期間内に窓口手続きまたは電子申請



問 保育こども園課 ☎973-5427

子育ての世代間 ギャップあるある～栄養編(幼児食)～

おじいちゃん・おばあちゃんが育児に関わる機会が増える一方で、昔と今では栄養に関する考え方に少し違いがあります。今回は幼児食の世代間ギャップについて、どんな違いがあるか見てみましょう。

おやつ



親

おばあちゃんの家に行くと、お菓子やジュースをたくさん食べてしまいます。その後のごはんをあまり食べてくれなかったりもして...

祖父母

お菓子好きさーねー
とても喜ぶからさー



おやつは楽しみであり大切な栄養補給の時間でもあります。時間と量を調整することが必要です。食事との間隔を数時間空けるようにして、1日に1～2回とるといいですね。



おすすめおやつ

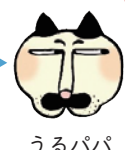


おやつルール

- ☆栄養特に糖質が摂れるものをチョイス！
- ☆甘いものは、1日1回に！
- ☆食事に影響がないよう、量と時間を決める！

～だらだら食べない！
おやつも食事リズムを意識して～

刺身



親

おじいちゃんが釣った魚を刺身にしてくれるのですが、あげてもいいのでしょうか？

祖父母

新鮮だから、あげても大丈夫と思うけどね～？



生の魚に明確な開始年齢はありませんが、消化機能が未熟であること、大人と比べ抵抗力が弱いことから、乳幼児期には食中毒のリスクが高い食品です。加熱してあげましょう。



その他食事で気をつけたいこと

窒息や誤嚥がおこりやすい食品

- 丸くてつるっとしている食品(ミニトマト等)

対応

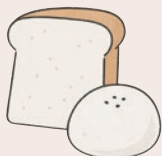
4等分にカットする。
調理してやわらかくする。



- 飲み込みづらい食品(もちやパン等)

対応

一口の量や大きさを調整
よく噛んでいるか、きちんと
飲み込めているか確認。



- 硬くて噛みにくい食材(豆やナッツ等)

対応

5歳以下の子どもには
食べさせない



事故を防ぐために、気をつけること

- 食事に集中できる環境を整える
テレビは消す、おもちゃは片づける
- 姿勢を良くし、食べることに集中
口の中に食べ物が入った状態で、走ったり、
寝転がらないようにする。
- 水を飲んで、のどを潤してから食べる
- 子どもに合わせた硬さや大きさに調整

パパ、ママ、おじいちゃん、
おばあちゃんも子どもへの思いは一緒。
よりよい食習慣と食事時間になるよう、
お互いに確認できるといいですね♪
次回は、世代間ギャップ(子育て編)となります。



新入学用品準備金(新小学1年生)申請のご案内

小学校新入学に伴う経済的負担を軽減するため、令和9年度に小学校へ入学を予定しているお子様の保護者へ「新入学用品準備金」を支給します。

対 象

市内に居住し、令和9年4月にうるま市立の小学校に入学予定のお子様の保護者で、以下の項目のいずれかに該当する方

- ①市県民税 所得割非課税世帯または減免を受けている世帯
 - ②児童扶養手当を全額受給している世帯
 - ③生活保護受給世帯に準ずる程度に生活が困窮している世帯(生活保護が廃止または停止となった世帯含む)
 - ④上記に該当しないが、特別な事由(生計維持者が長期療養により就労ができない場合や、本人都合による失業等)があり、生活が困窮している世帯
- ※以下のいずれかに該当する場合は、対象となりません。
- ・私立学校、特別支援学校に入学予定の場合
 - ・生活保護受給中の場合
 - ・令和9年4月1日より前にうるま市から転出する場合

支給額 **40,600円**

支給月 令和9年1月予定

申請受付
期間 令和8年10月15日(木)～
令和8年11月13日(金)

申請方法 オンライン申請



※対象年齢の幼児がいいらっしゃるご家庭へは、就学時健康診断の案内文と一緒にお知らせを送付しています。詳しくはお知らせまたは市ホームページをご確認ください。

問 学務課 ☎923-2159



『令和9年うるま市はたちの集い』 代表挨拶者募集について



『令和9年うるま市はたちの集い』が次のとおり開催されます。この特別な日、新たな門出を祝い、未来への一步を皆で踏み出しましょう。ぜひ代表者として、決意表明のあいさつを行い、晴れの舞台で思いを伝えてみませんか。

日 時	令和9年1月10日(日) 14:00
場所(予定)	石川会館(うるま市石川石崎1丁目1-1)
募集対象	平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれの方
選考方法	面接により決定します。
お申込み期限	11月20日(金)17:00まで
お申込み方法	お電話にてお申込みください。



問 生涯学習文化振興センター ☎923-1571



開館時間
中央・石川図書館
平日 10:00～19:00
土日 10:00～17:00
勝連図書館
平日 10:00～18:00
土日 10:00～17:00

図書館カレンダー

10月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

イベントの詳細はこちらから



回答はこちらから

うるま市立図書館アンケートご協力お願いいたします。10/31(土)まで

中央図書館 974-1112

「闘牛の楽しみ方鑑賞会」

講師 おおぞと かずお 大里 一雄 氏(元沖縄県闘牛組合連合会事務局長)
なかに みつる 仲田 満 氏(元沖縄県闘牛組合連合会実況アナウンサー)
まきじょう つかさ 牧門 司 氏(闘牛主) 本物の闘牛が図書館に来たる!

日時 10/17(土) 15:00～

対象 こども～大人 参加費無料 定員 50名(申込み不要)

親子工作教室「ゆらゆらパンプキン」

日時 10/31(土) 15:00～

対象 市内在住の親子 参加費無料

定員 9組 受付 10/17(土) 10:00～



「ライブラリーコンサート

♪図書館で楽しむサクソカルテット♪

出演 フルール サクソフォン アンサンブル Fleur Saxophone Ensemble

日時 11/15(日) 開場 17:15～ 開演 17:30～

対象 小学生以上の方 参加費無料

定員 100名 受付 11/1(日) 10:00～



参加申込はこちらから



第80回 読書週間 10月27日(火)～11月9日(月)
標語「静かだけど、冒険中。」 読書週間行事

石川図書館 964-5166

「あれこれ役立つロープワーク講座」

講師 うるま市消防職員 日時 10/10(土) 10:00～12:00

対象 一般 参加費無料 定員 6名 受付 9/26(土) 10:00～

勝連図書館 978-4321

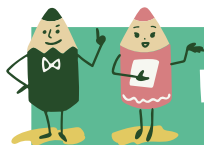
「親子でいっしょに!おまわりさんと学ぶ交通安全」

講師 きのした やすなり 木下 康成 氏(うるま警察署交通課企画規制係長)

日時 10/31(土)11:00～ 対象 こども～大人 参加費無料

定例おはなし会(10月中旬～11月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	あかちゃんのためのおはなし会	10/15(木) 11:00～	すだち
	おはなしの部屋	10/24(土) 11:00～	クレヤ
石川	おはなしワールド	10/17(土) 10:30～	図書館スタッフ
	Let's goとしょかん	11/7(土) 10:30～	サークルピピ
勝連	金曜日のおはなし会	毎週金曜日10:30～	ラビット



ゆらてく通信 生涯学習のすすめ

※お申込みはお電話か
申込フォームより
お願いいたします。

※受講できる方のみご連絡致します。

生涯学習・文化振興センターゆらてく
☎923-1571(平日9:00～17:00)

講座名 【楽しく奏でるドレミパイプ】講座(全4回) ★床や体をたたくと音がするドレミパイプを使って演奏します。

日程 10/25、11/1、8、15《毎週日曜日》10:00～11:00

場所 ゆらてく

受講料 無料

講師 かめや さき 亀谷 早紀氏、ながはま あや 長濱 彩 氏

定員 うるま市在住の小学生20名

持ち物 筆記用具

受付期限 10/19(月)16時まで



(お申込フォーム)

講座名 【カラダに優しく腸活クッキング】講座(全1回) ★甘酒を使った料理を作ります。(メニュー:スキレットオムレツ、甘酒ビュッス、麹ドレッシング)

日程 10/27《火》10:30～13:30

場所 ゆらてく 材料費 2,000円(事前のお支払い)

講師 あらかわ はるな 新川 春菜氏

定員 うるま市在住・在勤の方20名

持ち物 エプロン・三角巾・ハンドタオル・甘酒200mlを入れる容器

受付期限 10/15(木)16時まで



(お申込フォーム)

講座名 【男の手仕込み味噌づくり】講座(全1回) ★発酵について学びながら味噌づくりをします。みそをアレンジした試食もあります。

日程 11/14《土》13:00～16:00 場所 ゆらてく 材料費 3,000円(容器代込)

講師 しもじょう 下條たつき氏(発酵ライフアドバイザーPro.) 定員 うるま市在住、在勤の男性20名

持ち物 エプロン・三角巾・ハンドタオル・持ち帰り用マイバッグ 受付期限 10/20(火)16時まで



(お申込フォーム)

講座名 【子育てヒントのワークショップ～「切り替え」ってどうして難しいの?～】講座(全1回)

日程 11/8《日》14:00～16:00 場所 ゆらてく 受講料 無料 定員 うるま市在住・在勤の方30名

講師 あらかわ はるな 古川 絵美氏・ながはま あや 長濱 奈乃氏(OIST*発達神経生物学ユニット・こども研究所) 持ち物 筆記用具

受付期限 10/20(火)16時まで ★OISTでの研究をもとに、子どもとのポジティブな関わり方のコツを皆さんと一緒に考えていきます。

(お申込フォーム)

講座名 【CHEER UP～大人のチアダンス体験～】講座(全6回) ★経験の有無にかかわらず、笑顔でチアダンスを楽しみましょう!

日程 11/12、19、26・12/3、10、17《毎週木曜日》19:30～21:00 場所 ゆらてく

ポンポン代 500円(事前のお支払い) 講師 Cheerdance Team JASME.

定員 うるま市在住・在勤の女性20名

持ち物 飲み物

受付期限 10/20(火)16時まで



(お申込フォーム)



くらしの情報



市民の皆様へのお知らせ



ハイサイ歯科健診を実施しています

問 沖縄県後期高齢者医療広域連合 事業課 ☎963-8013

沖縄県後期高齢者医療広域連合では、ハイサイ歯科健診を実施しております。お手元にハイサイ歯科健診の受診券(8月下旬に発送)が届いた方は、受診券に記載された歯科医院に電話予約の上、受診いただきますようお願いいたします。

- 期間 9/1(火)～1/31(日)
- 場所 受診券に同封されている歯科医院
- 対象 うるま市にお住まいで令和8年4月1日時点で75歳から79歳の被保険者(ただし、要介護1から5の方、施設に入所中の方、長期入院者を除く)
- 費用 無料(受診期間内1回限り)



市県民税 第3期分の納期のお知らせ

問 課税について 市民税課 ☎973-5382
納税について 納税課 ☎973-1099

10月は市県民税第3期分の納期です。お届けした納税通知書にて、納期限までに納付くださいますようお願いいたします。

- 納期限 11/2(月)



社会生活基本調査



二次元バーコード

問 社会生活基本調査コールセンター ☎0570-07-2580 (ナビダイヤル)

総務省統計局(沖縄県)では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。この調査は、生活時間の使い方や自由時間の活動状況を把握し、よりよい社会をつくるための基礎データとして活用されます。10月上旬から選ばれた世帯へ調査員が伺います。回答は、インターネットで行えるほか、紙の調査票でも可能です。手軽に回答できるインターネット回答をぜひご活用ください。調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いします。

自衛官等募集のご案内

詳しくは二次元コードをご確認ください。

- 種目 ・一般曹候補生
- ・2等陸/海/空士(任期制自衛官)
- ・陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦)
- ・陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)



問 自衛隊沖縄地方協力本部 沖縄募集案内所 ☎937-1608

国保加入者健康づくり教室・体験会



- 対 象 ①19歳～74歳のうるま市国保加入者(運動制限のない者)
②令和8年度特定健診受診者または受診予定者
①～②の条件を満たす者

- 受講料 無料
申込方法 電話、うるみん3階窓口、申込フォームから
申込先 健康支援課 ☎973-4960

足から整える健康づくり体験会

「第二の心臓」といわれる足を整えて、元気な毎日を始めませんか?

- 日時 11/18(水)・11/25(水) 水曜13:30～15:30
- 場所 よなしろ地域共生センター2階 ●定員 20名
- 持ち物 タオル、飲み物、青竹(無料レンタルあり)
- 申込期間 10/9(金)～11/11(水)



二次元バーコード

はじめてのZUMBA体験会

音楽に合わせて楽しく体を動かしてリフレッシュしよう♪

- 日時 11/30(月) 10:30～12:00
- 場所 うるみん3階ホール ●定員 40名
- 持ち物 タオル、飲み物、運動靴
- 申込期間 10/13(火)～11/24(火)
- 承認番号 38363



二次元バーコード

ストレッチ&貯筋教室

ストレッチと筋トレで心も体もリフレッシュ★健康な体づくりを目指して一緒に貯筋を始めましょう。

- 日時 10/28(水)～12/16(水)
毎週水曜 10:00～11:30
- 場所 うるみん1階スタジオ
- 定員 20名
- 持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ
- 申込期間 9/10(木)～10/23(金)



二次元バーコード

運動するなら、カラダの中もチェック!

運動教室+年に1回の特定健診で
“なんとなく健康”から“わかる健康へ”

まずは特定健診のご予約を!

集団健診のご予約はこちらの二次元コードから簡単にできます。



二次元バーコード

早めのチェックが未来のあなたを守ります!これからも元気に動けるカラダをつくっていきましょう!



子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物



物価高騰対策住宅リフォーム 助成事業補助金のおしらせ



二次元バーコード

申 施設保全課 ☎989-3619

1. 工事完了・代金精算後に交付申請兼実績報告兼請求書等を提出して下さい。
2. 工事前・工事中・工事後の写真提出があります。必ず工事前・工事中に写真撮影して下さい。
3. 申請書類を提出しても、工事内容・書類審査・実地調査・予算上限額に到達した等の事情によって補助が受けられない、または早期終了することがあります。あらかじめご了承ください。

- **対象住宅** 自己所有・自己居住の用に供するうるま市内の住宅
- **対象者** うるま市民で自己所有の住宅に現に居住している者
- **補助額** 30万円以上の補助対象工事に対し30%の補助(補助上限額30万円)
- **施工業者** 市内業者限定。うるま市内に事業所若しくは店舗を有する法人又はうるま市内に住所を有する個人事業主が行うリフォーム工事
- **対象工事** 令和8年10月1日以降に着手する工事。屋根(防水含む)、外壁改修塗装、水回り改修、内部改修、バリアフリー改修
- **申請受付期間** 10/26(月)～2/26(金)
※上記1～3を必ずご確認ください。



税証明が変わります

申 市民税課 ☎973-5382

10月26日から基幹系業務システムの標準化に伴い、税証明が変わります(予定)
所得課税証明書が課税証明書へ／標準化後廃止となる証明書があります。(扶養証明書、児童手当所得証明書)
※標準化が延伸となった場合、証明書変更時期も変わります。詳しくはホームページをご覧ください。



家屋を取り壊したときの届出

問 資産税課 ☎973-5394

- ① **家屋を取り壊したときの届け出** 家屋の全部または一部を取り壊したときは、資産税課へ「家屋滅失届」を提出してください。賦課期日(毎年1月1日)が定められており、届出がない場合は翌年度以降も引き続き固定資産税が課税される場合があります。また、家屋だけでなく土地の固定資産税にも影響が出る場合があります。お早めの届出をお願いします。
- ② **未評価家屋の届け出** 所有している家屋が未評価の場合、家屋だけでなく土地の固定資産税にも影響がありますので、お早めに届け出をお願いします。地方税法に基づき更正が行われますので、過年度に遡って税額変更が生じますのでご了承ください。
なお届出様式は、資産税課窓口またはホームページ上から入手できます。



補装具費の支給について



二次元バーコード

申 障がい福祉課 ☎979-8780

補装具とは、障害のある方や難病患者等の失われた身体機能を補完または代替する用具のことです。障害の内容や程度に応じて必要と認められた人に、補装具の購入費や修理費の支給を行います。

- **対象者** 次の要件をすべて満たす方
 1. 身体障害者手帳の交付を受けた方または難病患者等
 2. 補装具種目ごとの要件に該当する方
 3. 18歳以上の方の場合、本人又は配偶者のいずれかの市区町村民税所得割額が46万円未満の方
- **支給対象補装具** 義肢、装具、車いす、補聴器など
詳しくはお問い合わせください。
- **申請方法** 事前申請となります。購入(修理)後に助成は受けられませんので、購入(修理)前に申請方法や必要書類についてお問い合わせください。

小さな工事から大規模リフォームまで

住まいのかかりつけリフォーム店

お困りごとは

私たちにおまかせください!

キッチン・浴室・
トイレリフォーム

駐車場拡張・
フェンス設置工事

雨漏り補修

バリアフリー
工事

増改築・
全面リフォーム

ちょっとしたお困りごともお気軽にご相談ください!

ご相談・お見積り

無料!

うるま市を中心に迅速対応

サポートホーム

☎0120-340-181

営業時間/9:30～17:30 定休日/日曜日



うるま市役所で

CM 放映中!

沖縄県うるま市赤道173-2
丸博ビル1階

地元地域に
愛されて
15年の
実績

お客様満足
98.8%達成

安心・信頼施工



くらしの情報



市民の皆様へのお知らせ



障害者等日常生活用具 給付事業



二次元バーコード

申 障がい福祉課 ☎979-8780

障がい者(児)及び難病患者等に対し、日常生活の便宜を図るため、日常生活用具を給付します。

●対象者 次の要件をすべて満たす方

1. 在宅の方(一部、入院中や施設入所中でも支給対象となる用具もあります)
2. 用具種目ごとの要件に該当する方
3. 18歳以上の方の場合、本人又は配偶者のいずれかの市区町村民税所得割額が46万円未満の方

●給付対象用具・基準額 用具種目ごとに基準額が異なります。給付対象用具、基準額については、ホームページをご覧ください。

●申請方法 事前申請となります。購入後の助成は受けられませんので、購入前に申請方法や必要書類について、お問い合わせください。※ストーマ用装具、紙おむつの申請については、オンライン申請が可能です。詳しくはホームページをご覧ください。



うるま農業振興地域総合見直し (全体見直し) 変更申出書 受付期間・地域説明会について



二次元バーコード

申 農林水産政策課 ☎923-7607

令和10年度のうるま農業振興地域総合見直し(全体見直し)へ向けて、下記の日程で変更申出書を受け付けます。また地域説明会については、決定次第ホームページへ掲載いたしますので、そちらをご確認くださいようお願いいたします。

- 申請期間 11/2(月)～12/25(金) 9:00～16:00
- 申請場所 農林水産政策課窓口(本庁舎西棟1階)
- 申請者 土地所有者または代理人(土地所有者親族(2親等以内)・行政書士)
- 提出資料等 ホームページをご確認ください。



うるま市歴史文化講座

申 文化財課 ☎923-7182

うるま市の地域をめぐりながら歴史や自然、文化を学んでみませんか?うるま市の魅力に気づける講座です。3回以上受講した方には修了証を発行します。

- 日時 第1回 11/8(日) 14時～16時
第2回 11/21(土) 10時～正午
第3回 12/5(土) 10時～正午
第4回 令和9年2/13(土) 10時～正午

- 場所 第1回 ゆらてくホール
第2回 伊計島
第3回 石川集落
第4回 平安座島

●対象 市内在住または在勤の方で、全講座に参加できる方。

●定員 20名 ●受講料 無料

●申込期間 10/1(木)～10/30(金) ※定員に達し次第締め切り



第22回うるま市総合文化祭 (舞台の部)を開催します!



二次元バーコード

申 うるま市文化協会 ☎974-0333

文化協会舞台専門部による「うるま市総合文化祭(舞台の部)」を開催します。熟練された琉球舞踊や琉球民謡界で活躍する唄い手、空手演武、合唱など、多彩な舞台をお楽しみいただけます。昼公演と夕方公演がありますので、ぜひご家族・ご友人とお越しください。

- 日時 10/18(日)
【昼公演】12:00開演 【夕方公演】15:30開演

●場所 うるま市民芸術劇場 響ホール

●入場料 1,500円(中学生以下無料)

※入場券等詳細はうるま市文化協会事務局にお問い合わせください。

太陽光発電のことは
当社にお任せください!

費用対効果重視のご提案
修理費用に対して売電収入があるかを考え
本当に必要な工事だけをご提案します。

現地調査・見積無料!まずはご相談ください

株式会社 Ripple 沖縄

うるま市喜屋武479-1 ☎098-989-5803

お子様の心や感情の発達状況に
合わせた支援・療育を行います。

児童 募集中!

対象 受給者証を取得した 6歳までの 未就学児	料金 国が定める 金額の1割 ※教材費・おやつ代 別途	保育時間 月～土曜日 9:00～ 16:00
---	--	--

学校やご自宅への送迎あり

多機能型事業所
児童発達支援

お気軽に電話にてお問い合わせください

Ace

具志川校 うるま市具志川2931 1F ☎098-989-6268
江洲校 うるま市江洲549-7 1F ☎098-973-1355



子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物



観葉植物展示即売会

問 うるま市観葉植物愛好会

植物には、不思議な力があります。私たちの健康と地球環境の改善に役立つ力です。もっと身近に部屋内に植物を飾り育てることにより部屋内の空気が浄化され、快適な生活環境と美的空間をつくりだし、日々の疲れを癒してくれます。これがエコグリーンであります。エコグリーンの推進と健康づくりに寄与することを目的に本展示会を開催します。

- 期日 令和8年10月19日(月)～21日(水)まで(3日間)
- 場所 社会福祉センターうるみん(2Fロビー)



無料もの忘れ相談会

問 介護長寿課 ☎973-5112

市内7か所の地域包括支援センターに配置されている認知症地域推進員が、もの忘れ相談や脳の健康チェックを行います。お気軽にご相談ください。

- 日時 10月8日(木) 10:00～12:00
- 場所 うるま市役所 東棟3階 防災会議室
(※事前予約は必要ありません。直接、上記の会場へお越しください。)
- 相談料 無料

あなたの力が
必要です！

うるま市シルバー人材センター 会員募集

うるま市にお住まいの60歳以上の皆さん、豊かな知識と経験を活かしてみませんか。

地域で輝く
チャンス！
生涯現役年月を
経てより輝く！

- ・派遣事業(保育・学童補助、調理補助、保育・学童・介護の送迎業務等)
- ・一般事務、家事援助サービス、駐車場管理、施設管理・屋内外清掃

入会
説明会

毎月20日 10:00

@じんぶん館 ※休日の場合は翌日

問

(公社)うるま市シルバー人材センター
☎972-2267

沖縄職業能力開発大学校 社会人向け入試のご案内

申 沖縄職業能力開発大学校 学務課 ☎934-4808



二次元バーコード

設置科(専門課程)①生産機械技術科(生産技術科)、②電子情報技術科、③電気エネルギー制御科、④住居環境科、⑤物流情報科、⑥国際ホスピタリティ観光科(ホテルビジネス科)

試験種	募集科	出願期限	試験日	試験会場
社会人経験推薦 B日程	専門課程 全6科	10月7日(水)～ 10月22日(木)	10月31日(土)	当校
事業主推薦		随時		

地域計画意見交換会開催日程

地域農業の未来を、一緒に語り合いませんか？

地域の皆様で、地域農業を持続・発展させるための取り組みについて語り合う場です。ぜひ、ご参加ください。

●対象となる方

農地オーナー様

- ✓ 農地を貸している・貸したい方
- ✓ 農地の管理に困っている方

現役の農家様

- ✓ 農地を借りている方
- ✓ 経営規模の拡大を考えている方
- ✓ 規模縮小やリタイアを考えている方

未来の担い手・関係者様

- ✓ 新しく農業を始めたい方
- ✓ その他地域農業に携わっている方

●日程と会場

対象地域	日付	時間	会場
津堅	10/6(火)	12時30分～14時	津堅自治会
石川北、石川南	10/8(木)	18時～20時	石川地区公民館
宇堅・港原、照間	10/13(火)	18時～20時	市役所西棟3階 第1会議室
具志川北、兼箇段	10/20(火)	18時～20時	じんぶん館
南風原、下原	10/22(木)	18時～20時	高江洲公民館
宮城、伊計	10/27(火)	18時～20時	宮城島防災センター
与勝、浜比嘉	11/5(木)	18時～20時	勝連地区シビック センター

※日程等の変更が生じた場合は、市ホームページでお知らせします。
ご来場前にご確認ください。

問

農林水産政策課 ☎923-7607

特集

うるま日記

各課のお便り

くらしの情報



くらしの情報



市民の皆様へのお知らせ



初心者向け！ やさしいスマホ教室



二次元バーコード

申 DX推進課 ☎973-5204

スマートフォンを持っているけど活用できていない方を対象にしたスマホ教室を実施します。貸出用スマートフォンを利用して、生成AIやスマホでの詐欺対策を楽しく学んでみませんか？専門のスマホアドバイザーがわかりやすくサポートします。

- 日時 11/5(木)
 - ①10:00～11:30／初めての生成AI教室
 - ②13:30～15:00／スマホの詐欺対策講座
- 場所 うるま市役所 東棟 3階 防災会議室
- 対象 市内在住の方
- 定員 各講座 先着20名
- 受講料 無料
- 申込期間 10/8(木)～21(水)※定員に達し次第締切
- 申込方法 上記二次元コード、またはお電話にて



お塩ひかえめ教室



二次元バーコード

申 健康支援課 保健指導係 ☎973-3209

お塩ひかえめは特別なことじゃない！塩の役割、とり方を知り、簡単でおいしい料理を作って味わう充実の3時間！お気軽にどうぞ♪

- 日時 10/24(土)10:00～13:00 ※9:30受付開始
- 場所 うるみん 3階 調理室
- 対象 19～74才のうるま市民
- 定員 20名まで ●参加料 無料
- 持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、飲み物
- 申込方法 ①電話 ②窓口 ③ウェブ
 - ※①②は夜間および土日祝日を除く
- 申込期限 10/1(木)8:30～10/16(金)17:00まで
 - ※定員に達し次第受付終了



ご寄附ありがとうございます。

令和8年8月1日～令和8年8月31日

うるま市育英会へ

- 上原 悦子 様(高江洲)より 1万円の寄附

うるま市社会福祉協議会へ

- 唐澤 雅幸 様(具志川)より 5,000円の寄附
- 仲里 大河 様(兼箇段)より 1,210円の寄附
- うるまこどもステーション 様(喜屋武)より 16,952円の寄附



筋力チェック！ 「ちゃ～がんじゅう！！ 健康まると測定会」

問 健康支援課 ☎973-3209

体の状態を知って介護予防！手足の筋量、筋力など様々な測定ができます。この機会に自分自身の筋力などをチェックしてみませんか？

- 日時 10/21(水) 9:30～13:00
- 場所 よなしろ地域共生センター3階
- 内容 zaRitz測定(筋力・バランス能力測定)、握力測定、歩行能力テスト、骨密度測定、脳活チェック、お口の機能測定、健康相談、聴こえのチェック
- 参加費 無料
- 対象者 うるま市在住の65歳以上の者
- その他 動きやすい服装 飲み物は必要であれば各自でご準備ください。
- 事前申込 不要 ※時間帯によっては混雑し、待ち時間が出てくる可能性もございます。あらかじめご了承ください

※健診ではないため、朝食を通常通り召し上がってからお越し下さい。



ジェンダー平等に関する 市民講座のご案内

問 共生推進室 ☎973-8927

うるま市共生推進室は一般社団法人沖縄らいつ包括的教育センター代表理事で思春期保健相談士・性教育認定講師の和田なほ(わだ なほ)先生をお迎えし「ジェンダーに関する基礎知識と生活の中で心がけるジェンダー平等」について講座を開催します。多くの方の参加をお待ちしております。

- 日時 11/4(水) ※13時受付
 - 13時30分から15時30分
- 場所 生涯学習・文化振興センターゆらてく1階研修室1
- 対象 市民 ●定員 45名 ●受講料 無料
- 申込期限 9/15(火)～10/16(金)
 - (定員に達し次第締め切り)

マイナンバーカード 夜間・休日窓口

10月

- 夜間 8日(木)、22日(木) 20時まで
- 休日 4日(日)、11日(日) 9時～13時

※夜間・休日窓口でのマイナンバーカード手続は
事前に電話予約が必要です。また夜間・休日窓口は本庁舎東棟のみ対応となります。

問 市民課 ☎989-5410





子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物



成年後見制度無料相談会

申 福祉政策課 ☎989-0203

専門職（法律職と福祉職）による成年後見制度に関する無料相談会を開催します。

- 日時 令和8年11月12日（木）
午後13時半から午後15時半まで
- 場所 うるま市役所東棟2階 相談室（保護課側）
- 対象 うるま市在住の方又はその親族、福祉関係者、成年後見人など
- 定員 3組まで ※相談時間は1件あたり30分程度
- 相談料 無料事前申込制（先着順）
- 申込方法 開催日の1週間前から受付となります。また、相談内容について聞き取りを行います。内容によっては、別の相談窓口をご案内する場合があります。
- 申込先・お問い合わせ 福祉政策課 ☎989-0203



認知症サポーター養成講座のご案内



二次元バーコード

問 介護長寿課 ☎973-5112

この講座は、認知症について正しく学び理解し、自分のできる範囲で認知症の人やその家族を応援する「認知症サポーター」の養成講座です。認知症の人やその家族が地域で安心して過ごせるようそっと見守り、そっと手助けしてくれる認知症サポーターが1人でも多く増えることを目指し開催しています。ぜひ、認知症について一緒に学びませんか？

- 日時 10月27日（火） 9:00～10:30
- 場所 生涯学習・文化振興センターゆらてく
- 対象 うるま市民（18歳以上の方）
- 内容 ①認知症を理解する（疾患と症状）
②認知症の方への対応方法
③認知症サポーターとは 等
- 定員 15名（定員に達し次第締め切ります）
- 受講料 無料
- 申込期間 10/5（月）～10/16（金）9:00～16:00
電話またはWeb申し込み、もしくは介護長寿課窓口にてお申し込みください。
介護長寿課 地域支援係 ☎973-5112

うるま市の人口



	令和8年9月1日現在	前月比
人口	127,680人	25
男	63,988人	12
女	63,692人	16
世帯数	60,245世帯	14

消防活動状況



	令和8年8月	累計
救急出動件数	768件	5854件
搬送人員	649人	4937人
火災件数	1件	28件



暮らし・しごと無料相談会

申 うるま市パーソナルサポートセンター ☎989-3972

暮らしや仕事のことで困りごとはありませんか？支援員が親身に相談をお受けし、法律、就職、障がいなどの専門家に無料相談できます。

- 日時 10/30（金） 午前9時30分～午後12時00分
- 場所 生涯学習・文化振興センター ゆらてく
- 対象 うるま市在住の方
- 申込方法 電話およびメールで予約いただくか当日会場にお越しください。※法律相談は事前予約が必要になります。
- 申込期間 10/19（月）～10/29（木）
- 連絡先 uruma.ps@sasae-uruma.net



保育士合同就職説明会



二次元バーコード

申 保育こども園 ☎973-5427

市内の認可保育施設で就労を希望する方へ向けた「うるま市保育士合同就職説明会」を開催いたします。保育士を目指している方、保育施設から詳しいお話を聞いてみたい方のご参加をお待ちしております。

- 日時 10月24日（土） 14:00～16:00（受付13:30～）
- 受講料・参加料 無料
- 対象 うるま市内の認可保育施設で就労を希望している方。
- 会場 本庁舎東棟3階 大講堂

粗大ごみのオンライン受付がスタートしました

9月28日より家庭から排出される粗大ごみのオンライン受付ができるようになりました。※電話受付も可能です。

24時間受付可能

- ・休日でもスマートフォンやパソコンから受付可能
- ・受付時に回収希望日が選択できる

アクセスについて

- ・うるま市公式LINEからアクセス可能
- ・うるま市のホームページに受付、操作方法も掲載



市公式LINE ホームページ

問 環境政策課 ☎973-5594



くらしの情報



市民の皆様へのお知らせ



『赤ちゃん感動写真展』 写真募集のお知らせ



二次元バーコード

申 子育て包括支援課 ☎989-0220

赤ちゃんの誕生や成長の喜び、家族の愛情あふれる瞬間を写真を通して共有し、命の大切さや親子の絆について考える機会とすることを目的に、『赤ちゃん感動写真展』を開催します。地域の皆様からお子さんの愛らしい姿や、家族との心温まるひとときを納めた写真を募集します。皆様のご応募、お待ちしております。

《写真展の開催》

●日時 令和8年11月～令和9年3月頃

※本庁舎東棟1階ロビーでのパネル展(12月)や、健康フェスタ(11月)などのイベント、乳幼児健診の会場でフォトスライドショーとして展示予定

●場所 本庁舎東棟1階ロビー、健康フェスタ会場、乳幼児健診会場など

●対象 うるま市民

《写真の申し込みについて》

●申込期間 9/1(火)～10/15(木)

●対象 0歳から3歳ごろまでのお子さんの写真

※世代を問わず、こどもの頃の写真を募集しています。

●申し込み方法 二次元バーコードから写真をアップロード※二次元バーコードにある注意事項を確認・同意した上でご応募ください。



里親制度説明会



二次元バーコード

申 子育て包括支援課 ☎973-5041

さまざまな事情で家族と暮らせない子どもたちがいます。その子どもたちを自分の家庭に迎え入れて、必要な期間豊かな愛情と正しい理解でその成長をサポートするのが「里親制度」です。子どもたちの健やかな成長と未来を支えるため、あなたにできることを探してみませんか。里親制度の説明会を開催いたしますので、お気軽にご参加ください。

●日時 10/30(金) 10:30～12:00

●場所 うるま市役所本庁舎東棟 2階第2会議室

●対象 里親制度に興味のある方

●定員 20名 ●受講料 無料 ●申込期間 なし

●申込方法 里親養育支援センターよしみず(☎988-1258)までお電話してください。



令和8年度後期 発達が気になる こどもを持つ親のための ペアレントトレーニング



二次元バーコード

申 問 みどり町児童センター ☎972-6200

発達に困り感のあるこどもの行動理解や行動療法に基づく効果的な対応法を学び、話し合いや練習を通してよりよい親子関係づくりとこどもの適応行動の増加を目指します。

●日時 11月5日(木)～令和9年2月18日(木)

10時～12時(隔週木曜日・全8回)

●場所 うるま市みどり町児童センター・学童クラブ室

※状況によっては場所の変更やZoom対応あり

●講師 児玉 初美 氏 (認定心理士)

●対象者 小学校低学年のこどもをお持ちで、子育てに困り感のある保護者 ※対象児の年齢についてはご相談に応じます

●定員 8名(先着順) ●料金 無料

●主催 一般社団法人 縁joint・障がい福祉課

●申込方法 電話にて申し込み(受付時間:平日10時～18時)

●申込期間 10月1日(木)～11月4日(水)

※定員に達し次第締め切ります

【重要】システム標準化移行に伴う コンビニ交付サービスの一時停止について

国が推進する「地方公共団体情報システム標準化」に伴うシステム切替作業のため、以下の期間、コンビニ交付サービスを一時停止いたします。市民の皆様にはご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、理解とご協力をお願い申し上げます。

コンビニ交付サービス停止期間

10月26日(月)～11月8日(日)

※11月9日(月)より再開予定です。

●停止するサービス・証明書

期間中は、コンビニエンスストア等のマルチコピー機での以下の手続き・発行ができません。

【各種証明書の交付】

・住民票の写し	・戸籍の附票の写し
・印鑑登録証明書	・税証明書
・戸籍謄本・抄本	(所得証明書・課税証明
(全部・個人事項証明書)	書)

【本籍地利用登録申請】

●停止期間中の証明書取得について

コンビニ交付停止期間中も、窓口では通常どおり証明書の発行を行っております。※停止期間中は開庁時間内に窓口をご利用ください。

問 うるま市役所 市民課 ☎973-3206



子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物

うるま市民各種無料相談のご案内



相談内容	相談日時	相談場所/お問合せ
法律相談 弁護士による法律相談。	10/13(火)、20(火)、27日(火)、14:00~16:00 ※予約受付終了 (11月分予約期間) 10/1(木)~10/25(日)	【相談場所】 市民相談室 (国民健康保険課横) 【お問合せ・予約】 市民協働政策課 ☎973-5487
行政相談(予約不要) 行政相談委員による相談。 道路や社会福祉、行政(国、県、市)の仕事の困りごと	10/22(木) 13:30~16:00	【相談場所】 市民相談室 (国民健康保険課横) 【お問合せ】 市民協働政策課 ☎973-5487
離婚に関する法律相談 弁護士による相談。 養育費・親子交流・親権・離婚調停など (定員4名/回)	10/1(木) 13:15~16:45 10/21(水) 13:15~16:45 おひとり45分程度 ※要予約	【相談場所】 相談室 (本庁舎東棟2階) 【お問合せ】 こども家庭課 ☎973-4983
法律相談(予約制) 司法書士による相談。不動産登記や会社設立、多重債務など	10/21(水) 14:00~16:00 ※要予約	【相談場所】 市民相談室 (国民健康保険課横) 【お問合せ・予約】 沖縄県司法書士会 ☎867-3577
人権相談 人権擁護委員による相談。 いじめや嫌がらせなど	10/20(火) 13:30~16:00	【相談場所】 相談室6(納税課隣) 【お問合せ】 共生推進室 ☎973-8927
よろず経営相談 各分野の専門家による相談。中小企業・小規模事業者の経営上のあらゆるお悩みについて	10/16(金) 9:00~17:00 ※要予約	【相談場所】 市民相談室⑥ (納税課隣) 【お問合せ・予約】 商工振興課 ☎923-7634

相談内容	相談日時	相談場所/お問合せ
教育・青少年相談 児童生徒の不登校等、18歳未満の方の進学や就労	平日 8:30~17:00 ※要予約	【相談場所】 ・じんぶん館内 ・本庁舎西棟3階 【お問合せ・予約】 学校生活応援課 ☎989-9127
女性相談 離婚、DVなど女性が抱える悩み	平日 9:00~17:00	【相談場所・お問合せ】 子育て包括支援課 (本庁舎東棟2階) ☎973-5041
家庭児童相談 家庭における子育ての悩み	平日 8:30~17:00	【相談場所・お問合せ】 子育て包括支援課 (本庁舎東棟2階) ☎973-5041
就労・生活支援相談 経済的に困っている方や、就労のこと	平日 8:30~17:15	【相談場所・お問合せ】 就職・生活支援パーソナルサポートセンター (本庁舎東棟2階) ☎989-3972
消費契約トラブル相談 事業者との契約トラブル、フリーローン、クーリングオフ制度等の相談について(電話・窓口にて)	平日 9:00~16:00 (12:00~13:00を除く)	【相談場所】 市民協働政策課内 (本庁舎西棟1階) 【お問合せ】 ・消費者ホットライン ☎188 ・うるま市消費生活センター ☎973-5692
健康・栄養相談 健康づくりや生活習慣病に関する相談を保健師・看護師・管理栄養士が対応します。	毎週水曜日 9:00~11:00 (3枠) ※栄養相談のみ要予約	【相談場所】 うるみん3階 【お問合せ】 健康支援課 ☎973-3209

障がい者(児)相談

障がいに関すること、生活に関することや情報提供、福祉サービスについて

【相談日時】 平日8:30~17:15

ご相談先	担当地区(小学校区別)	連絡先
地域生活支援センターあいあい	具志川小・田場小・天願小・あげな小	979-0555
相談支援センター石川学院	城前小・宮森小	090-6869-5286
相談支援センターハルモニア	兼原小・中原小・赤道小	975-6008
相談支援事業所サマンの木	高江洲小・南原小・勝連小・平敷屋小・津堅小・与那城小・彩橋小	080-6488-9909
指定相談支援事業所なごみ	川崎小・伊波小	972-6029

障がい者虐待に関する相談

障がい者虐待防止センター(障がい福祉課内)

【連絡先】 平日8:30~17:15 ☎979-8781 平日17:15~8:30・休日 ☎080-8362-0179(コールセンター)

特集

うるま日記

各課のお便り

くらしの情報

世界遺産 勝連城跡で
ランタンと獅子が舞う

編集・発行：うるま市役所
〒904-2292 沖縄県うるま市みどり町一丁目1番1号
TEL (098) 974-3111 (代表)

ホームページ <https://www.city.uruma.lg.jp>
LINE公式アカウント 沖縄県うるま市

印刷：(株) 東洋企画印刷
〒901-0306 沖縄県糸満市西崎町4-21-5
TEL: 098-995-4444

第38回

全島獅子舞 フェスティバル

The 38th All Island Shishimai Festival



2026.
10/10 土・10/11 日

開催場所 勝連城跡 四の曲輪

勝連城
スカイランタン宵祭り
第38回全島獅子舞
フェスティバル前夜祭
開場17:00 開演18:30

終了21:00
スカイランタン受付 16:30～
※開場時間等、変更になる場合がございます。

第38回全島獅子舞
フェスティバル

本祭り

有料席受付16:00
開場17:00 開演18:30
終了21:00
※開場時間等、変更になる場合がございます。

主催：全島獅子舞フェスティバル実行委員会
企画・運営：株式会社近畿日本ツーリスト沖縄



イベント内容・チケットに関するお問い合わせ

株式会社近畿日本ツーリスト沖縄

☎098-867-7111(平日10:00～17:00)
✉uruma.gusuku@gmail.com