

12

令和5年(2023年)

No.225



地域や企業に支えられ 30年! 誠心誠意「具商デパート！」

表紙 (具商デパート)	P1
うるままつり/獅子舞フェスティバル/うるハロ	P2~3
叙勲/まちの話題	P4~5
としょかんだより	P6
病児・病後児保育のご案内	P7
保健だより	P8

年金だより	P9
人権週間/沖縄県人相談窓口	P10
新型コロナワクチン/きゃんひだまりひろば	P11
出張スマホ教室/応急手当術	P12
くらしの情報	P13~P19
裏表紙 (市公式ホームページリニューアル)	P20

うるまハロウィン コスプレフェス2023



うるまハロウィン
ダイジェスト動画

11月4日(土)～5日(日)の2日間、沖縄最大級のコスプレイベントが、「あまわりパークイベント広場」にて開催されました。去年に引き続き全国各地から人気コスプレイベントが集まり、多くの来場者が世界遺産「勝連城跡」で撮影やコスプレを楽しみました。



また、市教育委員会と学校法人角川ドワンゴ学園が運営する「ネット部活」では、市内の小中学生が作曲用アプリで制作したオリジナル楽曲を特設ステージで披露し、会場は盛り上がりを見せました。



獅子舞フェスティバル
LIVE 配信



獅子舞フェスティバル
ダイジェスト配信

10月29日(日)、沖縄各地の獅子舞が一堂に会する「第36回全島獅子舞フェスティバル」が安慶名闘牛場で開催されました。
それぞれの特色のある伝統芸能をダイナミックに披露し集まった観客を魅了しました。

第36回 全島獅子舞フェスティバル



第18回 うるま祭り 2023



第18回うるま祭り
ダイジェスト動画

「第18回うるま祭り」が具志川総合運動公園をメイン会場に10月14日(土)、15日(日)に開催されました。今年も多くの市民が参加し、観客と一体となったメインステージとサブステージ。
フィナーレでは、盛大な花火が夜空を彩り、「うるま祭り」を締めくくりました。



10/6 **今こそ恩返しの時！**
ハワイ義援金2,000万円



10月6日(金)、ハワイ州マウイ島で発生した山火事の復興を支援するため沖縄県庁にて、沖縄ハワイ協会へ2,000万円の義援金を贈呈しました。
市は今後も市内で行われるイベント会場にて、寄付を募っていき、支援活動を続けてまいります。

10/10 **新たな事業展開の可能性に期待！**
包括連携に関する協定締結式



10月10日(火)、市は国立大学法人琉球大学と、市が有する地域特性や文化的財、琉球大学が有する教育および、学術研究等の知的資源の効果的な活用を行い、相互が持つノウハウを共有することで、本市のみならず沖縄県全体の経済発展に繋がる事を目的に、包括連携協定を締結しました。

10/13 **優勝を掴み取り全国大会へ！**
INFINITYCLUB(女子)優勝報告！



9月23日(土)、「第12回U15クラブバスケットボールゲームス沖縄県予選」において、INFINITYCLUB(女子)が優勝を果たし、中村市長へ報告を行いました。
また、来年1月に開催される全国大会にも出場が決まり、久高キャプテンからは「毎日の練習を大事にし、応援している皆さんの期待に答える事ができるよう頑張っていきたい」と決意を述べました。

10/20 **救急対応と救命率向上への取り組み**
ゆいまーる救急ステーション認定式



消防本部では、13事業所に「ゆいまーる救急ステーション」の認定式を行いました。事業所の近くで救急事案などが発生した場合に、応急手当やAEDを使用した適切な救命処置を実施して、救命率向上を目指すものです。これからも各事業所と連携し、うるま市の安全安心な街づくりを目指します。

10/26 **補助事業者決定！**
令和5年研究開発支援事業



市内企業等の新サービス・新商品開発の研究促進を支援し、地域経済振興を図ることを目的とした、うるま市研究開発支援事業の補助事業者が決定し、交付式が行われました。
【補助事業者】(株)JoeBテック、日新製糖(株)、農業生産法人(株)熱帯資源植物研究所、(株)サウスプロダクト、ジェンダイブファーム(株)、天然資源研究開発センター、阪神化成(株)、(株)沖縄トータルロジスティクス※順不同

10/26 **補助金審査結果報告**
9件の補助金を審査しました！



補助金審査委員会を代表し会長の佐藤学氏、副会長の新垣壮大氏が市役所を訪れ、中村市長、嘉手苧教育長へ補助金の審査結果の報告を行いました。当該委員会では、補助の必要性や用途および金額の妥当性、運営上の課題等について審査し、見直しに向けた提言を行っております。

9/15-20 **みんなで守る！飲酒運転絶対にしない**
飲酒運転根絶を宣言



市では秋の全国交通安全週間中に、石川地区・うるま地区出発式を行いました。なかよし保育園・すずらん認定こども園がオープニングを飾り、交通安全活動に尽力された方々へ警察から表彰、うるま市新採用職員による飲酒運転根絶が宣言されました。

10/6 **一緒に学び、強い連携！**
警察本部機動隊と交通救助訓練を実施



うるま市救助隊は10月6日金具志川消防署内において沖縄県警察本部警備部機動隊(レスキュー小隊)と交通救助合同訓練を実施しました。訓練では今年度更新した救助工作車を使用し、車両破壊要領に必要な知識や技術を相互に確認しました。

令和5年叙勲受賞
おめでとーいございます

公共の利益のため、それぞれの道で永年にわたり尽力され、多大な功績を残された方々に贈られる叙勲や、警察官ら危険性の高い仕事に従事した危険業務従事者叙勲の受章者が発表されました。

春の叙勲

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

金城 久男氏(72)
警察功労元警視正

瑞宝単光章

名嘉眞 儀栄氏(61)
防衛功労元3等陸尉
比嘉 敏勝氏(72)
警察功労元県警部
福原 兼治氏(72)
消防功労元沖縄市消防司令
読谷山 勉氏(75)
消防功労元うるま市消防司令

高齢者叙勲

旭日単光章

高良 正一氏(88)
自治功労元与那城町議

秋の叙勲

旭日小綬章

徳田 政信氏(73)
地方自治功労元うるま市議

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

泉本 良政氏(73)
警察功労元警視正

瑞宝単光章

江田 秀則氏(65)
海上保安功労元海上保安官
久田 友一氏(74)
消防功労元うるま市消防司令
宮良 賢雄氏(61)
防衛功労元3等陸尉

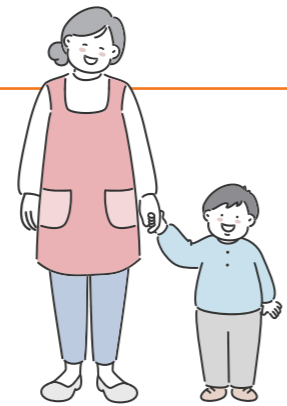


病児・病後児保育のご案内

「子どもの体調が悪いけど、
仕事は休めない。
周りに頼れる人もいない。」

そのようなお困りのときに利用できるのが、病児・病後児保育事業です。病児・病後児保育施設では、看護師や保育士等を配置し、お子様をお預かりします。下記施設にて、病児・病後児保育を実施していますので、お気軽にご相談ください。



うるま市内の病児・病後児保育施設

施設名	び〜のはうす前原 (前原どろんこ保育園) ※8月1日より事業休止中 (再開時期未定)	び〜のはうす石川 (石川どろんこ保育園)	ハート保育園
住所	字前原599-1	石川東恩納952-1	字赤道174-12(202号室)
種別	病後児保育		病児保育
対象児童	・病気の回復期であり、集団保育が困難で、家庭で保育を行うことができない乳児・幼児または小学校へ就学している児童		・病気の回復期に至っていない場合であり、当面の症状の急変が認められない場合において、集団保育が困難で家庭で保育を行うことができない乳児(生後6か月以上)・幼児または小学校へ就学している児童
利用時間	8:00~18:00 【定休日】 ・日曜日、祝日、年末年始 (12月29日から1月3日)	 (初日)9:00~17:00 (2日目以降)8:30~17:00 【定休日】 ・土曜日、日曜日、祝日、年末年始 (12月29日から1月3日)、旧盆(旧暦7月15日、慰霊の日)	
利用定員	4人	6人	2人
料金	1日利用2,000円(昼食・おやつ代込み) 12:00~18:00利用1,000円(昼食なし・おやつ代込み)		1日利用2,000円 (昼食・おやつ代込み)
電話番号	987-8601	987-8101	989-0045
詳しくは、QRコードからご確認ください			

※下記に該当する世帯については、利用開始日までに市へ申請すると利用料の減免(食費は実費)が受けられます。

①生活保護世帯

②非課税世帯

申請方法など、詳しくは保育こども園課までお問合せください。

【お問合せ】保育こども園課 電973-5427

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

開館時間
(中央・石川図書館)
平日 午前10時~午後7時
土・日 午前10時~午後5時
(勝連図書館)
平日 午前10時~午後6時
土・日 午前10時~午後5時

今月のおすすめ あぁ! 愛しき文房具

01 『はじめてのガラスペン』



武田 健 著 / 実務教育出版

普段使っている筆記具とは全く違い、まるで光の中から生まれたような輝きをたたえるガラスペン。美しいビジュアルに心奪われるだけでなく、一度経験したら忘れることのできない至極の書き味も特徴。そもそも、ガラスペンってどんなもの? という超初心者におすすめの一冊です。

(一般書) 所蔵館 中央

02 『筆ペンで書くゆる文字 季節のあいさつ』



宇田川 一美 著 / 誠文堂新光社

ゆる文字は、書道のように決まりもなく、字の上手い下手も関係なく楽しみながら書くことができます。筆ペンにもいろいろな種類があり、書く内容や雰囲気にあわせて選ぶのもまた面白いでしょう。文字を書く時のちょっとしたコツや筆ペンの特色を知り、今までは違う年賀状作りにチャレンジしてみたいかがですか?

(一般書) 所蔵館 石川

03 『手帳&ノートの文房具アイデアBEST256』



扶桑社

スケジュールはスマホで管理、家計簿や体調もアプリに記録、日々の日記はSNSへ投稿。こんなデジタルな時代ですが、いや、デジタルな時代だからこそ、手帳やノートのアナログさが逆に楽しめるのです。かわいい文房具アイテムや、使い慣れた文房具にこんな使い方があったのか! と役立つアイデアが満載です。

(一般書) 所蔵館 勝連

図書館カレンダー 12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	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						

図書館カレンダー 1月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	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		

は石川館、■は全館休館日です。

☆暮らしに役立つ図書館講座

「知識ゼロからの新 NISA・iDeCo」

講師 辻脇 稲子 氏 (沖縄県金融広報アドバイザー)

日時 12月16日(土)午前10時30分~

場所 中央図書館 2階会議室

対象 市内在住の方

参加費無料(定員12名・先着順)

受付 12月2日(土)午前10時~

☆「クリスマスおはなし会」

講師 ドゥ・カシースン

日時 12月23日(土)午前10時30分~

場所 中央図書館 2階会議室

対象 こども~大人

※お問い合わせは、中央図書館までお願いします。

返し忘れはありませんか?

ご自宅に返却期限が過ぎた図書館の資料はありませんか? 次に借りたい人のために返却期限を守り、早めに返すようにしましょう。図書館が閉まっている時は、「ブックポスト」をご利用ください。

紙芝居・CD・カセットテープ・ビデオテープ・DVDは破損防止、中身確認のため直接カウンターへお返しください。

行事案内(12月中旬~1月初旬)

	行事	日時	サークル名等
石川	Let's go としょかん	1月6日(土) 午前10時30分~	サークルピピ
勝連	金曜日のおはなし会	毎週金曜日 午前10時30分~	ラビット

電子図書館受付中

Webから申し込みができます。



うるま市立電子図書館で検索

☆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。

老齢基礎年金は、国民年金の加入者であった方の老後の保障として支給されます。原則として65歳になったときに支給され、終身にわたって受け取ることができるものです。

受け取りは、希望によって次のような受け取り方もあります。

繰り上げ 60歳から65歳になる前までの受給……基本の65歳の受給額より少ない額となります
(繰り上げた月数に応じて1か月当たり0.4%の減額)
※昭和37年4月1日以前生まれの方は0.5%の減額

繰り上げ 65歳超えてから70歳になる前までの受給……基本の65歳の受給額より多めの額となります。
(繰り下げた月数に応じて1か月当たり0.7%の増額)

ただし、老齢基礎年金を受けるには10年以上の「受給資格期間」が必要です。

保険料納付済期間や免除、納付猶予、学生納付特例期間などは、この10年の受給資格期間に算入されます。

保険料の納付済期間+保険料の免除期間等=10年(120月)以上

年金を受け取る時にはこんなにも違います！

(免除は全額免除で、平成21年4月以降の計算式で計算しています)

Aさん 納付期間40年、年金額は満額の795,000円(令和5年度の額)

納付40年

Bさん 納付期間10年、免除期間25年、未納5年の場合 年金額は447,188円

納付10年

免除25年

未納5年

Cさん 免除期間15年、未納25年の場合 年金額は149,063円

免除15年

未納25年

年金を増やして、多くもらいましょう！

付加保険料

～2年間受給すると納めた保険料と同額になるため大変お得です。～

第1号被保険者(および任意加入被保険者)の方は、毎月の保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めると、200円×付加保険料納付月数で、計算された金額が生涯老齢基礎年金に加算されます。

例えば

10年納付した場合の支払い額 400円×10年(120月)=48,000円

1年間に上乗せされる支給額 200円×10年(120月)=24,000円

2年間で
48,000円

※定額保険料を納めた月分のみ付加保険料を納めることができます
(付加保険料だけの納付はできません。)

高齢任意加入

60歳から65歳までの間、任意加入することができます。1年でも2年でも自由に加入でき、やめることができます。「年金額を満額に近づきたい方」や「年金の受給資格期間10年に不足している方はぜひご利用ください。」

※すでに老齢基礎年金を受けている方は任意加入できません。

【お問合せ】市民課 国民年金係 電話973-5498

うるま市の離乳食教室について

赤ちゃんが生まれて、いつから離乳食を始めたらいいいのか、どうやって進めていけばいいのかなど、いろいろ悩んでいませんか？

うるま市では、離乳食教室を開催し、離乳食の開始時期や月齢にあった食材や食形態、調理方法、ベビーフードの活用方法、食物アレルギーに関すること、貧血予防などの情報をお伝えしています。また、噛まない、食べてくれないなど、お子さんの食事についての悩みに対して管理栄養士や言語聴覚士がアドバイスしています。

お子さんと一緒に
受講できます♪



※託児サービスはありません。

内容

- ①管理栄養士と言語聴覚士からのお話し
- ②調理の実演と試食
- ③個別相談

クラス

- ①スタート教室
対象 生後3～6カ月までの乳児の保護者
- ②ステップアップ教室
対象 生後7カ月から1歳未満の乳児の保護者

～実演内容の一例～



だしを取り方から！

お粥の作り方！

基本の調理法！

取り分け食まで！

ここが
ポイント

令和4年度から言語聴覚士が加わりました！

～担当の言語聴覚士からのメッセージ～

言語聴覚士は、わかりやすく言うと、「話す」「聴く」「食べる」の専門家です。

うるま市の乳幼児健診や個別の相談で多くみられるのが、こどもの発音が気になるという言葉の相談です。相談にのるうえで、お子さんのお口を見ていると、離乳食の時期からお口をしっかり使えるようになるための、姿勢、食べさせ方、遊ばせ方、スプーンや育児グッズの使い方などの正しい情報を言語聴覚士の視点から伝えることで、幼児の発音や口腔機能、コミュニケーションの問題が減るのではないかと考えています。そして何より、保護者の悩みや困り事を解決し、子育てを楽しんで欲しいとの思いを込めて教室を担当しています。ぜひ、本教室をご利用ください。

1月以降の教室日程

完全予約制！定員8名！

スタート教室 1月17日(水) 2月22日(木) 3月8日(金)

ステップアップ教室 1月19日(金) 2月29日(木) 3月5日(火)

〈問合せ〉子育て世代包括支援センター 電話989-0220



新型コロナワクチン接種の案内および コールセンターの電話番号・運営時間変更について

接種無料

初回接種を完了したすべての方を対象に、令和5年秋開始接種(追加接種)を行っています。重症化リスクの高い高齢者や基礎疾患をお持ちの方は、ぜひ接種をご検討ください。

対象者	初回接種を完了したすべての方
期間	令和5年9月20日(水)～令和6年3月31日(日) ※期間内に1回のみ接種可能です
ワクチン	オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン(ファイザー社またはモデルナ社)
接種間隔	前回接種から3ヵ月以上(ノババックスは6ヵ月以上)
費用	無料

接種券について

令和5年春開始接種期間内に接種した方へ随時送付しており、それ以外の方については、前回送付した接種券で接種が可能となります。接種券をなくされた方は、下記コールセンターへお問い合わせください。

予約方法

個別接種(指定医療機関)を希望の方は右記のQRコードを読み取るか、下記コールセンターへお問い合わせください。集団接種については現時点で開催予定はありませんが、開催する際は市公式ホームページまたはLINE等でお知らせします。

コールセンター電話番号・運営時間の変更について

コールセンターは、下記のとおり電話番号と運営時間が変更となりました。何卒ご理解・ご協力下さいますようお願い申し上げます。



令和5年秋開始接種について
(予約方法⇒個別接種医療機関一覧をタップ)

問い合わせ先

うるま市新型コロナワクチン接種コールセンター TEL 098-923-7155
運営時間 午前9:00～12:00 午後13:00～17:00 ※平日のみの運営となります

きゃんひだまりひろば【福祉棟】 こども発達支援センターあすいろとは?



きゃんひだまりひろば【福祉棟】

児童発達支援センター、児童館、親子通園施設の3施設で構成されています。各施設が相互に連携し、地域の多様な子どもたちを受け入れています。こどもの健康を増進し、感受性、社会性を育てます。

“こども発達支援センターあすいろ”とは?

発達や行動が気になる児童や障がいのある子が通所し、日常生活における基本動作の指導、自立に必要な知識や技能の付与および集団生活適応のための訓練を行う施設で、多職種で対応するのが特長です。



詳しくはHPを
チェック↓



利用には、
受給者証が
必要です。

事業所名	こども発達支援センターあすいろ
場所	うるま市字喜屋武384番地3 うるまこどもステーション きゃんひだまりひろば【福祉棟】2階
電話番号	973-0011

【お問合せ】 こども発達支援課 ☎923-7108

毎年12月4日～10日は「人権週間」

～「誰か」のことじゃない。～

12月10日は、「人権デー」です。

法務省と全国人権擁護委員連合会では、人権デーを最終日とする一週間を「人権週間」と定め、人権尊重思想の普及・高揚を図るため、人権啓発活動を展開しています。

人権問題の解決には、私たち一人ひとりが様々な人権問題を、「誰か」の問題ではなく、自分の問題として捉え、互いの人権を尊重し合うことの大切さについて、認識を深めることが不可欠です。この機会に、人権について一緒に考えてみませんか。

人権週間行事の一環として、パネル展の開催と困りごと相談所を開設します。

パネル展

日時 12月4日(月)～8日(金) 役所開庁時間内
場所 本庁舎 東棟1階 北側ホール(北側入口付近)



困りごと相談所

日時 12月5日(火) 午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
場所 本庁舎 東棟1階 市民相談室(国民健康保険課隣り)

【お問合せ】 共生推進室 ☎973-8927

沖縄県人権相談窓口 「沖縄県差別のない 社会づくり条例」が施行!

不当な差別

本邦外出身者等
に対する不当な
差別的言動

インターネット上の
不当な差別的言動
その他の誹謗中傷

県民であることを
理由とする不
当な差別的言動

【R5.7.19(水)から運用開始】

◆不当な差別や人権一般に関する電話相談はこちらへ

〈沖縄県人権相談窓口〉

電話番号:098-863-9281

対応日時:毎週 月・水・金(祝祭日除く。)

10:00～12:00/13:00～15:00



条例等の詳細はこちらから



沖縄県子ども生活福祉部女性力・平和推進課
TEL 098-866-2500 FAX 098-866-2589
E-mail:jinken-soudan@pref.okinawa.lg.jp



詳しくはこちら→



申請先 うるま感動クーポン券運営事務局
☎95416486

利用期限 令和5年12月31日(日)まで
市内の世帯へ配付している「うるま感動クーポン券」は、利用期限である12月31日(日)までにご利用ください。
なお、利用期間後のご利用はできませんのでご注意ください。

うるま感動クーポン券の
利用期間(12月31日まで)

くらし

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合せ先へご確認ください。

市役所 TEL974-3111
総合案内 FAX973-9819

申請先 問い合わせ



デジタル活用支援事業(総務省)
デジタル活用支援事業(総務省)を活用した
出張スマホ教室を開催します!

開催講座: SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)の使い方について (各講座の定員: 8名まで)

出張スマホ教室	開催場所	開催日	時間	講師	お申込み先
石川地区公民館 2F第2研修室 (うるま市石川曙2-1-52)		12/15 (金)	14:00~ 15:00	ドコモ ショップ	0120-556-030
うるま市生涯学習文化振興センター ゆらてく 1F 研修室4 (うるま市字仲嶺187番地)		12/20 (水)	14:00~ 15:00		0120-196-868
勝連地区公民館 2F研修室2 (うるま市勝連平安名3047番地)		12/21 (木)	14:00~ 15:00		0120-556-030

- 出張スマホ教室のお申込みについて...各開催場所のお申込み先へ電話にてお申込みください。
- ※各開催場所の定員上限に達した場合は、申込受付を停止いたします。
- 「指定の研修を受けた講師」が丁寧に説明します。
- 受講者に年齢制限はありません。また、出張スマホ教室では商品やサービスを販売することはありません。
- 参加費は無料です。
- スマートフォンをお持ちでない方は、スマートフォンの貸出が可能です。お申込みの際にお知らせください。

土地と家屋のほか、事業用に用いることができる構築物、機械、大型特殊自動車、器具、備品などの償却資産にも固定資産税が課せられます。償却資産は、地方税法で申告が義務付けられています。

償却資産の一例
《飲食店》厨房設備・レジスターなど
《小売店》商品陳列ケース・冷凍冷蔵庫など
《有料駐車場》舗装・フェンス・外灯など

対象者 市内で事業を営み、償却資産(税務署での法人税・所得税の確定申告において減価償却費として損金または必要経費計上している資産)をお持ちの方。

また、事業用として設置した太陽光発電設備や住宅用で10kW以上の太陽光発電設備をお持ちの方。

法人・個人事業主の皆様へ
償却資産の申告のご案内

環境政策課 ☎97315594

狂犬病予防について

【狂犬病予防注射】
狂犬病予防法により、犬の飼い主は飼犬に対し、年に1回の狂犬病予防注射を受けさせる義務が定められています。飼い主の皆さまにおかれましては、かかりつけの動物病院や、お近くの動物病院にて狂犬病予防注射を受けさせて頂くよう、ご理解・ご協力をよろしくお願いたします。

狂犬病予防注射の接種を受けたあと、うるま市役所環境政策課窓口で「注射済票」を交付します。(※交付手続きには手数料が発生します。)

この注射済票は、狂犬病予防注射を受けた犬であることを証明するための標識ですので、飼い犬に付けておきましょう。

令和7年度小学校に入学予定のお子さんをお持ちの保護者を対象に、心身の発達に気になるところがあるお子さんの入学に関する就学相談会を行います。

就学相談では、お子さんが楽しく、生き生きとした学校生活を送るために、心身の状態や発達段階などに応じて、学びの場について一緒に考えて参ります。園(所)の先生方と相談の上、お申し込みください。

令和5年度
市就学相談会
(4歳児)のご案内

電設備や住宅用で10kW以上の太陽光発電設備をお持ちの方。

申告内容 令和6年1月1日現在の資産状況(資産の取得、減少、廃棄、移動など)

受付期間 令和6年1月4日(木)~31日(水) 午前8時30分~午後5時15分

資産税課 ☎97315394



子育て

令和7年度小学校に入学予定のお子さんをお持ちの保護者を対象に、心身の発達に気になるところがあるお子さんの入学に関する就学相談会を行います。

就学相談では、お子さんが楽しく、生き生きとした学校生活を送るために、心身の状態や発達段階などに応じて、学びの場について一緒に考えて参ります。園(所)の先生方と相談の上、お申し込みください。

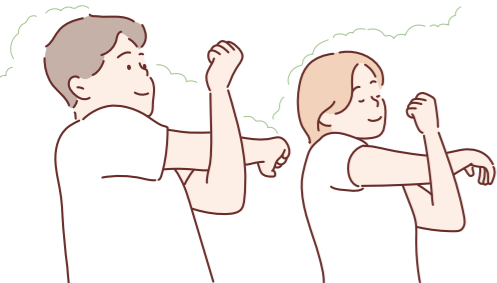
保育施設等在園の場合
所属する保育施設等へ申し込み

家庭保育、その他の場合
子ども発達支援課へ申し込み

申込期限 令和6年1月12日(金)

子ども発達支援課
☎92317108

うるま3階
健康支援課保健事業係
☎97314960
(午前9時~午後5時)



ちょっとした応急手当術(けいれん編) うるま市消防本部

けいれんは、全身にみられる場合と体の一部にみられる場合とがあります。原因としては、脳血管障害、頭のけが、てんかん、熱中症などがあり、子どもでは発熱などで起こることが多いです。



- 症状**
- 急に手足を固くして突っ張る。
 - 手足の筋肉が自分の意志と無関係に収縮する。
 - 呼吸困難となり、顔面は蒼く、チアノーゼが見られることが多い。
 - 嘔吐・失禁する場合もある。
- 応急手当**
- 衣服を緩め、楽に呼吸ができるようにします。
 - 嘔吐物などで窒息の恐れがあるときは、顔を横に向けて気道を確保します。
 - 身体を愛護的に抑制する(けいれんにより外傷を負う恐れがある)
 - けいれん中に舌を咬まないように何かを口に入れたりしない(誤嚥の危険性がある)
- 救急車を呼ぶ目安**
- けいれん発作が5分以上続く。
 - 呼吸の状態がおかしい。
 - けいれんが止まっても、意識がもどらない。
 - 発作中にけがをした。

教室・講座

血管が柔らかくなる
ストレッチ教室
【国保加入者福利厚生事業】

高血圧の予防改善のためのストレッチやエクササイズを行います。
【こんな方にオススメ】

- ・健康診断で血圧が高めだった
- ・高めの血圧が気になる
- ・血圧を安定させたい

日時 1月24日・31日・2月7日・14日・21日・28日・3月6日・13日
水曜日 午前10時~11時30分

場所 うるま1階スタジオ

対象 19歳~74歳の国保加入者

定員 15名 **参加料** 無料

持ち物 タオル、飲み物

申込期間 12月13日(水)~令和6年1月18日(木)

※定員に達し次第締め切ります

お腹やせエクササイズ
【国保加入者福利厚生事業】

気になる「ポッコリお腹」「くびれないウエスト」も上手に運動を取り入れお腹まわりを刺激することで効果実感!! お腹スッキリ、動ける体を取り戻しメタボからの脱却を目指す!

- 期間 令和6年1月24日(水)〜2月21日(水)(全5回) 毎週水曜日
- 時間 午後2時〜3時30分
- 場所 石川保健相談センター(機能訓練室)
- 参加料 無料 ■定員 15名
- 対象 19歳〜74歳の国保加入者
- ②令和4年度健診を受けた方、令和5年度健診を受けた方、予定者
- ③運動制限のない者
- 募集期間 12月1日(金)〜令和6年1月12日(金)

申請 うるま市役所 健康支援課 保健事業係 ☎973-14960

認知症サポーター
養成市民講座のご案内

認知症の知識、認知症の方への正しい接し方を学び、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者になりませんか? 市民講座では、これまで10代〜80代までの幅広い年齢層のサポーターが誕生しています。

- 日時 ①12月19日(火) ②令和6年1月16日(火) 午後2時〜4時
- 場所 ①・②いずれかお申込みください
①石川保健相談センター1階
- ②ゆらてく
- 対象 18歳以上のうるま市民
- 参加料 無料 ■定員 12名
- 申込期間 ①11月1日(金)〜14日(木) ②12月1日(金)〜令和6年1月11日(木) (午前9時〜午後4時)

申請 介護長寿課 地域支援係 ☎973-15112

12月 は固定資産税 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 **12月25日(月)**

課税について 資産税課 ☎973-5394
納税について 納税課 ☎973-1099

これから運動を始めたい方のための教室
【国保加入者福利厚生事業】

これから運動を始めたいと思ってる方向けの教室です。運動に関する基礎知識や自宅で行えるストレッチ、筋力トレーニングなどを学びます。

- 場所 ①勝連地区公民館(シビック)1階ホール ②与那城地区公民館 ホール
- 対象 19歳〜74歳の国保加入者
- 定員 各15名 ■参加料 無料
- 持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ

- 日時 ①令和6年1月15日・22日・29日・2月19日・26日・3月4日・11日・18日(全8回)
- ②令和6年1月18日・25日・2月15日・22日・3月7日・14日・21日(全7回)
- 木曜日 午後2時〜3時30分
- 申込期間 令和6年1月10日(水)〜
- 定員に達し次第締め切ります

申請 うるま市役所 健康支援課 保健事業係 ☎973-14960 (午前9時〜午後5時)

講演会「統合失調症ってどんな病気?」

統合失調症は、決して珍しくない病気です。誰でも発症する可能性のある疾患です。「統合失調症」について正しく知り、適切な対応を取れるよう学んでみませんか?

- 講師 青野 聡氏 (医療法人へいあん 平安病院 医師)
- 日時 令和6年1月10日(水) 午後2時〜4時
- 場所 本庁舎(東棟)3階大講堂およびオンライン配信(Zoom)
- 受講料 無料
- 定員 会場60名、オンライン100名
- 対象 市民および関心のある方(手話通訳・要約筆記あり)

申請 障がい福祉課 ☎973-15452

年末年始もうるまで
過ごそう
沖縄文化体験

琉球の時代、現在の勝連城のある南風原地域が発祥とされるビーク(イ草)。海風を浴びながら、農薬をほとんど使わずに育てる。うるま照間ビークは天然素材の心地よい香りと手触りが癒しの空間を作り上げます。2024年、ビークの香り漂うしめ縄で新年を。

- 日時 12月24日(日)午前10時〜午後2時 (体験時間約3時間)
- 定員 各回10名
- 会場 各回10名
- 対象 夫婦、親子でへアのご参加も大歓迎!
- 場所 あまわりパーク歴史的文化施設 多目的室
- 受講料 2500円(材料費込み)
- 講師 有限会社 兼城産産業



沖縄伝承遊び
子ども風カリーパーを作ってみよう!

お正月遊びのひとつ、子ども風カリーパーの伝統遊びの一つ、子ども風カリーパー作りに挑戦!

- 日時 令和6年1月7日(日)午前10時〜11時
- 定員 15名
- 会場 多目的室
- 対象 小学生以上(保護者同伴)
- 場所 あまわりパーク歴史的文化施設 多目的室
- 受講料 500円(材料費込み)
- 講師 (一財)沖縄美ら島財団

申請 各お申込みフォームまたはお電話にて ☎978-12033

ひげ・こし体操教室
【国保加入者福利厚生事業】

膝や腰の痛みにお悩みのあなたへ。プールでの水中運動と自宅で行える簡単なストレッチや筋力トレーニングを行います。リハビリを終えたが痛みがとれない。病院での治療は終わったが痛みがとれない。といった悩みを抱えた方にオススメの教室です。

- 日時 令和6年1月19日・26日・2月2日・9日・16日・3月1日・8日・15日 金曜日 午後2時〜3時30分
- 定員 15名 ■参加料 無料
- 対象 19歳〜74歳の国保加入者
- 場所 膝腰の疾患で通院・治療中の方は要相談となります。予めご了承ください。
- 会場 うるま市3階視聴覚室A・うるまみんプール
- 持ち物 タオル、飲み物、水着、水泳帽
- 申込期間 令和6年1月15日(月)まで
- 定員に達し次第締め切り

申請 うるま市役所 健康支援課 保健事業係 ☎973-14960 (午前9時〜午後5時)



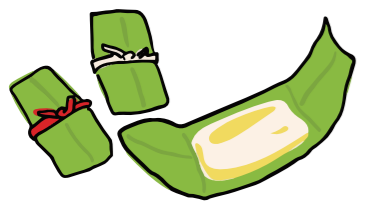
お知らせ

カーサマーチーづくり

カーサマーチーづくりに挑戦し、郷土の伝統行事の良さを知ろう!

- 日時 令和6年1月5日(金) 午前9時(受付)〜午後0時45分
- 参加対象 一般20名程度(受付30名に達し次第、抽選で決定します)
- 場所 沖縄県立石川青少年の家
- 参加料 一人500円(材料費)
- 講師 うるま市シルバー人材センター 会員2名
- 持ち物 エプロン・頭巾(材料・用具等は主催者が準備します)
- 服装 当日の気温(寒さ対策に合わせ、活動に支障のない服装)
- 申込期間 12月19日(火)〜26日(火) 午前9時〜午後5時
- 主催 沖縄県立石川青少年の家・国立沖縄青少年の家
- 後援 沖縄県教育委員会

申請 沖縄県立石川青少年の家 ☎964-13263



健康診断はもう受けましたか?

1月の集団健診日程		2月の集団健診日程	
1月11日(木)	うるマルシェ	2月16日(金)	石川保健相談センター
1月15日(月)	うるみん (17:00~)	2月21日(水)	うるみん
1月16日(火)	うるみん	2月24日(土)	うるみん
1月18日(木)	与那城地区公民館	2月25日(日)	うるみん
1月26日(金)	石川保健相談センター		
1月27日(土)			
1月28日(日)	うるみん		

まだの方はお早めにご予約下さい。



ご予約・お問合せ | 健康支援課(うるみん3F) TEL:973-4960

宝くじ助成金で「消防団防火衣」を整備しました。

うるま市消防本部では、一般財団法人自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用して「消防団防火衣」を整備しました。



【お問合せ】消防警防課 ☎975-2006

うるま市民 各種無料相談のご案内

1 弁護士による法律相談【問合せ】市民協働政策課 ☎973-5487

とき 12月14日(木)、21日(木)、28日(水)、1月11日(木)午後2時～4時
 ※各相談日の1週間前からお電話での予約となります。
 (予約時間平日午前8時30分から、先着順)
 受付場所 本庁舎西棟1階 市民協働政策課 (ふるさとハローワーク向い)

2 行政相談委員による相談【問合せ】市民協働政策課 ☎973-5487

道路や社会福祉など、行政(国、県、市)の仕事のことで困ったときはご相談ください。
 とき 12月26日(火)午後1時30分～4時 ※予約不要
 ところ 本庁舎東棟1階 市民相談室 (国民健康保険課隣り)

3 人権擁護委員による相談【問合せ】共生推進室 ☎973-8927

いじめや嫌がらせなど人権に関する相談ができます。※予約不要
 とき 12月5日(火)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
 ところ 本庁舎東棟1階 市民相談室 (国民健康保険課隣り)

4 司法書士による法律相談【問合せ】沖縄県司法書士会 ☎867-3577

不動産登記や会社設立、多重債務などの相談ができます。
 とき 12月20日(水)午後2時～4時 ※要電話予約
 ところ 本庁舎東棟1階 市民相談室 (国民健康保険課隣り)
 相談希望の方は、沖縄県司法書士会(司法書士総合相談センター)に電話予約してください。(予約時間は平日午前9時～午後5時)

5 家庭児童相談【問合せ】子育て世代包括支援センター ☎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
 ところ 本庁舎東棟2階 子育て世代包括支援センター

6 女性相談【問合せ】子育て世代包括支援センター ☎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9時～午後5時
 ところ 本庁舎東棟2階 子育て世代包括支援センター

7 就労・生活支援相談【問合せ】パーソナルサポートセンター ☎989-3972

経済的に困っている方や、就労についての無料相談を行っています。
 とき 【平日】午前8時30分～午後5時15分
 ところ 本庁舎東棟2階 就職・生活支援パーソナルサポートセンター

8 教育相談・青少年相談【問合せ】教育支援センター ☎989-9127

児童生徒の不登校等について、教育相談員と一緒に考えます。
 また、18歳未満の方の進学や就労などのお手伝いをします。
 ※お電話にて相談申込みを受け付けております。
 とき 【平日】午前8時30分～午後5時
 ところ 与那城地区公民館2階、本庁舎西棟3階

9 障がい者(児)等相談【問合せ】障がい福祉課 ☎973-5452

障がいに関する相談や生活に関する相談や情報提供、福祉サービスについてなど。
 とき 【平日】午前8時30分～午後5時15分
 ところ うるま市地域生活支援センターあいあい ☎098-979-0555
 相談支援センター石川学院 ☎090-6869-5286
 相談支援センターハルモニア ☎090-1943-9579
 相談支援事業所サマンの木 ☎080-6488-9909

10 よろず経営相談【問合せ】商工振興課 ☎923-7634

中小企業・小規模事業者の経営上のあらゆるお悩み相談に対応する窓口です。各分野の専門家に無料で相談を行うことができます。
 ※お電話にて相談申込みを受け付けております。
 とき 12月15日(金)午前9時～午後5時
 ※毎月第3金曜日
 ところ 本庁舎東棟1階 市民相談室 (納税課隣り)

成年後見制度無料相談会

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6年1月11日(木)午後1時30分～3時
 (※相談時間は1件あたり30分程度)
 場所 本庁舎東棟2階相談室(保護課側)
 対象 うるま市在住の方またはその親族、福祉関係者、成年後見人など
 相談料 無料
 申込 事前申込制(先着順)
 申込方法 相談日の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、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 問 福祉政策課 ☎989-0203

電話・窓口で消費契約のトラブル相談ができます

日時 平日午前9時～午後4時
 (正午から午後1時を除く)
 場所 本庁舎西棟1階市民協働政策課内
 申 問 消費者ホットライン ☎188
 うるま市消費生活センター ☎973-5692

令和5年度 年末年始の交通安全県民運動及び総合警戒出発式

日時 12月21日(木)
 場所 市民芸術劇場 燈ホール
 スローガン 運転は ゆとりとマナーの二刀流
 交通安全県民運動 12月21日(木)～1月4日(木)
 年末年始総合警戒 12月1日(金)～1月3日(金)

うるま市交通安全推進協議会(うるま市・うるま警察署・石川警察署・うるま地区交通安全協会・石川地区交通安全協会)うるま地区防犯協会、石川地区防犯協会

沖縄県の最低賃金 確認しよう、最低賃金！事業者も、労働者も、お互いに。	
地域別最低賃金	令和5年10月8日から 時間額 896円
特定(産業別)最低賃金	* 令和5年度は【新聞業】、【自動車(新車)小売業】、【各種商品小売業】、【建築製造業】は、改正がありませんでした。このため令和5年10月8日から地域別最低賃金が適用されます。

マイナンバーカードの夜間休日申請・交付日

12月
 夜間 14日(木)、21日(木)午後8時まで
 休日 10日(日)、24日(日) 午前9時～午後1時

※マイナンバーカードに関する手続きは事前に電話予約が必要です。
 申 問 市民課 ☎989-5410



新春恒例の「うるま市消防出初式」を令和6年1月6日(土)午後2時からうるま市民芸術劇場響ホールにて開催いたします。式典と幼年消防クラブによる防火演舞、屋外での消防職員による展示訓練を行いますので、是非お越しください。

令和6年うるま市 消防出初式のお知らせ

うるま市文化協会主催、第19回うるま市総合文化祭(展示の部) 展示発表会
 12月16日(土) 午前10時～午後6時
 12月17日(日) 午前10時～午後5時
 場所 ゆらてく 入場料 無料
 主催 うるま市文化協会
 共催 うるま市教育委員会
 申 問 うるま市文化協会 ☎974-10333

年末・年始

ごみ収集日、し尿汲み取り日のご確認を。

年末年始の大掃除は計画的に実施し、一度に大量に出さないようお願いいたします。

年末年始のごみの収集について

家庭ごみの回収

▶ 年末は12月30日(土)まで収集します。
 ▶ 年始は1月4日(木)から収集します。

自己搬入

▶ 自己搬入は12月30日(土)午後3時まで搬入できます。
 ● 自己搬入ごみは、正しい分別をしたうえで、粗大ごみ受付(西棟地下1階)までお越しください。また、ごみは1点ずつ確認する必要がありますので、大量のごみはご遠慮くださいますようお願いいたします。
 ● 搬入する場合は12月28日(木)午前中までに、粗大ごみ受付(西棟地下1階)にて搬入申請を行ってください。

粗大ごみに関しては、お電話でお問合せください。

● お問合せ番号: ☎974-6164
 ● お問合せ時間: 平日(公休日・年末年始を除く) 午前8時30分～午後4時30分(正午から午後1時を除く)

年末年始のし尿汲み取りについて

▶ 具志川地区、与那城地区、勝連地区は12月30日(土)まで汲み取りを行います。(汲み取り業者へ確認ください)
 ▶ 石川地区について、12月28日(木)まで汲み取りを行います。
 ● 年末は混み合いますので、お早めに汲み取り依頼をお願いします。
 ▶ 年始は1月4日(木)から汲み取りを行います。



【お問合せ】環境政策課 ☎973-5594

ご寄附ありがとうございます。

うるま市へ

○(株)未来環境プロテクト様より 10万円の寄附

うるま市育英会へ

○久保田 時江 様より 36,500円の寄附

うるま市社会福祉協議会へ

○小渡 重教 様(みどり町)より 10万円の寄附

○THE Music Bonds 実行委員会様(みどり町)より 35,000円の寄附

○故石川芳輝相続人一同様より 400万円の寄附

○公文式うるま平良川教室様(字喜屋武)より 5万円の寄附

○うるま市女性連合会様(字仲嶺)より 20万円の寄附

○ルネッサンスリゾートオキナワ様(恩納村山田)より 21,000円の寄附

日本赤十字社沖縄県支部うるま市地区へ

○有限会社新垣設備様より(アメリカ・ハワイ火災救援金) 100万円の寄附

特定防衛施設周辺整備調整交付金事業 により整備されました!

本市では、特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用し、市内各中学校へ新しい机・椅子を合計717セット整備しました。



申
込
先
問
問
い
合
せ

申
込
先
問
問
い
合
せ

12月

ゆるてく通信 生涯学習のススメ

公民館講座 レポート



講座の風景写真は
こちら



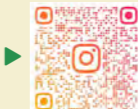
●お問合せ

生涯学習・文化振興センター
ゆるてく ☎988-5508

公民館講座一覧
(うるま市HP内)



ゆるてく
インスタ
(情報配信)



男女共同参画コーナー どーおもう? 「食事当番」



共生推進室
(男女共同参画センター)
☎973-8927

令和6年はたちの集いのご案内

令和6年はたちの集いが次の日程で開催されます。

日時 令和6年1月7日(日)
開場：午後1時 開式：午後2時

場所 うるま市石川会館(石川石崎1-1)

対象者 平成15年4月2日～
平成16年4月1日生まれの方

- ※市内在住の方へ12月中旬に案内状を郵送します。
- ※参加を希望する市外在住の本市出身者は、案内状の郵送はありません。当日会場での受付をお願いします。
- ※中学校旗の掲揚、会場内での集合写真は禁止とします。
- ※保護者の方の入場はできません。(介助を除く)
- ※シャトルバスの運行はありません。

生涯学習文化振興センター ☎923-1571

令和6年 うるま市新春交歓会の開催について

期日 令和6年1月5日(金)
午後4時～6時(受付：午後3時30分)

場所 うるま市石川体育館

申込方法 当日会場にて受付

会費 2,000円

協力依頼 当日、体調が優れない場合は、ご参加をお控えください。

【お問合せ】秘書広報課 ☎973-5079

自衛官等募集のご案内

種目	受験資格	受付期間	試験日(1次)
陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦)	男子で中卒(見込含む) 17歳未満	10月1日～12月1日	令和6年1月6日～8日 (いずれか1日)
陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)		10月1日～ 令和6年1月5日	令和6年1月13日・14日 (いずれか1日)
自衛官候補生(男女)	18歳以上33歳未満	年間を通じて 行っています。	受付時にお知らせします。

【お問合せ】自衛隊沖縄地方協力本部 沖縄募集案内所 ☎937-1608

うるま市の人口

	令和5年11月1日現在	前月比
人口	126,419人	88
男	63,402人	32
女	63,017人	56
世帯数	57,047世帯	129

消防活動 状況

令和5年10月()は令和5年1月からの累計

救急出動件数	694件 (7,315件)
搬送人員	569人 (5,940件)
火災件数	3件 (26件)

お持ちの不動産を弊社が直接買取致します!!



- ☑ 早めに売却したい
- ☑ 調査から売却まですべてお任せしたい
- ☑ 周りに知られたくない

お支払い最短
5日

仲介手数料
不要

訳あり物件
相談可

軍用地
も対応

査定無料! お問合わせはこちら



てるまさリース TEL.098-943-4355

那覇市泉崎1丁目12番15号 平日9:00～17:00(土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)



うるま市公式ホームページをリニューアルします!



12月22日予定!

何が変わる?

どの端末から見やすくなります

スマートフォンやタブレット端末からの閲覧の際に、サイト内の文字や画像が端末に合わせた大きさになるので、見やすくなり、操作しやすくなります。

目的のページが探しやすくなります

よく利用されるメニューへの動線の見直しや、目的別のコーナーを新設するなど、検索機能を充実させ、ページを探しやすくします。

ご注意ください

URLが変更になります

トップページを除く全ページのURLが変わります。変更前のURLで検索した場合も、変更後のURLに自動転送(リダイレクト)されるので、これまでと同様に閲覧できます。

リニューアルの際には、一時的にアクセスしづらくなる可能性があります。また、しばらくの間、各種検索エンジンの検索結果がリニューアル前の古いURLを示す場合があります。

LINEから市HPが簡単に閲覧することができます!

その前に!

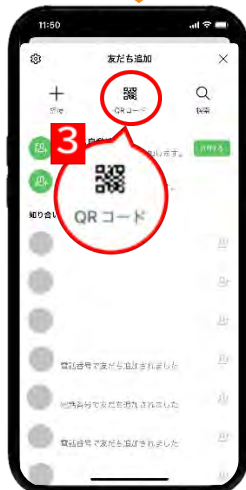
まだ友だち登録をしていない方は、友だち登録から!

ホーム画面



- 1 ホーム画面を選択
- 2 右上のアイコンをクリック。

友だち追加



- 3 QRコードをクリック。

QRコード読み取り



- 4 QRコード読み取り画面から、右記QRコードを読み取る

うるま市
公式LINE
アカウント



こちらの
QRコード
をスキャン

登録完了



- 5 うるま市公式LINEのトップ画面の追加をクリック。