

### 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で

申 問 市体育協会  
☎974-12540

#### 第20回「しまくとぅば語や 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・通学する幼小中学生
- 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
- 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



市民用



事業者用