

7

令和6年(2024年)

No.232

うるま市



© 空えぐみ / 新潮社

沖縄

で好きになった子が
方言すぎてツラすぎる

× うるま市



5/7 学びを通じ人々の「つながり」を大切に 嘉手苺弘美教育長 3期目就任



「改めてその職責の重さを実感し、身の引き締まる思い。」そう話す3期目を就任した嘉手苺教育長。子どもたちも含め市民一人ひとりが幸せな人生を築くため、予測困難な時代を見据えつつ、学校、家庭、地域、企業等との連携・協働による“社会総がかり”でうるま市の教育を推進したい、と力強く決意を表明しました。

4/20 中城湾港新港地区 98億円事業 岸壁延伸整備実現へ



中城湾港新港地区の大型貨物船の寄港や耐震強化等に対応するため、国などへの要請が実を結び、「中城湾港新港地区国際物流ターミナル整備事業」が採択されました。

総事業費は98億円に上り、岸壁の整備によって、安定的で効率的な物流機能の強化や被災時にも地域の安心・安全の確保に寄与できます。また、本市では上江洲・仲嶺地区において新たな産業基盤を整備しているため、さらなる港の活性化、企業誘致を推進していきます。

5/17 明るく、豊かで、活力のある高齢社会を目指して 第10期新役員就任挨拶



松田新会長をはじめとする、うるま市老人クラブ連合会の役員が中村市長を表敬し、第10期新役員就任挨拶を行いました。本連合会は、今年で結成18年を迎えており、今回新たに就任された役員は以下のとおりです。

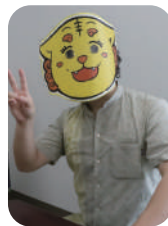
右から河野 修氏(副会長兼石川支部長)、安慶名 恵美子氏(副会長兼具志川支部長)、照屋 義正氏(顧問)、松田 勝重氏(会長)、池根 良吉氏(副会長兼与那城支部長)、禰保 信榮氏(副会長兼勝連支部長)

5/31 PRイラスト制作発表！3市町村合同記者会見 環金武湾振興協議会×「沖ツラ」



「沖縄で好きになった子が方言すぎてツラすぎる(略称:沖ツラ)」と環金武湾振興協議会(うるま市、金武町、宜野座村で構成)がコラボレーションしたPRイラストの制作発表をしました。作者の空えぐみ氏はうるま市在住で、制作されたイラストは、各市町村の特徴を活かしたオリジナルの作品になっています。今後、うるま市内の聖地巡礼などによる観光誘客や、ふるさと納税にも活用を予定しています。

制作されたイラストとキャラクターの等身大パネルは、あまわりパークで展示中！ぜひお越しください。



空えぐみ氏

うるま市具志川に在住。祖父が沖縄出身。2018年に沖縄の文化を体にしみこめるため大阪から移住。空えぐみ氏は、シーサーのお面がトレードマークとなっており、作中にもキャラクターとして登場している。



次号、空えぐみ氏独自取材 掲載！乞うご期待！

5/16 「食べ盛りの子どものために」 25万円分のお米券をこども食堂へ



沖縄市役所で沖食商事の寄附贈呈式がありました。3月に開催されたTOYOTA主催(沖縄市・うるま市共催) TOYOTA GAZOO Racingラリーチャレンジに参加された(株)沖食商事から協賛広告の25万円分をお米券で寄附いただきました。子どもたちのために活用してほしいとの想いを受けて、市内の5ヶ所のこども食堂に配布しました。食べ盛りの子どものために、栄養満点のお米は大変喜ばれました。

5/1 企業の皆さんの力をお借りし災害に強い市へ！ 防災協定締結式



市は大規模な災害や、災害の恐れのある緊急事態が発生した際に、企業の特性を活かした支援活動を行っていただく、「防災協定締結式」を各事業者と行い、企業と共に災害に強い市を目指します。

- ・富士技研センター株式会社と「無人航空機による支援活動」(写真左)
- ・有限会社カデナ花輪と「遺体安置・搬送等に関する役務の提供」(写真中央)
- ・エートス協同組合と「被災車両の移動および保管・処理に関する提供」(写真右)

6/3 ポーランドで行われる世界選手権へ挑戦！ 全日本個人体重別選手権シニア軽量級優勝



現役の警察官でもある和宇慶一騎氏が、5月に東京で開催された相撲の全国大会で日本一に輝き、中村市長へ優勝の喜びを報告しました。9月にポーランドで開催される世界選手権への出場も決まっており、14年前にもチャレンジした経緯があります。「14年前は準優勝だったので、次の世界選手権では優勝を目指して頑張りたい」と強い意気込みを関係者へ報告しました。

6/7 空手 県大会好成績で全国大会へ 市内の子どもたちの活躍にエールを！



第20回沖縄県少年少女空手道選手権大会で、剛柔流獅空会の「型競技優勝 仲座志音さん、組手競技優勝 平安名徠睦さん」ら5名が中村市長、嘉手苺教育長へ結果報告に訪れ、全国大会に向けた激励をうけました。選手らは「大会では緊張しましたが、良い成績を残せました。」と目を輝かせ、嬉しそうに報告しました。

詳細、表敬の写真は市HPに掲載しています。



ID:7242

5/22 日本陸連より功労者表彰 少年少女陸上競技指導者表彰「安藤百福記念章」受章報告



「子どもたちの健全な心身の育成には指導者の熱意が不可欠とし、これまでの功績を讃え、今後一層の活躍を期待する」として稲留政秋氏が表彰されました。

平成22年ジュニア陸上クラブ「うるまRC」を設立し、これまでに数多くの大会などで、子どもたちを優秀な成績へと導いてきました。

中村市長より「今後も子どもたちの健全育成に励み陸上競技発展に頑張ってください」と激励がありました。

6/6 初めまして！地域に寄り添い活動します！ 民生委員・児童委員委嘱状交付式



民生委員・児童委員として新たに、写真左から大屋美智子氏(松島区)、神谷美佐子氏(松島区)、前原博則氏(平安名区)、が厚生労働大臣の委嘱を受けました。また、牧門尚美氏が主任児童委員(与勝中、南原小、勝連小)として、厚生労働大臣の委嘱を受けました。

民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手であり、相談内容に応じて各機関と連携し、様々な支援サービスへの橋渡し役として活動しています。

5/20 強い使命感を再認識 税務徴収職員相互併任辞令交付式



コザ県税事務所および近隣7市町村の職員へ徴税吏員としての併任辞令が交付されました。今年度も、併任職員と連携し税の徴収強化に取り組み、誠実で公平な徴収業務遂行に努めていきます。

夏休み期間中の図書館利用について

夏休み期間中は、多くの児童・生徒が調べ学習のため来館します。館内の閲覧席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。

今月のおすすめ 工作やってみよう

01

『もんとみさんが石粉粘土でつくる 手のひらサイズのもっちり動物』



もんとみ 著／ブティック社
丸くてもっちりとした動物たちを、粘土で手作りしてみませんか。作り方のコツや道具の使い方など、写真付きで丁寧に説明しています。

(一般書) 所蔵館 中央

定例おはなし会(7月中旬～8月初旬)

	行事名	日時	サークル名等
中央	おはなし会	7月13日(土) 午前11時～	図書館スタッフ
	あかちゃんのためのおはなし会	7月18日(木) 午前11時～	すだち
	おはなし会	8月10日(土) 午前11時～	図書館スタッフ
石川	おはなしワールド	7月20日(土) 午前10時30分～	すずの会
	Let's go としょかん	8月3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
	おはなしパラダイス	7月13日(土) 午前11時～	ミュージック

図書館カレンダー 7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 8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

赤色は休館日です。

☆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。

夏休み特別企画

「夏休み図書館めぐり」

中央館・石川館・勝連館を巡り、スタンプを集めて、ガチャをまわしてプレゼントをゲットしよう！

期間 7月20日(土)～8月31日(土)

「図書館クイズラリーウィーク」

児童コーナーで問題を受け取ってクイズに挑戦！

期間 7月23日(火)～8月6日(火)

場所 中央図書館 児童コーナー

全問正解者先着20名にはプレゼントあり

「絵本作家savaさんの歌と音の絵本朗読会 -星あつめの物語-」

講師 絵本作家sava氏

日時 7月27日(土)午前11時～

場所 中央図書館 2階会議室

対象 子ども～大人



「くわがたクレーンゲームを作ろう」

日時 7月27日(土)午前10時30分～

場所 石川図書館

対象 市内在住の親子

参加費無料(定員4組・先着順)

受付 7月13日(土)午前10時～



「まんげきょうを作ろう」

日時 7月27日(土)午前10時30分～

場所 勝連図書館 対象 市内在住の親子

参加費無料(定員4組・先着順)

受付 7月13日(土)午前10時～



「牛乳パックでとびだすドラゴン作り」

日時 8月3日(土)午前10時30分～

場所 勝連図書館 対象 市内在住の親子

参加費無料(定員4組・先着順)

受付 7月20日(土)午前10時～



「夏休み親子クッキング」

講師 安福 雅子氏(パン講師)

日時 8月10日(土)午後1時30分～

場所 勝連地区公民館 調理室

対象 市内在住の小学生の親子

材料費 750円(パン3個・あんぱん3個)

定員 4組(先着順)

受付 7月27日(土)午前10時～



「Scratchにチャレンジ！ ～はじめてのプログラミング教室～」

講師 スクラッチ 毛呂 功氏(アトリエゆう)

日時 8月14日(水)①午後2時～ ②午後3時～

場所 中央図書館 2階会議室

対象 小学5年生～中学生

参加費無料(定員各5名・先着順)

受付 7月31日(水)午前10時～



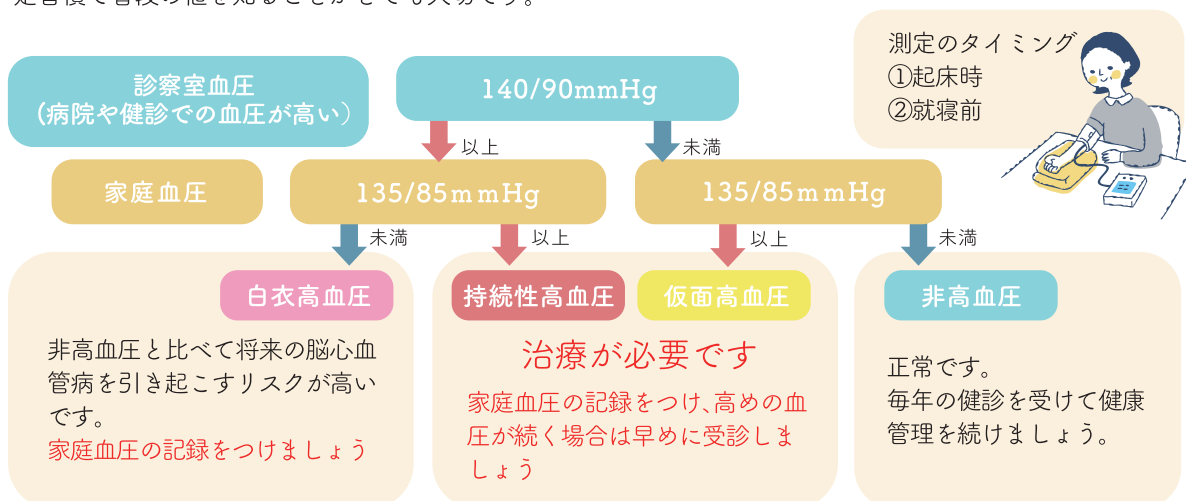
※お問合せは、各図書館までお願いします。

知ってほしい血圧と塩分のおはなし

高血圧は自覚症状が少なく、放っておくと命にかかわる病気(脳卒中、心臓や腎臓の病気)につながる恐れがあります。自分の普段の血圧を知ることや、食事の塩分に気をつけることで、高血圧を予防・改善することができます。

自分の血圧のタイプを確認しよう！

「血圧を測るたびに毎回数値が違う」ということはありませんか？実は血圧は常に変動しているので、毎日の測定習慣で普段の値を知ることがとても大切です。



※年齢や治療状況によっては基準が変わる場合もあります。参考)日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン2019

塩分摂取量を意識して高血圧を予防しよう

からだには塩分の濃度を一定に保つ働きがあります。塩分を摂り過ぎると、濃度を下げようと水分をためこむため、血液の量が増えます。心臓は増えた血液を強く送り出す必要があり、血管にかかる圧力が増し、血圧が上がってしまいます。

そうならないために、市販品や外食を選ぶときは「栄養成分表示」に記載されている“食塩相当量”を確認しましょう。外食は塩分が多い料理が提供される傾向にあるため、家庭でも外食と変わらない味付けにしていると、日常的に濃い味付けに慣れ、塩分を摂りすぎてしまいます。自炊をするときには、だしやスパイスなど、風味がある“無塩調味料”を利用して塩分控えめを心がけましょう。

「血圧が高くなってしまったから」だけでなく、
「高血圧を予防するために」普段の食事から塩分
摂取量への意識を大切にしていきたいですね。



1日の食塩摂取量の基準

(食事摂取基準2020年改定版より)

☑️男性7.5g未満 ☑️女性6.5g未満
※高血圧の方は6g未満

うるま市民の塩分摂取量

男性8.5g 女性: 8.1g

(令和4年度うるま市集団健診結果より)



クックパッド
うるま市健康支援課
公式キッチン
減塩レシピもいっぱい！



健康・栄養相談も
行っています
(栄養相談は予約制)



無料

令和6年度 介護予防・健康づくり出前講座

皆さんの集まりの場にお呼びください！



講座
メニュー

※各講座に要する時間は、

1時間程度（講話30分、体操30分）となっています。

（1回のお申込みで1講座とさせていただきます。）

1 体力測定（3項目）

①握力 ②立ち上がり ③歩く速さを測定

測定後は、適切な運動方法や運動の効果、転倒予防などについてミニ講話と体操の実践を行います。

2 フレイルチェック（機械を使って計測）

機械を使って**①体組織（筋肉量や筋質など）、②運動機能（筋力やバランスなど）**を計測

3 血圧について

日頃の血圧管理の重要性についてや高血圧が与える影響について…沖縄県の実情を交えながらお話しします。

4 フレイル予防とは？

フレイルって何？おうちにいても活動的に過ごす工夫について、お話しします。

5 オーラルフレイル（お口の健康について）

好きなものを美味しく食べ続けるために!!! お口の健康を保ち、いつまでも“美味しく楽しく安全”な食生活を続けるコツをお伝えします。

6 認知症について学ぼう

認知症を予防する生活習慣、認知症の方への接し方、相談窓口などについて、お話しします。

7 お金と健康について

健康とお金にまつわるお話です。生活を見直すきっかけになるかも…？

8 その他

生活習慣病の予防、感染症予防、熱中症対策、〇〇予防体操（転倒予防体操、腰痛予防体操、肩こり予防体操など）スクエアステップ等々…内容については、お気軽にご相談ください。

申込

1年度に最大4回まで申込み可能

対象

うるま市在住の65歳以上（5名以上～）

7月から国民健康保険税の納付が始まります!



令和6年度の国民健康保険税納税通知書および納付書を7月中旬頃に世帯主宛にお送りしますので、納税通知書は必ず開封し、内容の確認後、納期限内に保険税のお支払いをお願いします。

- ✓ 世帯主本人が職場の健康保険等の加入の場合でも納税通知書は世帯主宛にお送りいたします。
- ✓ 年度途中で転居や世帯分離により国保記号番号が変わりますと納税通知書等が2通届く場合がございます。

令和6年度 国民健康保険税の納期限

今年度の納期限は下記のとおりです。納め忘れのないようお願いします。

1期	7月31日(水)	4期	10月31日(木)	7期	1月31日(金)
2期	9月2日(月)	5期	12月2日(月)	8期	2月28日(金)
3期	9月30日(月)	6期	1月6日(月)	9期	3月31日(月)



どうしても納付が困難な時は…

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。

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または雇用保険受給資格通知をご持参のうえ、申請してください。

産前産後期間に係る減免

出産予定月（または出産月）の前月から4ヵ月間の国民健康保険税のうち、所得割額と均等割額相当分が免除となります。妊娠85日（4ヵ月）以上の出産被保険者が対象となります。

親子健康手帳（母子健康手帳）をご持参のうえ、申請してください。

減免制度

失業（病気・介護等の特別な事情により就労困難な場合）・疾病・負傷・廃業・災害により国保に加入している納税義務者または世帯員の所得が著しく減少した方については、申請により保険税（所得割額）の減免を受けられる制度があります。（定年退職等の方は除きます。）

納付が困難な方は、国民健康保険課の窓口にてご相談ください。



所得減少に係る減免について、申請期限は各納期限までとなっております。そのため、当初納税通知書が届き次第、第1期納期限の令和6年7月31日までにご相談ください。納期限を過ぎた税額は減免対象外となります。



猶予や減免の申請を行うその前に…

所得の申告はお済みですか？

国民健康保険税では所得に応じて、保険税の所得割の算定や軽減の判定、高額療養費の自己負担限度額の判定などを行います。

※前年の収入が変わった場合は再度、軽減適用を判定します。

世帯主および加入世帯員に一人でも未申告の方がいると…

- ✓ 収入がない世帯も、未申告の状態では7割・5割・2割の軽減が適用されません。
- ✓ 保険税の猶予・減免を受けることができません。
- ✓ 収入の判定ができない場合は、高額療養費の自己負担限度額や、入院時の食事自己負担額が高くなる場合があります。申告がまだお済みでない方は市民税課等でお手続きください。



8月から 被保険者証が 変わります！

新しい被保険証の有効期限

令和7年7月31日

8月からは医療機関の窓口で新しい被保険者証を見せてください。

後期高齢者医療被保険者証

有効期限 令和7年7月31日
交付年月日 令和6年8月1日

被保険者番号 39472139

住所 宇部市

氏名 昭和 年 月 日 男
令和 年 月 日

生年月日 昭和 年 月 日

交付年月日 令和 年 月 日

交付の趣旨 2割

後期高齢者医療広域連合 宇部市役所 健康保険課

New

新しい被保険者証は、保険料の未納のない方に、7月中旬頃から簡易書留で郵送します。事前に窓口での受け取りを申請されている方は、7月31日までに本庁舎東棟1階または各出張所窓口で被保険者証を切り替えてください。

7月から後期高齢者医療保険料の納付が始まります。

令和6年度後期高齢者医療保険料の納付通知書を7月中旬頃に郵送します。
保険料の納付方法については、以下の3つとなります。

- ✓ 納付書払いの方…同封する納付書にて最寄りの金融機関や郵便局、コンビニエンスストア、スマホアプリ決済
【LINEPay請求書支払い・PayPay・PayB・支払秘書・J-Coin請求書払い・d払い請求書払い・auPAY(請求書払い)】で期限内に保険料を納めてください。
- ✓ 口座振替となる方…各納期月の末日（全納対象者は7月末日）に、登録されている口座から保険料が引き落とされます。（末日が休日にあたる場合は金融機関の翌営業日となります。）
- ✓ 特別徴収（年金天引き）となる方…ハガキタイプで「保険料額決定通知書兼特別徴収開始通知書」を郵送します。

特別徴収の納付額を平準化します。～年間を通じてできるだけ均等な額になるように～

保険料の特別徴収（年金天引き）は、収入の変動などがあると年6回ある納期の仮徴収額（4・6・8月）と本徴収額（10・12・2月）で、大きな差が生じる場合があります。その差を是正するため、年間を通じてできるだけ均等な額となるように8月の徴収額を変更します。

入院などで医療費が高額になる方へ

申請により、入院時や高額な外来診療を受ける際に、医療費の限度額を下げるための「限度額適用・標準負担減額証、限度額適用認定証（以下、認定証という）」を発行することがあります。医療機関の窓口で認定証を事前に提示すると、お支払い（自己負担額）を認定証に応じた限度額までにとどめることができます。

認定証の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合せください。また、制度の内容についての詳しい説明は、被保険者証に同封する「後期高齢者医療制度のご案内」に掲載していますのでご確認ください。

～過去に「減額認定証」・「限度額認定証」を取得したことがある方～

引き続き認定証の該当がある方は、被保険者証に同封してお送りしますのでご確認をお願いします。

後期高齢者医療保険料率改定及び所得が低い方 に対する軽減基準の見直しのお知らせ

保険料率 の改定

今回の見直しでは、被保険者の増加により医療費の増加が見込まれることや、医療保険制度改革（皆様を支えている若い世代の負担上昇を抑制するための高齢者負担割合の見直しや出産育児一時金の一部を支援する仕組みの導入等）の影響を踏まえ、保険料率が改定されました。

後期高齢者医療保険料率は次のとおりです。

令和４・５年度

$$\begin{array}{l} \text{年間保険料額} \\ (\text{賦課限度額 } 66 \text{ 万円}) \end{array} = \begin{array}{l} \text{均等割額} \\ (48,440 \text{ 円}) \end{array} + \begin{array}{l} \text{所得割額} \\ (\text{基礎控除後の総所得金額等} \times 8.88\%) \end{array}$$

令和６・７年度

$$\begin{array}{l} \text{年間保険料額} \\ (\text{賦課限度額 } 80 \text{ 万円}) \end{array} = \begin{array}{l} \text{均等割額} \\ (56,400 \text{ 円}) \end{array} + \begin{array}{l} \text{所得割額} \\ (\text{基礎控除後の総所得金額等} \times 11.60\%) \end{array}$$

※令和５年度末(令和６年３月３１日)時点で 75 歳以上または令和 6 年度末(令和 7 年３月３１日)までに障害認定による被保険者である方の令和 6 年度の賦課限度額は、73万円です。

※「基礎控除後の総所得金額等」が58万円(年金収入211万円相当)以下の方の令和 6 年度の所得割率は、10.18%です。

所得が低い方 に対する 軽減基準の見直し

経済動向等を考慮し、令和 6 年度の均等割額の 2 割軽減および 5 割軽減の対象世帯に係る所得判定基準が次のとおり拡充されます。

※7 割軽減は変更なし

軽減割合

世帯（世帯主および被保険者）の総所得金額等

令和 5 年度

$$\begin{array}{l} \text{2 割軽減} \\ (\text{軽減後の} \\ \text{均等割額} \\ 45,120 \text{ 円}) \end{array} \quad \begin{array}{l} \text{基礎控除額} \\ (43 \text{ 万円}) \end{array} + 53.5 \text{ 万円} \quad \begin{array}{l} \text{世帯に属する} \\ \text{被保険者数} \end{array} + \{10 \text{ 万円} \times (\text{給与所得者等の数} - 1)\} \text{ 以下の世帯}$$

令和 6 年度

$$\begin{array}{l} \text{基礎控除額} \\ (43 \text{ 万円}) \end{array} + 54.5 \text{ 万円} \quad \begin{array}{l} \text{世帯に属する} \\ \text{被保険者数} \end{array} + \{10 \text{ 万円} \times (\text{給与所得者等の数} - 1)\} \text{ 以下の世帯}$$

軽減割合

世帯（世帯主および被保険者）の総所得金額等

令和 5 年度

$$\begin{array}{l} \text{5 割軽減} \\ (\text{軽減後の} \\ \text{均等割額} \\ 28,200 \text{ 円}) \end{array} \quad \begin{array}{l} \text{基礎控除額} \\ (43 \text{ 万円}) \end{array} + 29 \text{ 万円} \quad \begin{array}{l} \text{世帯に属する} \\ \text{被保険者数} \end{array} + \{10 \text{ 万円} \times (\text{給与所得者等の数} - 1)\} \text{ 以下の世帯}$$

令和 6 年度

$$\begin{array}{l} \text{基礎控除額} \\ (43 \text{ 万円}) \end{array} + 29.5 \text{ 万円} \quad \begin{array}{l} \text{世帯に属する} \\ \text{被保険者数} \end{array} + \{10 \text{ 万円} \times (\text{給与所得者等の数} - 1)\} \text{ 以下の世帯}$$

軽減割合

世帯（世帯主および被保険者）の総所得金額等

令和 6 年度（変更なし）

$$\begin{array}{l} \text{7 割軽減} \\ (\text{軽減後の} \\ \text{均等割額} \\ 16,920 \text{ 円}) \end{array} \quad \begin{array}{l} \text{基礎控除額} \\ (43 \text{ 万円}) \end{array} + \{10 \text{ 万円} \times (\text{給与所得者等の数} - 1)\} \text{ 以下の世帯}$$

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

病児保育

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をお預かりします。

ハート保育園 字赤道 174-12 202 号

利用時間 初 日 午前9時～午後5時
 2日目以降 午前8時30分～午後5時

※定休日：土曜・日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）、
旧盆（旧暦7月15日）、慰霊の日

利用定員 2人

料 金 1日利用：2,000円（昼食・おやつ代込み）

電話番号 ☎989-0045



詳細はこちらから

病後児保育

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をお預かりします。

び～のはうす石川（石川どろんこ保育園）石川東恩納 952-1

利用時間 午前8時～午後6時
※定休日：日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）

利用定員 6人

料 金 1日利用：2,000円（昼食・おやつ代込み）
正午～午後6時利用：1,000円（昼食なし・おやつ代込み）

電話番号 ☎987-8101



詳細はこちらから

※ご利用時は、病院で診察を受け「医師連絡票（有料）」を作成してもらう必要があります。空き状況や必要書類等については、ご利用前に必ず各事業所へご確認をお願いします。

※生活保護世帯、非課税世帯については、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。

※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。



児童扶養手当・特別児童扶養手当 給付が受けられなくなる前に！現況届の提出を！



児童扶養手当・特別児童扶養手当・母子および父子家庭等医療費助成を受けている方は、受給資格確認のため、毎年8月に「現況届」の提出が必要となります。期間中に「現況届」の提出がない場合、11月分以降の児童扶養手当、8月分以降の特別児童扶養手当の給付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。該当者への案内につきましては、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。
- ✓ 届出は、必ず受給者本人が行ってください。（代理人での受付はできません。）
- ✓ 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。

受付期間

8月1日（木）～23日（金）
午前9時～11時30分、午後1時～4時
※11日（日）以外の土日祝日を除く計17日間

日曜窓口

8月11日（日）
午前9時～11時30分、午後1時～3時

受付会場

本庁舎東棟3階 大講堂

パパ・ママお仕事応援キャンペーン inうるま市役所

児童扶養手当・特別児童扶養手当の「現況届」にあわせて、「ハローワーク相談窓口」を会場に設置します。普段は忙しくて利用できないお父さん、お母さんは、この機会に出張相談窓口を是非ご利用ください。



問 こども家庭課 ひとり親支援係 ☎973-4983



ちょっとした応急手当術 （ハブクラゲ刺傷）

うるま市消防本部警防課

ハブクラゲは、5月～10月ごろに発生する強い毒を持つクラゲです。触手には刺胞（毒針と毒液が入ったカプセル）がたくさんあり、触れると毒針が飛び出し、毒を注入します。

ハブクラゲに刺された場合

ハブクラゲに刺されると、激しい痛みを伴い、赤いミミズ腫れになることがあります。場合によってはショック症状を起し呼吸困難となり、重症化してしまうこともあります。

応急手当

- ✓ 刺されたらすぐに海からあがり、刺された部分は絶対にこすらない。
- ✓ 酢（食酢）をたっぷりかけましょう。酢には刺胞（しほう）の発射を止めるはたらきがあります。
※ハブクラゲかわからない場合は酢を使うのはやめましょう。
- ✓ 触手を手でそっと取り除きましょう。
- ✓ 痛みが強い場合は、氷や冷水で冷やしましょう。
- ✓ 手当をして医療機関を受診しましょう。



予防法

- ✓ クラゲ侵入防止ネットがあるビーチなどで泳ぎましょう。
- ✓ 泳ぐときは、ラッシュガードや長袖、スパッツなどを着用し肌の露出を少なくしましょう。

救急車を呼ぶ目安

- ✓ 小さい子どもや、刺された範囲が広い場合。
- ✓ 意識や呼吸の様子がおかしい場合。



市 HP
台風に備えましょう

家の外の備えを行う(大雨が降る前、風が強くなる前に済ませましょう)

- ✓ 窓や雨戸はしっかりと鍵をかけ、必要に応じて補強しましょう。
- ✓ 側溝や排水口は掃除して水はけを良くしておきましょう。
- ✓ 風で飛ばされそうな物は飛ばないように固定したり、屋内へ格納しましょう。

家の中の備えを行う

- ✓ 非常用具。例：懐中電灯、携帯用ラジオ、乾電池、携帯電話の充電器。救急用品。医療機器を使用の方は非常用発電機など
- ✓ 室内からの安全対策。例：窓ガラスに飛散防止フィルムやテープなどを貼ったり、カーテンやブラインドを下ろすなど
- ✓ 断水に備えて水の確保。例：飲料水、生活用水（浴槽に水を張る等）
- ✓ 非常用食品を準備。例：レトルト食品、缶詰、パン、飲料など
- ✓ 浸水が想定される場合は浸水対策。例：土のうの設置、家財を上の方に移動させるなど



「台風情報」、「警報・注意報」、「避難指示」など情報の入手を行う

- ✓ 気象台では、台風の影響が考えられる場合や雨などにより重大な被害が発生する恐れがあるときには、「台風情報」や「警報・注意報」を発表します。併せて、市は避難情報などを発信します。テレビやラジオ、ホームページから最新の情報を入手して備えましょう。

台風接近中は不要な外出は控え、危険な場所へは近づかない！

- ✓ 台風が接近し暴風となると、風により物が飛ばされたり、飛んできた物にぶつかったり、車が転倒したりするおそれがあります。また、風に煽られてドアや扉に手や指を挟まれるなどの被害も発生します。不要な外出は避け、台風が過ぎ去るのを待ちましょう。
- ✓ 危険な場所へ近づかない。例：海や海岸付近、川、がけや傾斜が急な山など、側溝や用水路など。

台風等で開設する避難所(大規模災害とは異なります)

- ✓ 自宅が安全な場合は自宅避難を行い、また避難が必要な場合は安心して過ごせる親戚宅等もご検討ください。
- ✓ 避難所開設の際にはエリアメール、テレビのテロップ等でお知らせします。
- ✓ 避難の前に、お問合せください。
- ✓ 避難時には、食料や飲み物、薬、着替え、掛物等の必要な生活用品をご持参ください。
- ✓ ペットの受入は、本庁舎東棟地下駐車場。所有者による自己管理で、ゲージやエサ等をご持参ください。

具志川地区	うるま市役所本庁舎東棟	みどり町一丁目1番1号
石川地区	石川地区公民館	石川曙2丁目1-52
勝連・与勝地区	勝連シビックセンター	勝連平安名3047
島しょ地区	平安座地区コミュニティ防災センター	与那城平安座409-2



在宅酸素などの医療機器を使用されているみなさまへ
避難行動要支援制度に登録しましょう 問 福祉政策課 ☎989-0203



令和6年度 地域計画 意見交換会



地域の皆様に、地域農業を持続・発展させるための取り組みについて、話し合います。
下記の日程で開催予定ですので、ぜひご参加ください。

《参加対象者》

- ☑農地を貸したい方 ☑農地の管理に困っている方
- ☑新しく農業を始めたい方 ☑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 ☑その他、地域農業に携わっている方など

※台風等の際は、日程を変更する場合がありますのでお問合せください。

※複数の地域で農業をされている方、農地を所有している方は、複数の地域に参加可能となっております。

////////// 令和6年度 地域計画 予定地区 //////////

地区名	対象大字(農地所在地)	開催日時
① 南風原地区	勝連南風原 (場所:南風原公民館)	7月2日(火) 午後2時～4時
② 津堅地区	勝連津堅 (場所:津堅公民館)	7月9日(火) 午前10時30分～11時30分
③ 伊計地区	与那城伊計 (場所:伊計公民館)	7月17日(水) 午後2時～4時
④ 浜比嘉地区	勝連浜、勝連比嘉 (場所:浜比嘉地域交流拠点施設)	7月24日(水) 午後2時～4時
⑤ 下原地区	前原、豊原、塩屋、川田、高江洲、宮里、江洲 (場所:高江洲公民館)	8月7日(水) 午後2時～4時
⑥ 照間地区	具志川、与那城照間 (場所:具志川公民館)	8月22日(木) 午後2時～4時
⑦ 石川南地区	石川伊波、石川嘉手苺、石川山城、石川楚南、石川東恩納 (場所:伊波公民館)	8月28日(水) 午後2時～4時
⑧ 宇堅港原地区	宇堅、赤野、田場 (場所:市役所西棟3階第一会議室)	9月3日(火) 午後2時～4時
⑨ 石川北地区	石川地域 (場所:石川地区公民館)	9月12日(木) 午後2時～4時
⑩ 具志川北地区	天願、昆布、栄野比、川崎 (場所:市役所西棟3階第一会議室)	9月19日(木) 午後2時～4時
⑪ 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:桃原公民館)	9月25日(水) 午後2時～4時
⑫ 兼箇段地区	兼箇段、西原 (場所:兼箇段公民館)	10月2日(水) 午後2時～4時
⑬ 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)	10月9日(水) 午後2時～4時

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 TEL 974-3111
総合案内 FAX 973-9819

子育て・教育

夏休み宿題お助け企画2024
あまわりパークで遊んで学ばし

家族みんなで遊んで、楽しく学ぶ夏！

- ・うるまの海・星空などの自然教室
 - ・謎解き！ナイトミュージアム探検隊
 - ・八幡瓦使用シーサー作り、琉球漆器や紅型等の文化体験
 - ・ライブパフォーマンス体験♪
- 他にも楽しいプログラムが盛りだくさん！
＊プログラムの日程や参加費など、詳しくは、あまわりパークのホームページをご覧ください。

日時 7月20日(土)～8月25日(日)
午前9時～午後6時
(一部プログラムで夜間あり)

申込方法 申込フォーム、お電話にてお申込み

※先着順、定員に次第締め切ります。

申 問

あまわりパーク管理事務所
☎978-12033

ホームページ
こちら↓



くらし

障がい者の運転免許取得費用の助成について

障がい者の社会参加を促進し、自立更生を図るため、自動車運転免許の取得に要する費用の一部について、予算の範囲において助成金を交付します。

対象 自動車運転免許の取得を希望する方で、以下の条件をすべて満たしている方

①身体障害者手帳、療育手帳又は精神障害者保健福祉手帳のいずれかの手帳を所持している方

②道路交通法第88条の規定による欠格事由に該当しない方

③これまでにうるま市や他市町村等で自動車運転免許取得費に係る助成を受けたことがない方

助成額 免許取得に要した費用の3分の2以内(上限額10万円)

留意事項 事前の申請が必要です。免許取得後の申請はできません。免許が取得出来なかった場合は、助成金は交付されません。

助成対象者の所得が基準額を超える場合は、助成の対象となりません。

申 問

障がい福祉課 障がい給付係
☎973-5452



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です】

- ・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 9月6日～10月25日
毎週金曜 午前10時～11時30分

場所 うるま市1階

定員 20名 ●参加料 無料

対象 19歳～74歳の国保加入者

※運動制限のない者

持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ

申込期間 7月16日(火)～8月30日(金)

※定員に達し次第締め切ります。

申 問

健康支援課 保健事業係
☎973-4960

うるま健康運動教室
【国保加入者福利厚生事業】

1畳分のスペースがあればアパートのお部屋でもできる！

【トレーニング・ストレッチ講座】

日時 9月20日～11月8日
毎週金曜 午後8時～9時

場所 うるま市1階スタジオ

定員 20名 ●参加料 無料

対象 19歳～74歳の国保加入者

※運動制限のない者

持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ

申込期間 7月16日(火)～9月13日(金)

※定員に達し次第締め切ります。

申 問

健康支援課 保健事業係
☎973-4960

動けるカラダづくり！動作法
【国保加入者福利厚生事業】

猫背、肩こり、膝痛、腰痛、運動しているけどコリや痛みが残る等、体やこころの不調を感じている方、心身共に健康で活動できる体づくりを学びます。

日時 9月5・12・19・26日
10月3・10日(全6回)

毎週木曜 午後2時～3時30分

定員 16名 ●参加料 無料

対象 19歳～74歳の国保加入者

①令和5年度健診受診者・令和6年度健診受診、受診予定者

②運動制限のない者

③運動制限のない者

場所 勝連地区公民館

申込期間 7月16日(火)～8月29日(木)

申 問

健康支援課 保健事業係
☎973-4960

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・運動の基礎を学びたい方向けの教室です。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。

日時

① 8月22日～10月10日

毎週木曜 午前10時～11時30分

② 9月10日～10月29日

毎週火曜 午後2時～3時30分

場所

① うるみん1階

② 石川保健相談センター

●定員 20名 ●参加料 無料

●対象 19歳～74歳の国保加入者

※運動制限のない者

●持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ

申込期間

① 8月15日(木)まで

② 7月16日(火)～9月13日(金)

※定員に達し次第締め切ります。

●申込 健康支援課 保健事業係
☎973-4960

認知症サポーター養成市民講座のご案内

認知症は他人事ではなく、年をとれば誰にでも起こりうる身近なものとなっています。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へ認知症サポーターになりませんか？

●日時 7月23日(火) 午後2時～4時
●場所 石川地区公民館2階 研修室1
●対象 18歳以上のうるま市民
●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

●参加料 無料 ●定員 20名

※定員に達し次第締め切ります。

●申込期間 7月8日(月)～7月19日(金)

午前9時～午後4時

●申込 介護長寿課 地域支援係
☎973-5112

親子deお塩ひかえめ教室 参加者募集！

お塩の「なぜ？」を学び、簡単おいしい料理を作ってみよう！夏休みの食体験や思い出作りにも、お気軽にどうぞ！大人も子どももレッツお塩♪

●日時 8月3日(土) 午前10時～午後1時

※午前9時30分受付開始

●場所 うるみん3階 調理室

●対象 市在住の小中学生とその保護者(保護者1名に対し、子ども2名まで)

●定員 20名 ●参加料 無料

●持ち物 エプロン、三角巾、筆記具

申込方法

①電話 ②窓口 ③ウェブ

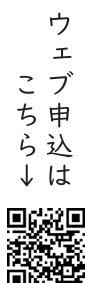
※①②は土日祝日を除く

●申込期間 7月1日(月)～31日(水)

※定員に達し次第終了

●申込 健康支援課 保健指導係
☎973-3209

●申込 ウェブ申込はこちら↓



お腹やせエクササイズ 【国保加入者福利厚生事業】

年齢や運動経験の有無に関わらず、ポッコリお腹が気になる！そこで上手に運動を取り入れ、お腹まわりを刺激しお腹スッキリ動けるカラダを取りもどします。

●日時 9月3・10・17・24日・10月1・8・15・22日(全8回)

毎週火曜 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

② 令和5年度健診受診者・令和6年度健診受診、受診予定者

③ 運動制限のない者

●場所 ゆらてく

●申込期間 7月16日(火)～8月29日(木)

※定員に達し次第締め切ります。

●申込 健康支援課 保健事業係
☎973-4960

マイナンバーカードの 夜間・休日窓口

夜間

11日(木)、25日(木) 午後8時まで

休日

14日(日)、28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。

問 市民課 ☎989-5410

集団健診はweb予約ができます！早めの予約をお勧めします！

集団健診の予約受付をしています！

日程等はホームページや健診ガイドをご確認ください。

ご予約・お問合せ

健康支援課(うるみん3F)
TEL:973-4960



受診方法
の詳細



集団健診
WEB予約



婦人がん検診
WEB予約



腸活料理教室

【国保加入者福利厚生事業】

腸内環境を整えて、いきいき腸元気になる生活を目指しませんか？知識とレシピを学んで腸活を始めましょう！！

●日時 7月20日(土)

午前10時～午後1時

●場所 うるみん3階 調理室

●定員 16名 ●参加料 無料

●対象 19歳～74歳の国保加入者で、今年度健診受診済み、または予定・予約されている方

●申込期限 7月17日(水)まで

●申 問 健康支援課 保健事業係
☎973-4960

募集

2024年度うるま市空手道古武道選手権大会出場者募集

空手道、古武道の普及に努めることを目的に、うるま市空手道古武道選手権大会を開催・参加者を募集いたします。

●日時 9月1日(日) 開会：午前10時 競技開始：10時15分

●会場 前原高校武道場

●参加料 一人千円 ※重複出場可能

●対象者 18歳以上(高校生不可)の市民(現住所または本籍がうるま市にある者)およびうるま市内の道場所属者

〈空手道〉①一般男子形②一般女子形③壮年男子形④壮年女子形⑤一般男子組手⑥女子組手⑦壮年男子組手

〈古武道〉①一般男子棒②一般女子棒

③壮年男子棒④壮年女子棒⑤一般男子サイ⑥一般女子サイ⑦壮年男子サイ⑧壮年女子サイ

●申込期限 8月8日(木) 午後3時まで

●申込方法 所定の用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて各道場ま

●申 問 市体育協会
☎974-2540

第20回「しまくとうば語や
びらうるま市大会」出場者募集

幅広い年齢層にふるさとの言葉に対する関心を高め、その価値を見直す機会を提供し、地域文化の継承発展を目的として開催する同大会への出場者を募集いたします。うるま市大会の最優秀者は中部地区大会へ派遣されます。

●日時 8月1日(木) 午後2時～

●場所 ゆらてく多目的ホール

●参加資格 うるま市に居住・通学する者(テーマは自由)

●発表時間 5分以内

●発表方法 「話し言葉による発表」を原則とし、1人または2人1組での発表とする。楽器等使用の場合は事務局まで確認してください。

●申込期限 7月19日(金) ※期限厳守

●申込方法 申込用紙に必要事項を記入し、文化協会へ提出してください。(申込用紙はうるま市文化協会にて)

●申 問 うるま市文化協会
(うるま市民芸術劇場内)
☎974-10333

第20回「うるま市子ども文化祭」
開催および出場者募集

児童文化振興の一助とし、心豊かな児童の育成と自己表現力の向上をめざして「子ども文化祭」を開催いたします。子どもたちによる琉球舞踊やエイサー、太鼓・三線・空手演舞、創作ダンス、リトルバレエ・合唱等出場者募集中です。多くの参加者による発表会を開催し、子どもたちの晴れ舞台を応援しましょう。

●日時 8月25日(日) 午前・午後開演

●場所 うるま市民芸術劇場 響ホール

●参加資格 うるま市に居住・通学する幼小中高生

●申込期限 7月31日(水)まで

●申 問 うるま市文化協会
(うるま市民芸術劇場内)
☎974-10333

お知らせ

ボクの生き物展

うるま市内に住む小学6年生が開催する生き物展示会！自宅で大切に飼育しているいろいろな生き物たちが海の文化資料館に大集合！その他、ユニークな生態を知ることができる自作の標本に写真・パネルまで…彼らの生きた姿を間近で見てくださいませんか？ぜひ資料館に遊びに来てみてください！

●期間 7月28日(日)～8月4日(日)

●入館時間 午前9時～午後4時30分

●入館料 無料 ●共催 海の文化資料館

●申 問 海の文化資料館 ☎978-8831

市民アンケートにご協力ください！

第2次うるま市環境基本計画の改定に向け、市民ならびに事業者の皆さまのご意見をお聞きし、今後の環境保全の方策に反映するためのアンケート調査を実施します。このアンケートは無記名回答方式のため、回答者個人が特定されることはありません。ぜひ、うるま市の環境保全に対する率直なご意見をお聞かせください。

また、18歳以上の市民を対象に無作為抽出された方に対し、アンケート票を送付しております。アンケート票が届いた方につきましては、本調査の趣旨をご理解のうえ、ご協力をお願いします。

期 間 6月下旬～7月20日

対 象 市民ならびに市内事業者

回答方法 スマートフォンまたは市公式ホームページ

環境政策課 ☎973-5594

あなたの声を
市政に！



市民用



事業者用



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 7月9日(火)、16日(火)、23日(火)、8月13日(火) 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(月～金)午前8時30分から、先着8名様)
受付場所 本庁舎西棟1階 ⑥市民協働政策課 (ふるさとハローワーク向い)
※令和6年度より、相談日が火曜日に変更になりました。
- 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 7月23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(市民課隣り)
- 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 7月23日(火) 午後1時30分～午後4時
ところ 本庁舎東棟1階 相談室7(納税課隣り)
- 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 7月17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 7月19日(金)午前9時～午後5時 **※毎月第3金曜日に開催**
ところ 本庁舎東棟1階 相談室(納税課隣り)

第19回うるま市エイサーまつり 開催場所変更のお知らせ

第19回うるま市エイサーまつりが今年も開催されます。開催場所については、前回まで使用していた与那城陸上競技場が改修工事に伴い使用ができないため、以下の通り場所を変更しての開催となります。出演団体等、詳細が決まりましたら順次告知してまいりますので、しばらくお待ちください。

日時 8月31日(土)～9月1日(日)
午後5時～9時(予定)
場所 県道75号線
(安慶名十字路～琉球銀行具志川支店)
※全面交通規制(歩行者天国)



ID:7128

申 問 観光イベント課 ☎923-7612

収納窓口受付時間の延長

7月1日(月)より、本庁舎東棟1階の収納窓口にセミセルフレジを導入いたします。これにより収納窓口受付時間が変更になります。

収納窓口受付時間

現 行:午前9時～午後3時
変更後:午前9時～午後5時15分

セミセルフレジとは

市税等の納付の際、ご自身でレジにお金を入れていただき、お釣りもご自身でお取りいただくタイプのレジです。

問 会計課 ☎973-5680

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



消費者ホットライン ☎188
うるま市消費生活センター ☎973-5692

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 7月11日(木)
午後1時30分～3時30分
場 所 市役所東棟2階
相談室(保護課側)
対 象 市在住の方またはその親族、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
申 込 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。

申 問 福祉政策課 ☎989-0203

ゆらてく通信 生涯学習のススメ



●お問合せ

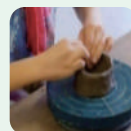
生涯学習・文化振興センターゆらてく
☎ 988-5508 ※お申込みはお電話か申込フォームでお願いいたします。

講座名 お父さんといっしょ♪タルトづくり
日時 7月30日(火) 午後1時～4時
場所 ゆらてく 2階 調理室
講師 崎山 剛 氏
(PATISSERIE 水の輪郭)
材料費 1組 2,000 円
持ち物 エプロン、三角巾、水筒
定員 親子 10 組 (20 名)
※小学 1 年生以上の子とお父さん
受付期限 7 月 18 日 (木) まで



★材料にアーモンド、卵、小麦粉、乳製品を使用します。

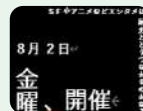
講座名 親子手びねり陶芸
日時 7月28日(日) 午前10時～正午
場所 ゆらてく 創作活動室
講師 伊達 政仁 氏
材料費 1,500 円
持ち物 エプロン、タオル
定員 小中学生 親子 12 組 (24 名)
受付期限 7 月 18 日 (木) まで



講座名 首里城瓦と漆喰シーサー
日時 8月1日(木) 午前10時～午後1時
8月8日(木) 午前10時～正午(全2回)
場所 ゆらてく 創作活動室
講師 諸見里 剛 氏
材料費 1,000 円
持ち物 エプロン、タオル
定員 10 名 (小学 4 年生～大人)
受付期限 7 月 18 日 (木) まで
★1 回目は漆喰シーサー作りをします
★2 回目は色付けをします



講座名 ユンタク講座
～エンタメから歴史を楽しむ～
日時 8月2・9日(金)
午後7時～9時(全2回)
場所 ゆらてく 研修室②
講師 國吉 康孝 氏 (文化財課)
受講料 無料 **持ち物** 水筒
定員 20 名
受付期限 7 月 18 日 (木) まで



※応募者多数の場合は抽選となり結果は受講できる方へのみ連絡致します。
※各講座申込み最終日の受付時間は午後4時までです。

スクールバス購入事業

川崎小学校で使用しているスクールバスが経年劣化していたため、特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用し、令和5年度にスクールバスを1台購入しました。



問 学務課 学務係 ☎923-2159

中学校机・椅子更新事業

本市では、特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用し、令和5年度に市内中学校へ新しい机・椅子を追加で合計668セット整備しました。



問 学務課 学務係 ☎923-2159

うるま市の人口

	令和6年6月1日現在	前月比
人口	126,545人	27
男	63,457人	10
女	63,088人	17
世帯数	57,813世帯	126

消防活動状況

	令和6年5月()は令和6年1月からの累計
救急出動件数	735件(3,548件)
搬送人員	613人(2,934人)
火災件数	5件 (27件)

てるまさリースバック 売っても住むーず

自宅を「売ってもそのまま住める」資産活用法です。

- ✓ お支払いは最短で5営業日
- ✓ 「買戻し(再購入)」も可能です
- ✓ 売却後もそのまま住めます
- ✓ 住宅ローンが未返済でも大丈夫

てるまさリース 那覇市泉崎1丁目12番15号
TEL:098-943-4355
9:00～17:00 (土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)
査定無料! お問合せはこ
スマホはこちら



シルバー派遣合同説明会

開催日: 8月21日(水) 13:30～16:00

開催地: 沖縄市内/受講料: 無料

1部: シルバー派遣の保育・学童説明会 2部: 入会説明会
対象者: 60歳以上で保育、学童補助に就業や関心のある方

高齢者活躍人材確保育成事業
(公社) 沖縄県シルバー人材センター連合
TEL (098) 871-0330



ご寄附ありがとうございます。

うるま市育英会へ

○山城 正和 様(那覇市)より 50,000円の寄附
うるま市社会福祉協議会へ

○唐澤 雅幸 様(字具志川)より 5,000円の寄附

○仲元 友一 様(勝連平安名)より 5万円の寄附

○新垣 幸子 様より 20万円の寄附

○(故)山城 正一 様より 10万円の寄附

○ひがしの大空こども園 様より 1万円の寄附

サマーイングリッシュ参加者募集

夏休みを利用し、市内に在住する高校生または市内の高校に在学する高校生を対象とした基地内留学体験を開催します。



英語力は、全く問いません!

主 催 キャンプコートニー
日 時 8月19日(月)～23日(金) 5日間
午前10時～午後3時
定 員 約20名 ※書類選考あり
費 用 保険料等:800円(保険料500円・その他300円)
昼食代:約70ドル(事前に両替が必要です。)

参加条件 市内在住の高校生または市内の高校在学の高校生
※事前説明会に保護者同伴で参加できる方

申込期間 7月16日(火)～26日(金)

申込場所 うるま市役所市民協働政策課(郵送不可)
(午前9時～午後5時※土日祝日を除く)

問 市民協働政策課(西棟1階) ☎973-5487

石綿(アスベスト)にさらされる仕事をしていた方
とご家族・ご遺族のみなさまへ

沖縄米軍関連施設での仕事に石綿にさらされたことにより次のような疾病にかかった場合、労災保険制度または石綿健康被害救済制度に基づく補償または救済を受けられる可能性があります。

対象となる疾病

中皮腫、石綿肺、
肺がん、良性石綿胸水、
びまん性胸膜肥厚

ご相談は…

心当たりのある人は、
近くの労働基準監督
署または労働局にご
相談ください。

石綿を扱う仕事や症状などの情報は、厚生労働省ホームページの「アスベスト(石綿)情報」をご覧ください。

厚生労働省 アスベスト



危険物取扱者試験案内

試 験 日 8月11日(日)
願書受付期間 7月2日(火)～9日(火)
試験の種類 甲種、乙種(第1類～第6類)、丙種
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

お問合せ先 (一財)消防試験研究センター沖縄県支部
☎941-5201



HP

○募集種目

自衛官等募集のご案内

種 目 (採用試験)	受験資格	受付期間	試験日(1次)
防衛医科大学校医学科学生	18歳以上高卒(見込)21歳未満	7月1日～10月9日	10月19日
防衛医科大学校看護学科学生 (自衛官候補看護学生)		7月1日～10月2日	10月12日
防衛大学校学生(一般)		7月1日～10月17日	11月2日
航空学生(海上要員)	18歳以上高卒(見込)23歳未満	7月1日～9月5日	9月16日
航空学生(航空要員)	18歳以上高卒(見込)24歳未満		
一般曹候補生	18歳以上33歳未満	7月1日～9月3日	9月14日～22日(いずれか1日)
自衛官候補生		年間を通じて行っています。	受付時にお知らせします。
予備自衛官補	18歳以上52歳未満	6月1日～9月19日	9月21日～10月7日(いずれか1日)

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

工事内容

リフォーム工事全般 店舗改装
増築工事 防音工事 エクステリア工事

玄関ドア取替え[1DAY]
アルミ格子 手すり テラス カーポート

防水・塗装工事 電気工事 水道工事 瓦葺き工事

リフォームの図書館は3社見積りをオススメします



今!リフォーム工事を
ご検討の皆さまへ

☎0800-919-0114

合同会社 サノハタ ※土日・祝日のご来店の際は事前にお問い合わせください

〒904-2143 沖縄市知花5丁目17-20 営業時間【月～土】9:00～17:00

※ 急な台風被害や雨漏り等に備えて切り取って保管ください ※



ちいさなまつ毛サロン Moga

次世代
まつ毛パーマ
¥6,500
(トリートメント込)

LED
マツエク
¥5,000
(100本)

ヘッド
リンパケア
¥5,500
(40分)

公式LINEからご予約でヘッドリンパケア10分無料サービス!

うるま市江洲507うるまシティプラザ1F

☎070-3801-3192

ご予約は公式LINEトークルームもしくはお電話にて→





R6.4.1 待機児童ゼロ達成



表紙（うるま市×沖ツラ）	P1
まちの話題	P2～P3
としょかんだより	P4
保健だより	P5
ちゃーがんじゅうだより	P6
7月から国民健康保険税の納付が始まります！	P7
8月から被保険者証が変わります！	P8

後期高齢者医療保険料率改定のお知らせ	P9
病児・病後児保育のご案内	P10
児童扶養手当現況届／応急手当術	P11
防災一口メモ	P12
地域計画意見交換会	P13
くらしの情報	P14-19
裏表紙（子どもたちはうるまの宝）	P20