



特集

## 自助が命を守る

うるま日記 ..... P6~7  
 7月1日から免除申請受付開始となります! ..... P8  
 情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況 ..... P9  
 ごみ処理経費・ごみ搬入量・資源化量等について ..... P10  
 高校進学をサポートします!うるま市学習支援事業... P11  
 こんな封筒 届いていませんか? ..... P11  
 介護保険料について 大切なお知らせ ..... P12  
 高齢者向け補聴器購入費を助成します ..... P12

子育ての世代間ギャップ ..... P13  
 特定健診を受けて地域にいいこと ..... P14  
 まんまうるまセレクト認定品募集中! ..... P14  
 国保加入者へ7月発送書類について ..... P15  
 くらの情報 ..... P16~22  
 としょかんだより/ゆらてく通信 ..... P23  
 第4回 石川 みほそまつり ..... P24

電子ブックは  
こちら





## 防災特集

# 自助が命を守る

発災時に、助けが来るまでに、  
“自分と家族”を守れますか？

災害はいつ起こるかわかりません。防災は、日常の延長線上にあります。自分と家族の命を守るため、「防災」を意識した生活を送りましょう。訓練を通して防災を学び、実践することで、自分自身を守れるようになります。一人ひとりができることを、今日から始めましょう。今回はうるま市消防団副団長に消防団員としての活動や、防災への想いを聞きました。

## 地域と未来を守る、熱い仲間がうるま市消防団にはいる！

私たち消防団は、大切な人や地域を自分の手で守りたいという熱い思いで活動をしています。いざという時のため、月に1回程度集まって救命や防災を学んでいます。そうそう、消防団では災害訓練だけでなく、防災知識を学ぶ機会があるんです。正しい知識を得ることで、災害時に冷静で正しい判断ができるようになり、結果として自身や大切な人を守ることに繋がります。まずは身を守ること、これこそ一番の「防災」になるんですよ。また、消防団には若い世代も多く横のつながりもできますよ。



うるま市消防団副団長  
國場 正剛氏

**うるま市消防団員募集中！**

うるま市消防団で、一緒に地域を守りませんか？  
お問い合わせ: 098-975-2006  
(消防本部 警防課)

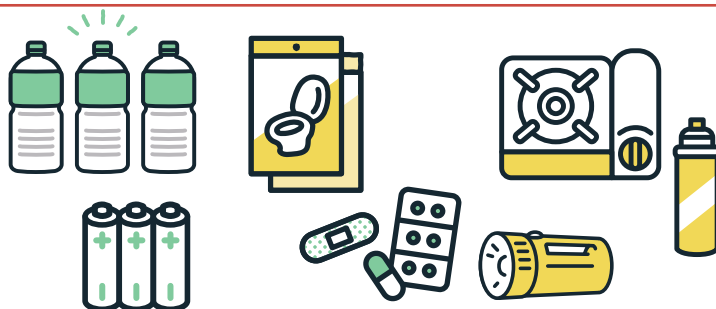
# 今日からできる防災チェック

保存版

1つでも多くチェックを入れて、できることから始めましょう！

## 家庭備蓄チェック

- 水(1人1日3L×3日以上)
- 食料(長期保存可能なもの)
- 懐中電灯
- 乾電池(バッテリー)
- 医薬品(常備薬、救急セット)
- 衣類(防寒、防汚対策)



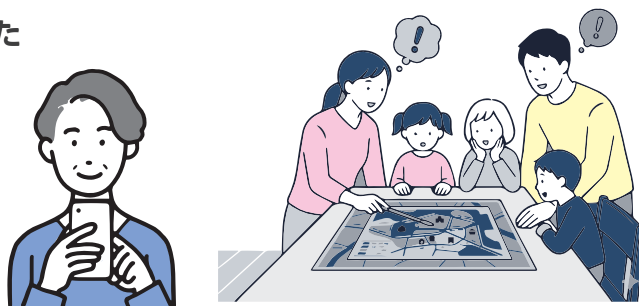
## 家の安全チェック

- 停電に備えた明かりを確保している(懐中電灯、ろうそくなど)
- ガラス飛散防止対策をしている
- 転倒防止対策を行っている
- 家族で避難経路を話し合っている(避難場所: )



## 情報収集チェック

- うるま市防災ハザードマップを確認した
- 防災情報をSNSで確認している
- 家族で連絡方法を話し合った
- 緊急連絡先を把握している(緊急連絡先: )



備蓄は **特別** ではなく **日常へ**

## ローリングストックのすすめ

ローリングストックとは、普段から食べている食品や飲料を少し多めに買い置きし、使った分だけ買い足して備蓄する方法です。非常食を特別に用意するだけでなく、日常生活の中で消費と補充を繰り返すため、賞味期限切れを防ぎながら、災害時にも安心して食料を確保できます。



# 「ハザードマップ」ご存じですか？

一枚の地図があなたの未来を大きく変えるかもしれません。

突然の災害に、私たちはどれだけ準備ができているでしょうか？ハザードマップとは、浸水や土砂災害、津波が来た際のリスクや、避難所の位置、避難経路など、「この場所で、どんな災害が起こりやすいか」や「どこに逃げれば安全か」「どんな準備が必要か」など「もしも」の時に役立つ情報をまとめたものです。

あなたや家族の命を守るために必要な情報が詰まっていますので、今のうちに確認して、リスク回避や安全を守る行動を始めませんか？

うるま市では、「石川地区」「具志川地区」「与勝地区」「島しょ地区」の4つに分けられ、エリアごと冊子を発行していますので、事前のご準備としてご活用ください。



## Interview

うるま市下原(しちばる)地区と南風原地区では(※1)地区防災計画を作り上げました。今回は作成の中心となった塩屋自治会の東恩納自治会長と(株)沖縄環境経済研究所の高平氏にお話を伺いました。

### 自分たちの地域は自分たちで守る /

塩屋地区は、土砂災害と津波のリスクがあります。地区防災計画策定のきっかけは、令和6年4月3日の津波警報発表時に、道路渋滞の様子を目で見て「このままではマズい」と思ったことです。そこから、1年近くかけてようやく形にすることができました。防災は地域交流のきっかけとなります。この機会に防災を通じて地域活性化を図ってみませんか？

※1 地区防災計画とは、地域住民が主体となって、あらゆる災害に備えるための計画です。地域特有の災害リスクを分析し避難方法や、情報共有などの具体的な行動を定めます。自治体や関係機関と協力・連携し、地域の防災を高めることを目的としています。





# 地域防災は、みんなで作る



特集

うるま日記

各課のお便り

くらしの情報



2026/5/16@具志川ドーム うるま市防災フェア参加機関

## 災害情報を発信! -FMうるま-

日頃から災害時を想定し、最小限の資機材で情報を配信できる体制を整えています。また、防災関係機関の職員が普段からラジオ出演してもらうなど、災害時に職員の生の声を現場から届ける訓練も実施しています。



## 万が一の その時のために -うるま市水道部-

災害時の断水に備え、ご家庭で飲料水を備蓄しましょう。目安は「1人1日3リットル、3日分」です。給水車の給水には限界があり、水道管の復旧には時間がかかるため、日頃から各自で準備しておくことが大切です。



## 人だけじゃない -災害救助犬の活躍-

災害救助犬はその優れた嗅覚を活かして、要救助者の捜索を行います。被災時に備えた訓練はもちろんですが、平時はセラピー犬としても活躍しており、多くの皆様に犬との触れ合いを通して心の癒しを感じてもらっています。



# 大切な人を守るその時のために備えよう。

準備することは面倒に感じるかもしれませんが、しかし災害は容赦なく突然襲いかかります。その時に大切なのは、日ごろからどれだけ備えられていたか。あなたの命はあなたが守らなければなりません。だからこそ、今日から防災に向き合しましょう。「備え」が、大切な命を救います。



### 3/25 未来を担う子ども・若者のために 今年もあたたかい寄附

琉球ペイント(株)より、うるま市育英会と子ども支援を行っている4団体に対し、総額80万円の寄附金が贈呈されました。この支援は2011年より継続的に行なわれています。いただいた寄附金は活動資金として大切に活用いたします。いつも心温まるご支援ありがとうございます。



### 3/27 うるま市商工会より 寄付金の贈呈

うるま市商工会より、チャリティーゴルフ大会の収益をうるま市の子どもたちの支援に役立ててほしいとの思いから寄付を頂きました。寄付金は、子どもたちの健やかな成長を支える取組に活用させていただきます。



### 4/11-19 第49回沖展選抜展を開催 文化芸術の魅力をうるま市へ



浦添市にて開催された沖展から各賞の受賞作品や、うるま市在住の方の作品など148点を展示した「第49回沖展選抜展」が、4月11日から19日に生涯学習文化振興センターゆらてくにて開催されました。作家の熱意をこめた芸術作品を見るために、約2,000名の来場がありました。



### 4/11.12 盆栽同好会大集結 @具志川総合体育館

第50回盆栽展示会が具志川総合体育館で開催されました。県内各地の盆栽愛好家が集い、美しき自然の芸術を楽しむ場として大いに賑わいました。また、第49回盆栽展示会で金賞を受賞した玉那覇有次氏「アデク：樹名」の展示のほか、様々な盆栽が展示されており見る人の心を豊かに癒しました。



### 4/24 元気に泳ぐこいのぼりに 園児たち大喜び！



子どもたちの健やかな成長を願い「こいのぼり掲揚式」が本庁舎東棟で行われ、田場子ども園と具志川子ども園の園児や多くの関係者が参加しました。園児による手遊びや「うるうらら」とのダンスも披露され、色とりどりの鯉のぼりと共に会場には大きな歓声と笑顔に溢れていました。



### 4/27 農地利用状況調査が 始まっております！

農業委員会では、今年度も優良農地の確保と農地の有効利用を目指し、農地利用状況調査の出発式を開催しました。本調査は、これから10月頃まで実施予定です。農業の未来を支えるため、皆様のご理解とご協力を心よりお願い申し上げます。



### 3/28 島の魅力、大集合！ イチチぬ島フェアを開催しました！

島しょ地域の自治会と地域おこし協力隊が、うるマルシェにて「イチチぬ島フェア」を開催しました。島しょ地域の伝統芸能の1つ、ウシデーク(ウスデーク)の演舞や、特産品販売を通して、島しょ地域の魅力を発信。多くの来場者でにぎわい、島の文化や温かさを感じるイベントとなりました。



### 4/7 うるま市社会教育関係団体より 新1年生へ鉛筆等の寄贈がありました！

うるま市社会教育関係団体(市子ども会育成連絡協議会・市PTA連合会・市女性連合会・市青年連合会・市青少年健全育成協議会)の皆さまから新1年生へ鉛筆、赤ペン、ネームペンセットの寄贈があり、贈呈式が行われました。



### 4/13 第1回うるま市エコドライブ・ 安全運転コンテスト表彰式

沖縄本島では2例目、中部では初となるエコドライブ・安全運転コンテストをあいおいニッセイ同和損害保険株式会社様と共催で、2月1日～28日の1ヶ月間実施しました。エコドライブと安全運転の促進に繋がる本コンテストで、上位優秀者および優秀団体を表彰いたしました。



### 4/15 地域おこし協力隊員に 委嘱状を交付

4月15日、地域おこし協力隊の委嘱状交付式が行われ、うるま市長より5名の隊員に委嘱状が交付されました。今年度は3名の隊員が加わり、引き続き自治会の活性化に向けた側面支援に取り組んでまいります。写真左から：山田<sup>やまだ</sup> 太郎<sup>たろう</sup>さん、佐久間<sup>さくま</sup> ぼろ<sup>ぼろ</sup>さん、<sup>かりやざき</sup> 仮屋崎<sup>なほこ</sup> 直子<sup>なほこ</sup>さん、<sup>きくち</sup> 菊池<sup>なほ</sup> 奈緒<sup>なほ</sup>さん、<sup>かねはら</sup> 金原<sup>たいし</sup> 太志<sup>たいし</sup>さん



### 5/1.9 うるま市出身プロバスケットボール選手 伊波美空さん市長表敬・バスケ交流会@石川体育館

バスケットボール女子日本リーグ(Wリーグ)のトヨタ紡織サンシャインラビッツに所属している、伊波美空<sup>いはみそら</sup>選手が地元のうるま市へ来てくれました。伊波選手は市内の中学生とバスケ交流会を通してプレーを共にしました。参加した中学生からは「かけがえのない経験になった」という声

も。非常に充実した1日となりました。伊波選手は3×3 U-23W杯の日本代表にも選出されるなど、国際大会の舞台でも日本の名を背負いプレーしており、今後の活躍も目が離せません。



特集

うるま日記

各課のお便り

くらしの情報

年金  
だより

# 7月1日から 免除申請 受付開始となります！

## 令和8年度の 国民年金保険料17,920円/月額〈全国一律〉

保険料は毎月納めていただきますが、収入の減少や失業等により保険料を納めることが難しくなった場合は、保険料を「全額免除」または「一部免除」する制度があります。本人、配偶者及び世帯主それぞれの前年所得（※）が一定の金額以下であれば、申請者本人が免除を受けることができます。

なお、免除を受けるためには申請が必要です。

※例：令和8年7月～翌年9年6月の保険料は令和7年中の所得で審査を行います。



申請場所	うるま市役所 市民課 国民年金係
承認期間	7月～翌年6月まで
必要書類	①マイナンバーカード等の本人確認できるもの ②失業などを理由とする場合は「雇用保険被保険者離職票等」のコピー ③代理人が申請する場合は「委任状」



委任状はコチラ

※令和7年度で「全額免除」または「納付猶予」が承認された方で「継続審査」を希望した方は、令和8年度の審査結果がハガキで届きますので通知をお待ちください。

※継続審査の結果で全額免除、納付猶予が承認されない場合でも、一部免除が該当する場合がありますので国民年金係窓口へご相談ください。



## 電子申請でお手軽に申請できます！

簡単で便利！

### マイナポータルを利用した電子申請

- ①マイナンバーカードをご準備いただき、マイナポータルへアクセスしてください。
- ②マイナポータルのトップ画面の「年金」を選択し、「国民年金保険料の免除」から希望する手続きを選択してください。
- ③案内に従い必要事項を入力してから申請を行ってください。



### 手続き及び申請方法はここから

マイナポータル

検索

<https://myna.go.jp>



### 電子申請の概要は日本年金機構 ホームページをご覧ください

国民年金 電子申請

検索

[https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi\\_kokunen.html](https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/denshi_kokunen.html)



問 市民課 国民年金係 ☎973-5498

# 令和7年度分 情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況

(令和7年4月1日～令和8年3月31日に請求があったものを公表しています)

## 情報公開制度とは

市が保有している情報を知りたいときに、いつ・誰でも情報の公開を請求することができる権利を保障するものです。

## 個人情報保護制度とは

市が保有する個人情報の適正な取扱いルールを定めるとともに、自己情報をコントロールする権利(自分に関する情報の開示や訂正等を請求する権利)を保障するものです。

実施機関	情報公開制度に基づく公文書公開状況(単位:件)								個人情報保護制度に基づく自己情報開示等状況(単位:件)							
	請求 件数	決定内容						請求 取下 げ	審査 請求	請求 件数	決定内容				請求 取下 げ	審査 請求
		全部 公開	一部 公開	非 公開	公文書 不存在	存否応 答拒否	全部 開示				部分 開示	不開示(不 存在を含む)	在否応 答拒否			
市長	総務部	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	企画部	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
	財務部	3	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0
	防災広報対策部	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	福祉部	1	1	0	0	0	0	0	0	10	9	1	0	0	0	0
	こども未来部	5	0	4	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	市民生活部	10	2	8	1	3	0	0	0	4	0	0	3	0	1	0
	経済産業部	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	農林水産部	3	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	都市建設部	15	7	6	2	3	0	2	0	1	1	0	0	0	0	0
	水道部	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	会計課	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	小計	41	13	23	4	9	0	4	0	16	11	1	3	0	1	0
	その他	教育委員会	12	2	10	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0
選挙管理委員会		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
監査委員		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
農業委員会		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
固定資産評価審査委員会		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
消防本部		9	4	4	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
議会事務局		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小計		21	6	14	1	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	62	19	37	5	11	0	6	0	16	11	1	3	0	1	0	

※うるま市情報公開条例第25条及び同条例施行規則第12条、うるま市個人情報の保護に関する法律施行条例第11条に基づいて公表しています。

※1つの請求に対して複数の決定を行うこともあるため、請求件数と決定内容の合計は必ずしも一致しません。

☆情報の公開等の請求は、うるま市役所本庁舎西棟3階 市政情報センター(総務部総務課内)へご連絡ください。

問 総務課文書情報係 ☎973-0606

## 令和8年春の叙勲受賞おめでとうございます

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の受賞者が発表されました。

### 春の叙勲

旭日双光章(宮里 朝盛様)  
瑞宝双光章(宮城 常秀様)  
瑞宝双光章(石川 定男様)

### 高齢者叙勲

旭日双光章(神田 米三様)

問 秘書広報課 ☎973-5079

# うるま市のごみ処理経費・ごみ搬入量・資源化量等について

中部北環境施設組合に搬入されたごみ量はここ数年減少傾向にあり、令和7年度のごみ量も前年度と比較して減少しておりました。市民一人当たりのごみ処理に係る経費が多額でありますので、より一層うるま市が推進するごみ分別、リサイクルの取り組みを徹底し、ごみの減量化を図る必要があります。

## 1. ごみ処理経費

経費区分	金額	市民1人当たり年間負担金額	1世帯当たり年間負担額
ごみ収集運搬等諸経費	2億9,919万円	2,351円	5,016円
負担金	ごみ処理経費	9,815円	20,935円
	最終処分費	226円	482円
ごみ処理総事業費	15億7,674万円 (15億7,239万円)	12,392円 (12,388円)	26,433円 (26,777円)

\* ( )内の数値は令和6年度実績です。



リサイクリンちゃん

## 2. ごみ搬入量

ごみの種類	令和6年度	令和7年度	前年度比較	市民1人当たり1日の排出量	1世帯当たり1日の排出量	
可燃ごみ	33,889 t	33,631 t	-258 t	724.1g	1,544.7g	
不燃ごみ	811 t	803 t	-8 t	17.3g	36.9g	
粗大ごみ	786 t	821 t	35 t	17.7g	37.7g	
資源ごみ	缶類	268 t	294 t	26 t	6.3g	13.5g
	びん類	827 t	799 t	-28 t	17.2g	36.7g
	ペットボトル	450 t	440 t	-10 t	9.5g	20.2g
	古紙類	790 t	780 t	-10 t	16.8g	35.8g
合計	37,821t	37,568 t	-253 t	808.9g	1,725.5g	

## 3. 資源化量

種類	令和6年度	令和7年度	前年度比較
缶類	240 t	254 t	14 t
金属類	456 t	467 t	11 t
びん類	796 t	758 t	-38 t
ペットボトル	403 t	400 t	-3 t
古紙類	626 t	606 t	-20 t
古布類	5 t	9 t	4 t
蛍光管	14 t	15 t	1 t
乾電池	31 t	27 t	-4 t
スラグ	2,250 t	2,108 t	-142 t
メタル	39 t	36 t	-3 t
合計	4,860t	4,680t	-180 t

\* 令和8年3月末の人口127,241人、世帯数59,650世帯、令和7年3月末の人口126,933人、世帯数58,721世帯です。

\* 端数処理をしている為、数値が一致しない場合があります。

\* 資源化量の金属類は、不燃ごみ・粗大ごみから破碎・分別して出てきたものです。

\* 資源ごみ搬入量と、資源化量の数値の違いは、手選別作業による異物除去のためです。

## 4. 最終処分量

種類	令和6年度	令和7年度	前年度比較
飛灰	1,123t	1,150t	27 t

\* 負担金とは、ごみ処理事業を行う為に必要な経費をうるま市から中部北環境施設組合にあてる、ごみ処理経費です。



## ごみを減らす4R運動を実践しよう。



ごみを減らすためには、一人ひとりがごみを減らす意識を持つことが大切です。そこでごみを減らす4つのRを心がけて、環境にやさしく、大切な資源として活かす取り組みを始め、ごみ減量へのご協力をお願いします。

1. <b>リフューズ</b> のR → ごみを持ち込まない。	○ 不要な物は買わない、貰わない。 ○ ごみになる物は断る。 ○ マイバックを持参しよう。
2. <b>リデュース</b> のR → ごみを減らす。	○ 必要なものを必要な量だけ購入する。 ○ 食品を買すぎない、作りすぎない、食べ残さない。 ○ 生ごみは十分な水切りをする。(生ごみの約8割は水分)
3. <b>リユース</b> のR → 再使用する。	○ 使えるよう修理してみる。 ○ 別の使い方を考える。 ○ 欲しい人にゆずる。
4. <b>リサイクル</b> のR → 再利用する。	○ 資源を正しく分別する。 ○ 買ったお店で回収ボックスを利用する。 ○ 生ごみを堆肥にする。

問 中部北環境施設組合 ☎972-6619



# 高校進学をサポートします！ 令和8年度 うるま市学習支援事業



**事業の目的** ※感染症等の影響により事業の縮小や中止せざるを得ない可能性もありますので、ご了承ください。

うるま市内の生活保護受給世帯や生活困窮世帯のお子さんを対象に高校進学を希望する中学3年生等に対し、通塾の費用を公費で負担し、学習支援、基礎学力の習得及び学習意欲の向上を図ります。

(※家庭の経済的な事情により塾に通うことが困難な中学生に対し、高校進学に向けた学習支援となります。～生活困窮者自立支援事業～)

**実施場所** 市の指定した塾。(面談時にお知らせ)

**対象者** うるま市在住で下記の条件のいずれかに該当するもの

- (1)生活保護受給世帯に属する中学生(1～3年生)
- (2)就学援助の認定を受けている住民税非課税世帯(均等割・所得割)に属する中学3年生
- (3)前年度中学を卒業した過卒生(住民税非課税世帯)で高校進学を目指すもの

**募集人数** 80名程度

**電話予約期間** 令和8年6/1(月)～6/19(金)まで

**申請・面談期間** 令和8年6/8(月)～6/30(火)まで

※生活保護世帯については、担当ケースワーカーへ直接連絡ください。

(4/13(月)～6/30(火))

**申請場所** うるま市保護課 (学習支援事業担当)

うるま市役所 東棟2階

詳細はHPをご覧ください。



**提出するもの**

- ①うるま市学習支援事業利用申請書(面談時に記入)
- ②令和8年1月1日現在 他市町村に在住していた方は、「令和8年度個人住民税課税(非課税)証明書」が必要です。

**支援期間** 開始決定日、または夏期講習～令和9年3/31まで

**公費で負担するもの** 入塾料、月謝、夏期・冬期講習代金、教材費、模擬試験代など

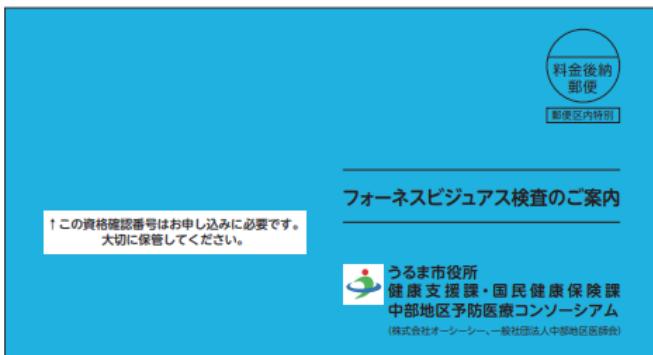
**その他**

- 現金での支給はありません。
- 申請時に親子で面接を受けていただき、お子さんご本人の学習意欲などの確認を行います。
- 事業利用承認決定前の塾費用については、自己負担となります。**

問 うるま市役所 保護課 保護管理係 ☎979-6552



## こんな封筒 届いていませんか？



国保加入者かつ  
特定健診未受診者の  
皆様へ送付しております！



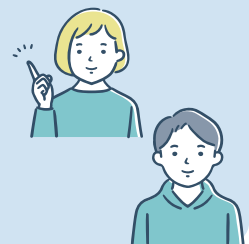
フォーネスビジュアルス検査では、心筋梗塞や肺がん、認知症など**複数の将来疾病リスクを無料で調べ**ることができます。その後、専門のコンシェルジュとの健康相談を通して一人ひとりに合った生活習慣改善のご提案を行います。この機会に自身に合った生活習慣を一緒に調べてみませんか？

詳細はこちら



## ★令和7年度受検者の声★

- 健康を維持するための今できるアドバイスが具体的でわかりやすかった。
- 面談も話やすく、説明も明確で運動習慣の見直しをするきっかけになりました。
- 自身のからだの状態をちゃんと把握することの重要性和定期健診の必要性を感じた。



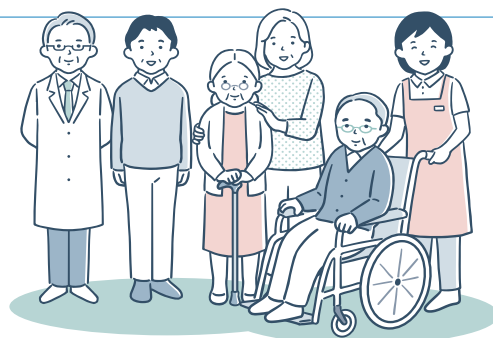
※内閣府の沖縄振興特定事業推進費民間補助金を活用し、うるま市と中部地区予防医療コンソーシアムが共同で行う事業です。

問 健康支援課 保健指導係 ☎973-3209

# 令和8年度 介護保険料について 大切なお知らせ(65歳以上の方向け)



令和7年度税制改正の影響を受け、給与所得控除の最低保障額が **55万円から65万円** に引き上げられました。しかし、介護保険財政保護の観点から、税制改正前の「55万円控除」に基づき介護保険料を算定する特例措置が全国的に実施されます。これにより、収入等の状況が変化しない場合、保険料は昨年度とほぼ同じ水準となります。



## 対象者

以下の条件すべてに該当する方

- 65歳以上の方
- 令和8年1月1日および令和8年4月1日時点でうるま市に住民登録がある方
- 令和7年中の給与収入が55万1,000円以上190万円未満の方

## 注意点

税制改正の影響と介護保険料の判定方法について

- 市民税計算では「65万円控除」が適用されますが、介護保険料では「55万円控除」を使用して算定します。
- 市民税は非課税であっても、介護保険料では「課税」とみなされる場合があります。
- 同世帯の方の市民税課税状況においても、同様の計算で判定します。

問 介護長寿課 ☎973-3208

7月1日  
開始!

## 高齢者向け補聴器購入費を助成します。

市では、聴力の低下により補聴器の使用が必要と認められる高齢者に対し、7月より補聴器購入費の助成を行います。事前の手続きが必要となりますので、助成を希望する方は介護長寿課へご相談ください。



助成対象者	①市内に住所を有している65歳以上の方であること ②住民税非課税世帯であること ③耳鼻咽喉科の医師より、補聴器の使用が必要と意見書を徴することができること ※障害者総合支援法など他の制度で補聴器の補助・交付を受けることができる方や、過去に本助成を受けたことがある場合は、利用できません。
助成内容	①補聴器本体1台分の購入費として、 <b>1人当たり3万円(上限額)</b> を助成します。 ②助成は1人 <b>1回</b> 限りです。
申し込み	・申し込み開始は <b>7/1(水)</b> です。 ・助成希望の方は、事前確認依頼書を <b>介護長寿課 高齢者福祉係</b> へ提出してください。 ※要件の確認ができた方には、医師意見書・助成申請書の用紙をお渡しします。
注意事項	・市の助成決定前に購入した補聴器は、助成の対象になりません。 ・診察料、検査料、医師意見書作成料等にかかる費用は自己負担となります。 ・予算の範囲内での助成となります。先着上限20名の支給が決定次第終了となります。

問 介護長寿課 高齢者福祉係 ☎973-3208

# 子育ての世代間ギャップあるある

子どもを思う気持ちは同じなのに、世代間で意見が違う…そんな経験ありませんか？

[うるおばあちゃん]



うるベビは、汗をかきやすいから、パウダーでサラサラにあげよーね。



[うるベビ]

ちょっと待ってね。今は保湿してあげる方がいいって聞いたよ。



[うるママ]



サラサラが気持ちいいのよー。



いやいや、それ今は違うらしいよ。



ちょっと考え方が違うかも…



!?

!?



## 【子育ての先輩方へ】

子育ての常識は時代とともに少しずつ変わってきました。その時代ごとに、子どもを大切に思いながら育児が行われてきました。どちらが正しい・間違いではなく、医学的な知識や生活環境が変化する中で、その時代ごとに子どものためのベストが更新されてきたというだけなのです。

お互いの考えを知ること、世代間のギャップはぐっと縮まります。「どうしてそう思うのか」を共有できると、親世代も祖父母世代も、気持ちが少し楽になります。

## ギャップを埋めるための3つのポイント💡

### ①子育ての方針を確認しておく

どんなやり方を大切にしているのかを知るだけで、お互いに安心して関わりやすくなります。

### ②見守りながら必要な時にサポート

見守りながら、必要な時にそっと手を貸すスタンスが安心につながります。

### ③「かつてはこうだった」「今はこうなんだね」と対話する

どちらの経験も尊重しあうことで、自然と歩み寄りが生まれます。



子育ての考え方における世代間ギャップをこれから一緒に学んでいきましょう。  
次回は栄養編を予定しています。

問 子育て包括支援課 ☎989-0220

# 特定健診を受けて 地域にいいこと



令和8年度より、自治会報奨金制度が始まります♪  
特定健診の受診者数に応じて、各自治会へ報奨金が  
交付される制度です。市民、自治会、市が支えあうことで  
健康意識が高まることを目的としています。



## 自治会への交付

1

受診率30%まで

受診者1人につき**100円**



2

受診率30%越え

受診者が30%を超えた分だけ  
1人につき**5,000円!**

※30%までは1人あたり100円、超えた分に1人あたり5,000円が加算されます。

問 健康支援課 保健事業係 ☎973-4960



令和  
8年度

## まんまうるまセレクション 認定品募集中!

～審査基準は、ひとを感動させられるか～

「まんまうるま  
セレクション」とは

うるま市が有するありのままの魅力や感動を市内外へ広く発信し  
「ここにしかない感動」を届けることを目指す認定品を意味します。

応募期間 令和8年6/10(水)～令和8年6/30(火)

### 申請対象

- 申請者が、市内に主たる事業所又は製造所があること
- 生産、製造、販売について関係法令を満たしていること
- サービス等の提供について関係法令を遵守していること
- 申請品又はサービス等が他者の権利を侵害しないこと

### 認定を受けると

- 市が制作する広報物等への掲載(Webサイト等)
- 販路拡大に向けた支援(イベントPR等)
- セレクション認定証票シール無償交付
- セレクション認定証票の商品への使用

### 必要書類

- ①まんまうるまセレクション認定書(様式第1号(市産品)又は第2号(サービス等))
- ②申請品(商品、サンプル等)
- ③生産・製造及び販売又はサービス等の提供等、営業に必要な許可証等の写し
- ④申請者及び申請品又はサービス等の概要を確認できる書類
- ⑤申請品が食品の場合、原材料が確認できる書類(食品企画書等)
- ⑥申請品がサービス等の場合、サービスの魅力や価値を高める資格等の写し
- ⑦その他委員会が必要と認める書類

### 応募方法

必要書類を郵送または  
窓口へご提出ください  
詳細はHPをご覧ください。



問 うるま市役所 商工振興課 ☎923-7634

# 資格情報のお知らせ・資格確認書について

マイナ保険証をお持ちの方には  
資格情報のお知らせが届きます！



資格情報のお知らせ

令和8年8月1日発行  
(交付者名)  
(保険者番号)

記号 000 番号 00000000 (枝番) 00  
氏名 うるま 太郎  
負担割合 ○割 (70歳以上のみ記載)  
適用開始年月日 昭和48年4月1日

受診の際にはマイナ保険証があわせて必要です

マイナ保険証の利用登録がお済みの方に、医療保険の資格情報を確認できるよう交付される書類です。

資格情報のお知らせが届いた方は、マイナ保険証で医療機関等を受診してください。

※資格情報のお知らせ単体では受診できませんが、顔認証付きカードリーダーの不具合など、医療機関等でマイナ保険証を利用できない場合には、マイナンバーカードとセットで提示することで受診できます。

※70歳未満の方の資格情報のお知らせには原則、有効期限がありません。

すでに資格情報のお知らせをお持ちの70歳未満の方には新しく届かない場合があります。



マイナ保険証をお持ちでない方には  
資格確認書が届きます！

沖縄県 有効期限 令和9年7月31日  
国民健康保険  
資格確認書

記号 う国 番号 00000999999 (枝番) 01  
氏名 うるま 太郎  
生年月日 昭和48年4月1日 性別 男  
適用開始年月 昭和48年4月1日  
交付年月日 令和8年8月1日  
世帯主氏名 うるま 太郎  
住所 沖縄県うるま市みどり町一丁目1番1号  
保険者番号 470039 交付者名 うるま市

マイナンバーカードをお持ちでない方、マイナ保険証の利用登録がお済みでない方等が、医療機関等を受診する際に提示する書類です。

有効期限があります。有効期限が切れるときには、申請しなくても自動で新しい資格確認書が送付されます。



マイナ保険証にはこんなメリットがあります！

- ✓ 過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療が受けられる
- ✓ 突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる
- ✓ 救急現場で、救急搬送中の適切な応急処置や病院の選定、搬送先の病院で活用される

健康保険証として利用できるだけでなく、日常生活の中で利用できるシーンが広がっています。ぜひメリットの多いマイナ保険証のご利用をお願いします！

詳細はこちら▶





# くらしの情報



市民の皆様へのお知らせ



## 高齢者肺炎球菌予防接種の変更について



申込フォーム

問 健康支援課 ☎979-0950

4月からワクチン自己負担額等が変更になりました

	令和8年4月から	令和8年3月まで
使用するワクチン	20価(プレベナー20)のみ	23価(ニューモバックス)は終了
費用	自己負担額5,500円 市助成額約6,500円	自己負担額4,000円 市助成額約4,500円

接種をご希望の方は、二次元コードまたは健康支援課まで予診票をご請求ください。

### ●対象者

- ①65歳の方
- ②60～64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の周りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方(身体障害者手帳1級相当)

●接種場所 指定医療機関

●接種回数 1回

※高齢者肺炎球菌予防接種は、接種を受ける法律上の義務はなく、自らの意思で接種を希望する方に行うものです。



## 市県民税 第1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

6月は市県民税第1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 6/30(火)



## まんまうるまクーポン券(第2弾) 利用期間について



問合せフォーム  
(平日9:00～17:00)

問 まんまうるまクーポン券運営事務局 ☎953-5842

令和8年1月1日時点において、うるま市に住民登録されている世帯を対象に、まんまうるまクーポン券(第2弾)を配布しております。本クーポン券は、6月30日(火)までにご利用ください。また、クーポン券(第2弾)をお受け取りされていない方は、至急、まんまうるまクーポン券運営事務局までお問い合わせください。

### ●クーポン券利用期間

令和8年3月16日(月)～令和8年6月30日(火)

※6月30日(火)を過ぎますと、ご利用できません

## 国保加入者健康づくり教室・体験会

**対象** 19歳～74歳のうるま市国保加入者(運動制限のない者)

**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



### お試し体験会

運動を始めたい方・初心者さん必見3種類のお試し体験会です。(内容は下記に記載)これを機に自分の好きな運動を見つけてみませんか?



申込フォーム

### ●日時

- ①からだを整えるピラティス体験会  
7/5(日)10:00～11:30
- ②ストロングネーション体験会  
7/8(水)10:00～11:30
- ③はじめてのヨガ体験会  
8/5(水)14:00～15:30

●場所 うるみん3階ホール ●定員 40名

●持ち物 タオル、飲み物、ヨガマット、室内シューズ(ストロングネーションのみ)

●申込期間 ①②6/10(水)～7/3(金)  
③6/10(水)～7/31(金)

### 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 7/24(金)～9/11(金) 毎週金曜 14:00～15:30
- 場所 よなしろ地域共生センター
- 定員 15名 ●持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ
- 申込期間 6/10(水)～7/17(金)



申込フォーム

### “女性のための”美尻&下半身引き締め教室

気になるお尻やお腹周り！一緒に引き締めてみませんか？

- 日時 7/27(月)～9/14(月) 毎週月曜  
14:00～15:30
- 場所 うるみん1階スタジオ ●定員 15名
- 持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ
- 申込期間 6/10(水)～7/21(火)



申込フォーム



### はじめてのカラダリセット体験会

ストレッチポールを使って、体をほぐし整えます！毎日頑張っている体をこの機会にほぐしてみませんか？

- 日時 7/28・8/4(火)14:00～15:30
- 場所 石川保健相談センター1階 ●定員 15名
- 持ち物 タオル、飲み物 ●申込期間 6/10(水)～7/21(火)



申込フォーム



子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物



## うるま市消防本部 新消防庁舎への移転

問 消防政策課 ☎975-2005

令和8年4月27日(月)より、うるま市消防本部が新消防庁舎へ移転し、業務を開始いたしました。新庁舎1階では、消防政策課、予防課、警防課の事務業務を従来どおり行っております。市民の皆さまの安全と安心を守るため、今後も消防業務に全力で取り組んでまいります。



## 6月は『環境月間』です！

申 環境政策課 ☎973-5594

昨今、「地球温暖化」や「ごみ問題」について耳にすることが増えてきています。身近でできる地球温暖化対策や本市や事業所が行っている脱炭素の取組が分かる環境パネル展を展示します。来庁の際には、お気軽にご観覧ください。

●場所 うるま市本庁舎西棟1階ロビー

●期間 5/22(金)~6/5(金)



## ご寄附ありがとうございます。

令和8年4月1日~令和8年4月30日

- うるまこどもステーション 様(喜屋武)より  
8,987円の寄附
- 唐澤 雅幸 様(具志川)より 5,000円の寄附
- 子どもSmile 様(豊原)より 1万円の寄附
- 阿波根 昌興 様(赤道)より 30万円の寄附
- 株式会社P.E.C 様(勝連南風原)より  
10万円の寄附
- 嘉陽 メリ子 様(川田)より 10万円の寄附
- 与那城町漁業協同組合女性部 様  
(与那城平安座)より 28,300円の寄附

## コンビニでの証明書交付が10円！ 好評実施中です！

うるま市では、コンビニ交付の利用を促進するため、一部の証明書発行手数料を期間限定で1通10円に引き下げています。窓口よりも便利でお得なコンビニ交付を、ぜひこの機会にご活用ください。

期間 令和8年4月1日 ~ 令和11年3月31日まで

### 対象の証明書と手数料(1通につき)

#### 【手数料 10円】

- 住民票の写し(謄本・抄本)
  - 印鑑登録証明書
  - 戸籍の附票の写し
  - 課税証明書 / 所得課税証明書(現年分)
- ※マイナンバー入りの住民票は取得できません。  
※税証明は、現時点で市内に住所があり、当該年1月1日時点でも本市に住所があった税情報のある方が対象です。

#### 【手数料 450円】

- 全部事項証明書(戸籍謄本)
  - 個人事項証明書(戸籍抄本)
- ※本籍地の市区町村により手数料が異なる場合があります。

### 利用時間・場所

- 時間 毎日 6:30 ~ 23:00  
(土日・祝日も利用可能)  
※メンテナンス時は除きます。
  - 場所 全国のマルチコピー機(キオスク端末)設置店舗ファミリーマート、ローソン、セブン-イレブン、イオン(一部店舗)など
- 【ご注意】本籍地がうるま市外の方は、事前にマルチコピー機から「利用登録申請」が必要です。

問 うるま市役所 市民課 ☎973-3206

## マイナンバーカード 夜間・休日窓口

6月

夜間	11日(木)、25日(木) 20時まで
休日	7日(日)、28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



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



## 軽度・中等度難聴児 補聴器購入費等助成事業

申 障がい福祉課 ☎979-8780

身体障害者手帳の交付対象とならない軽度又は中等度の聴覚障害のある児童に対し、補聴器の購入費又は修理費の一部を助成します。

### ●対象者

- 本市に住所を有し、次の要件をすべて満たす方
- 1. 18歳未満の児童(申請時点の年齢)
- 2. 両耳又はいずれかの耳の聴力レベルが30デシベル以上で、身体障害者手帳の交付対象とならない者
- 3. 補聴器の装用により、言語の習得等に一定の効果が期待できると身体障害者福祉法15条に規定する指定医師から判断されていること

### ●助成額

補聴器の購入等に要する費用の3分の2を助成、申請者負担は3分の1(ただし、市民税非課税世帯及び生活保護世帯は自己負担なし)※助成費用には上限額があり、その範囲内で助成されます。

### ●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。



## うるま でざいん 相談所



申込フォーム

申 商工振興課 ☎923-7634

## うるま でざいん相談所

相談料無料・5事業者限定!

誰に聞いたらいいかわからない...広告やデザインの事なんでも。

経営に関するお悩み、デザインで解決できるかもしれません! 売れ筋商品をつくりたい、販路を広げたい、お客様に訴求する宣伝をしたい、SNS・WEBを活用したい...などなど、デザインの力で事業者様の経営力向上を目指し「うるま でざいん相談所」を開催しております。皆様のお申込みをお待ちしております。

- 日時 6/11(木) 10時~17時(1組=1時間)
- 場所 うるま市役所 西棟 2階 中会議室
- 定員 5組限定 ●参加料 無料

うるま市の人口		
	令和8年5月1日現在	前月比
人口	127,344人	103
男	63,821人	60
女	63,523人	43
世帯数	59,882世帯	232

消防活動状況		
	令和8年4月	累計
救急出動件数	629件	2830件
搬送人員	540人	2356人
火災件数	3件	19件

## 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)
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8日	10月24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17日
防衛大学校学生(推薦)		9月5日~9月8日	9月19日・20日
防衛大学校学生(総合選抜)			9月19日
防衛大学校学生(一般)		7月1日~10月15日	10月31日
航空学生 (海上自衛隊・航空自衛隊)	18歳以上高卒(見込) 24歳未満	7月1日~8月28日	①9月19日 ②9月26日 (①②いずれか1日)
一般曹候補生 2等陸・海・空士(任期制自衛官)	18歳以上33歳未満	7月1日~9月1日 年間を通じて行っています。	9月16日~19日(いずれか1日) 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	5月23日~9月10日	①9月25日(学科試験) ②9月26日・27日(口述・身体検査) (②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



子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物



令和8年度前期  
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



詳細はこちら

申問 屋慶名児童館 ☎978-6082

発達障がいのある子どもの行動を理解し、行動療法に基づく効果的な対応法を学び、話し合いや練習を行い、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 6月18日(木)から計8回のプログラム  
10時～12時
- 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 発達障がい児・発達の困り感を持つ(小学生)の保護者
- 定員 8名 ●料金 無料
- 主催 一般社団法人 縁joint・障がい福祉課
- 申込方法 電話にて申込。定員に達し次第締め切ります



市民公開講座  
「のぼそう健康寿命  
つなごう郷土の食」



申込フォーム

申 健康支援課 ☎973-3209

「のぼそう健康寿命 つなごう郷土の食」をテーマに、うるま市食生活改善推進員協議会が市民公開講座を開催します。講師 宮國 由紀江氏が沖縄の薬膳の考え方と健康寿命・郷土の食の大切さを講演いたします。参加者全員に「うるま市食生活改善推進員協議会20周年記念誌(うるま市食材のレシピあり)」のプレゼントもあります！ぜひご参加ください。

- 日時 6/27(土)  
午前10:00～正午まで(午前9:30～受付)
- 場所 健康福祉センターうるみん3階 ホール
- 定員 200名 ●受講料 無料
- 申込方法 ①Web(二次元コード) ②電話 ③窓口  
※②③は土日祝日を除く
- 申込期間 5/18(月)午前9時～6/19(金)午後5時まで

## 6/1運用開始「災害救援マップ」を導入します

最新の災害情報(避難所開設情報、災害・被害状況)の「見える化」を目的として、災害時等に避難所情報、災害情報の収集ツール「災救マップ」を新たに導入することとなりました。

### <市民が、災救マップでできること>

- 避難所施設の位置や開設情報、混雑状況の表示
- 避難所施設のインフラ(電気・水道・ガス・通信)の稼働状況
- 地図上に、危険箇所を写真とともに表示
- ハザードマップの表示・印刷
- 地図の切替機能  
(Googlemap, 国土地理院地図, 航空写真)
- 標高表示



災救マップ



### <市民の利用方法>

- 1 スマートフォンなどで、「災救マップ」と検索
- 2 位置情報などを指定  
※既にスマートフォンなどで位置情報を設定していれば、現在地が表示されます。設定されていない場合は、大阪が表示されるのでご注意ください。
- 3 周辺の避難所をクリックすると詳細が確認可能(詳しい使い方は、左記「二次元コード」にてご参照ください)  
この内容をそのままコピーしてご利用いただけます。

### 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

サノハタは3社見積りをオススメします



今!リフォーム工事を  
ご相談の皆さまへ

0800-919-0114

合同会社 サノハタ ※土日・祭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 ※



## 学童・保育補助講習

期間:7月8日(水)～7月9日(木)

開催地:うるま市内/受講料:無料

うるま市在住でシルバーセンターで  
就業を希望する60歳以上の方 お問合せ下さい

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





# くらしの情報



市民の皆様へのお知らせ



## 令和8年うるま市 学童水泳大会開催！



申込フォーム

申 観光・スポーツ課 ☎923-7683

市内在住小学生を対象とした学童水泳大会を開催します！参加無料となっておりますので多くの児童のご参加お待ちしております！詳しくは二次元コードから！

- 日時 7/12(日)
- 場所 石川プール
- 対象 うるま市に住所のある小学生  
(市外・私立に通う小学生も申込可)
- 参加費 無料
- 申込方法 二次元コードから申し込みください。
- 申込期間 6/1(月)～6/30(火)



## 第22回 「しまくとぅば語やびらうるま市大会」 出場者募集



申込フォーム

申 うるま市文化協会(うるま市民芸術劇場内) ☎974-0333

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 7/30(木)午後2時～
- 場所 生涯学習文化振興センターゆらてく  
多目的ホール
- 対象 うるま市に居住・通学・出身者の方
- 発表方法 「話し言葉による発表」を原則とし、1人又は2人1組での発表とする。テーマは自由。発表時間は5分以内。各地域独自のしまくとぅばで表現することが望ましい。※楽器等使用の場合はうるま市文化協会へ確認してください。
- 申込期間 6/25(木)まで(期限厳守)
- 申込方法 申込はうるま市文化協会へお問い合わせください。



## 認知症サポーター養成講座の ご案内



申込フォーム

問 介護長寿課 地域支援係 ☎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 6/19(金)13:00～14:30
- 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 6/1(月)～6/12(水)9:00～16:00
- 申込方法 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。



## 市議会議員選挙 立候補予定者説明会

申 選挙管理委員会事務局 ☎973-4332

任期満了による、うるま市議会議員選挙を10月4日(日)に執行予定です。つきましては、立候補予定者に対する説明会を次のとおり開催いたします。当日は、立候補届出に関する説明並びに必要な書類を配布いたしますので、立候補予定者又はその代理の方へご出席ください。(出席者は立候補予定者を含め2人まで)

- 日時 7/8(水) 14:00～
- 場所 本庁舎東棟3階 大講堂



## 令和8年度【8月開講】障がい者委託訓練生募集

沖縄県立具志川職業能力開発校は、障害のある方に就職に必要な実践的な職業能力の開発・向上を図るため、訓練生を募集しています。

科名	定員	訓練期間	応募資格	訓練場所	委託先
リネン類クリーニング科 (実践)	3名	8/3(月)～ 10/30(金) (3か月)	知的・精神・発達・その他 (高次脳機能障害、難病等)	宜野湾市	沖縄綿久寝具株式会社 (本社工場)

- 【募集期間】 6/1(月)～6/24(水)
- 【受講料】 無料(但し保険料は自己)
- 【問合せ先】 詳しくは、具志川職業能力開発校へお問合せください。

問 具志川職業能力開発校  
☎973-6680



子育て



健康



暮らし



税



福祉



募集・催し物



### 子育て応援セミナー 『感情コントロールを育む』



申込フォーム

申 ども発達支援課 ☎975-3955(親子通園係)

子育て応援セミナー『感情コントロールを育む』を開催します。「子どもの気持ちにどう向き合っているのか分からない」等、子育てに迷いや悩み・育てにくさを感じたことはありませんか？この機会に「あの子はなぜ荒れるのか」「感情コントロールに苦しむ子ども～理解と対応～」の著者、丹野清彦先生のお話を聞いてみませんか？

- 日時 7/11(土) 10:00～12:00
- 場所 うるみん3階ホール
- 対象 子育て中の保護者、こどもに関わる仕事をされている方、関心のある方
- 定員 100名  
(定員に達し次第締め切ります)



講師 たんの きよひこ 丹野清彦

- 受講料 無料
- 申込期間 6/1(月)～7/1(水)
- 申込方法 二次元コードまたは電話にてお申込みください



### 体験講座 「夜の干潟を体験しよう！」



申込フォーム

申 文化財課 海の文化資料館 ☎978-8831

地元の方を講師に招き、海中道路周辺の夜の干潟を歩きます。海中道路の歴史や、昼と夜で変化する自然環境の違いなどを体験する講座です。

- 日時 6/26(金) 19:00～21:00
- 場所 平安座南側干潟
- 対象 小学生以上(小学生以下は保護者同伴必須)
- 定員 20名 ●受講料 無料
- 講師 なかはら まさかず 仲原 正和
- 申込期間 6/1(月)9:00～6/26(金)17:00



### 令和8年度無料もの忘れ相談会

問 お住まいの地区の各地域包括支援センター

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支援推進員が、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 6/11(木)10:00～12:00
- 場所 東棟3階 防災会議室  
※事前予約は必要ありません。直接、上記会場へお越しください。



### 成年後見制度無料相談会

申 問 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 7/9(木) 13:30～15:30
- 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
- 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。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。



### 道路緊急ダイヤル #9910LINE通報の ご案内



LINE登録

道路の異常等を発見した場合、国土交通省道路緊急ダイヤル(#9910)のLINE通報をご活用ください。日本全国の道路(高速道路・国道・都道府県道・市町村道)を対象としており、各道路管理者に情報提供することができます。

うるま市道に関する通報であれば、国土交通省のシステムを経由して、市維持管理課に通知が届きます。



問 維持管理課 維持管理係 ☎923-7600

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

## 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
<b>法律相談</b> 弁護士による法律相談。	6/9(火)、16(火)、22日(月)、14:00~16:00 ※予約受付終了 (7月分予約期間) 6/1(月)~6/28(日)	<b>【相談場所】</b> 市民相談室 (国民健康保険課横) <b>【お問合せ・予約】</b> 市民協働政策課 ☎973-5487
<b>行政相談(予約不要)</b> 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	6/25(木) 13:30~16:00	<b>【相談場所】</b> 市民相談室 (国民健康保険課横) <b>【お問合せ】</b> 市民協働政策課 ☎973-5487
<b>離婚に関する法律相談</b> 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)	6/4(木) 13:15~16:45 6/17(水) 13:15~16:45 おひとり45分程度 ※要予約	<b>【相談場所】</b> 相談室 (本庁舎東棟2階) <b>【お問合せ】</b> こども家庭課 ☎973-4983
<b>法律相談(予約制)</b> 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	6/17(水) 14:00~16:00 ※要予約	<b>【相談場所】</b> 市民相談室 (国民健康保険課横) <b>【お問合せ・予約】</b> 沖縄県司法書士会 ☎867-3577
<b>人権相談</b> 人権擁護委員による相談。 いじめや嫌がらせなど	6/2(火) 9:30~12:00	<b>【相談場所】</b> 相談室6(納税課隣) <b>【お問合せ】</b> 共生推進室 ☎973-8927
<b>よろず経営相談</b> 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	6/19(金) 9:00~17:00 ※要予約	<b>【相談場所】</b> 市民相談室⑥ (納税課隣) <b>【お問合せ・予約】</b> 商工振興課 ☎923-7634

相談内容	相談日時	相談場所/お問合せ
<b>教育・青少年相談</b> 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	<b>【相談場所】</b> ・じんぶん館内 ・本庁舎西棟3階 <b>【お問合せ・予約】</b> 学校生活応援課 ☎989-9127
<b>女性相談</b> 離婚、DVなど女性が抱える悩み	平日 9:00~17:00	<b>【相談場所・お問合せ】</b> 子育て包括支援課 (本庁舎東棟2階) ☎973-5041
<b>家庭児童相談</b> 家庭における子育ての悩み	平日 8:30~17:00	<b>【相談場所・お問合せ】</b> 子育て包括支援課 (本庁舎東棟2階) ☎973-5041
<b>就労・生活支援相談</b> 経済的に困っている方や、就労のこと	平日 8:30~17:15	<b>【相談場所・お問合せ】</b> 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
<b>消費契約トラブル相談</b> 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)	<b>【相談場所】</b> 市民協働政策課内 (本庁舎西棟1階) <b>【お問合せ】</b> ・消費者ホットライン ☎188 ・うるま市消費生活センター ☎973-5692
<b>健康・栄養相談</b> 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	<b>【相談場所】</b> うるみん3階 <b>【お問合せ】</b> 健康支援課 ☎973-3209

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**

**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

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

**Ace**

令和8年度

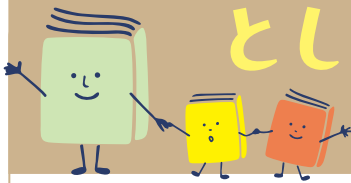
**園児募集**

定員19名の小規模保育園  
おむつ・個人ベッドは園でご用意してます!

**募集人数**  
0歳児(2名)  
1歳児(0名)  
2歳児(1名)  
※対象6ヶ月~

企業主導型保育園  
**このひかり保育園**  
沖縄市松本915-3  
☎098-929-0022

園児募集中



# としょかん だより

**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**

6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				

イベントの詳細はこちら

## 慰霊の日 特別行事

**石川図書館 964-5166**

**おはなし会「レッツゴーへいわ」**

**講師** サークルピピ  
**日時** 6/13(土) 10:30～

**中央図書館 974-1112**

**おはなし会「絵本から平和を伝える」**

**講師** 朗読ボランティア「すだち」  
**日時** 6/20(土) 11:00～

**令和8年度の雑誌スポンサーが決まりました！**

ご支援いただき、ありがとうございます！

**随時募集中**  
詳細はこちらから

スポンサー名	提供雑誌名	所蔵館
1 有限会社 昭和事務機社	クロワッサン	中央館
2 有限会社 協進	ハルメク	中央館
	月刊バスケットボール こどものとも0.1.2	
3 コントン建築設計事務所	暮しの手帖	中央館
4 教学館	プレジデント	中央館
5 合同会社 美南木工舎	レタスクラブ	中央館
	Tarzan	石川館

## 定例おはなし会(6月中旬～7月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	おはなし会	6/13(土) 11:00～	図書館スタッフ
	あかちゃんのためのおはなし会	6/18(木) 11:00～	すだち
	おはなしの部屋	6/27(土) 11:00～	あさがおの会
石川	おはなしワールド～英語おはなし会～	6/20(土) 10:30～	アン・ヘンドラー
	Let's goとしょかん	7/4(土) 10:30～	サークルピピ
勝連	おはなしパラダイス	6/13(土) 11:00～	すだち
	金曜日のおはなし会	毎週金曜日10:30～	ラビット

※お問合せは、各図書館までお願いします。



## 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 【紅型・うちな～風呂敷染め】講座(全5回)

**日時** 7/2、9、16、23、30《木曜日》 **時間** 18:00～20:00  
**場所** ゆらてく 創作活動室 **材料費** 2,500円(事前のお支払い)  
**講師** 伊差川 彩花 氏 **対象** うるま市在住、在勤の方12名(応募多数の場合は抽選)  
**持ち物** エプロン・タオル・筆記用具 ★「筒描き」という技法を使い、風呂敷を紅型で染めていく講座です。  
**受付期限** 6月16日(火)午後4時まで



夜の講座



(お申込フォーム)

### 講座名 【初心者★PPバンドでバッグ作り】講座(全2回)

**日時** 7/3、10《金曜日》 **時間** 18:00～20:00 **場所** ゆらてく研修室2  
**材料費** 1,000円(事前のお支払い) **講師** ユニーク・クラフト  
**対象** うるま市在住・在勤の方10名(応募多数の場合は抽選) **持ち物** はさみ・メジャー・手袋(軍手や指サック)  
※「PPバンド」は、ポリプロピレンを素材とした、梱包用バンドです。ダンボールの結束や荷物の固定などに使われています。軽くて扱いやすい丈夫な資材です。  
**受付期限** 6月18日(木)午後4時まで



予定サイズ  
縦17cm 横14cm マチ8cm

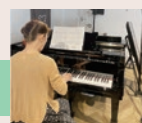
夜の講座



(お申込フォーム)

### 講座名 【シニアのためのいきいき脳トレピアノ】講座(全5回)

**日時** 7/3、10、17、31、8/7《金曜日》 **時間** 10:30～12:00 ※8月7日(金)のみ10:00～12:00  
**場所** ゆらてくホール **対象** うるま市在住・在勤の方10名(概ね60歳～) **電子ピアノレンタル代** 1,500円(5回分)(事前のお支払い) **講師** 古謝 利恵 氏 **持ち物** 筆記用具、使用可能な電子ピアノが自宅にある方は申込みの際にお申し出ください。★脳トレを交えながら、楽しくピアノを弾く講座です。  
**受付期限** 6月16日(火)午後4時まで



(お申込フォーム)



地元を愛するみんなで作る感動のまつり

# 石川みほまつり 第4回



地元愛があふれる市民参加型のプログラムと、圧倒的な迫力のナイアガラの滝花火で、会場は大いに盛り上がりました。司会、出演者、出店、ボランティア、すべてが地域みんなで作るまつりは、なんと動員両日で約1万人！人と人がつながり、その輪が力となり、地域の魅力があふれだす感動的なまつりとなりました。



今すぐ「みほそまつり」の動画をチェック！