

7月

令和元年(2019年)

No.172

うるま

見上げれば、満天の星

特集：うるまで楽しむ夏の体験講座…… p2～3
まちの話題…… p4～5
台風シーズンを迎えます ～風水害に備えて～… p6
としょかんだより…… p7
商工労政課からのお知らせ…… p8

ゆらてく通信…… p9
国民健康保険課からのお知らせ…… p10
後期高齢者医療保険に加入の皆さまへ…… p11
FMうるま ラジオ広報番組 放送開始1周年… p12
保健だより…… p13

『わくわく』こどもだより…… p14～15
くらしの情報…… p16～23
令和2年度採用 うるま市職員募集…… p24

撮影場所：海の駅 あやはし館 Photo by：アラカキヒロミツ



うるまで楽しむ 体験講座

星空ナイトツアーinうるま

うるま市には星空観測に好条件な場所がいっぱい！望遠鏡や双眼鏡で月や惑星を覗いたり、寝転がって満天の星空を見上げてみませんか。星空カメラマン「アラカヒヒロミツ」氏による星空の記念撮影も思い出にどうぞ！

- 🗓️ 通年開催 🕒 日没後
- 💰 体験料(大人・小人同額) ¥2,500
- 開催場所:うるま市内各地
- 定員:4~30名

うるま市観光物産協会の体験講座

うるま市観光物産協会では、うるまの多様な地域資源を活用した『うるま感動体験』を開催しております。自然の恵みを感じられるうるまの島々での星空ナイトツアーや、世界にひとつだけの紅型や面シーサー製作体験など、様々な体験プログラムをご用意しています。今回ご紹介したプログラム以外にも多くプログラムをご用意しております。ご家族やご友人とうるまの夏を楽しみましょう。観光物産協会の体験プログラムについてのご予約・お問合せについては、下記の連絡先をお願いいたします。

うるま市観光物産協会 HPはこちら

☎ 978-0077

海中道路スタンドアップパドル(SUP)体験



- 🗓️ 通年開催
- 🕒 9時~16時30分 (所要時間:1時間30分)
- 💰 体験料
大人:4,000円 (13才以上)
子ども:3,000円 (7才~12才以上)
(保険料・ライフジャケット含む)

初心者歓迎！今人気のマリナクティビティ
サーフボードの上に乗ってパドルを漕いで海をのんびり進みます。海中道路の海は波も穏やかで遠浅。インストラクターが丁寧にサポートするので、初めての方でも安心です。

- 開催場所:海中道路
 - 定員:2名~10名
 - 申込み期限:前日の12時まで
 - 備考:レンタル別途
-

うるまの紅型染め体験



- 🗓️ 通年開催
- 🕒 9時~16時30分 (所要時間:2時間)
- 💰 体験料(大人・小人同額) おひとり 2,500円
- 開催場所:工房など(人数に応じて)
- 定員:2名~20名
- 申込み期限:2日前の12時まで (6名まで、それ以上は1週間前)

沖縄伝統工芸「紅型」は今や人気の現代アート！
海中道路や勝連城跡、闘牛など、他にはないうるまらしいデザインを紅型で鮮やかに彩ってみませんか。講師が丁寧に指導しますので、お子様や初めての方でも楽しめます。



太田焼で面シーサーづくり！



- 🗓️ 通年開催
- 🕒 予約時間に応じる (所要時間:2時間)
- 💰 体験料(大人・小人同額) おひとり 2,000円
- ※焼き上がり後発送の場合、送料は別途
- 開催場所:うるま市内各地
- 定員:2名~10名
- 申込み期限:2週間前まで

手軽に作れて手軽に飾れる壁掛けシーサー
うるま市太田に窯元を構える「琉球太田焼」。陶房の職人さんに直接教えてもらいながら作ります。お友達や家族と一緒に楽しく製作！夏休みの工作にも。





マラン船 乗船体験

沖縄の伝統木造船マラン船。乗船体験をすることで、沖縄の伝統や歴史、文化を感じてみませんか。

📅 8月10日(土) 🕒 正午～午後4時

🆓 無料

●場所:海中道路 あやし館周辺海岸 ●定員:32名

●申込方法:電話または、来館にて

●申込先/問:海の文化資料館 ☎978-8831



夏

船の模型づくり親子体験教室



📅 8月4日(日)、18日(日)

🕒 午前9時～正午

🆓 無料

- 開催場所:海の文化資料館
- 定員:10組
(1組につき保護者1人必須)
- 申込方法:電話または、来館にて
- 申込先/問:海の文化資料館 ☎978-8831

船大工による造船技術を使った船の模型づくり親子体験教室を開催いたします。

夏休みの自由研究にもどうぞ!

うるま市教育委員会の体験講座

うるま市教育委員会も、夏休みに合わせ多くの体験講座の開催いたします。せっかくの夏休み、親子で一緒に楽しんでみませんか。

カヌーを漕ぎながら親子の絆を深めるもよし。一緒に船の模型を作りながらコミュニケーションを取るもよし。マラン船の乗船や企画展で、沖縄やうるま市の歴史・文化にふれる機会も良いのでは。

暑いうるまの夏。親子で楽しい思い出を作ってみてはいかがでしょうか。

体験講座のお申込みは、各担当課までお問合せください。



企画展『平敷屋朝敏の和歌の世界』



📅 7月20日(土)～9月1日(日)

🕒 午前9時～午後5時
(入館4時30分)

🆓 無料

- 開催場所:海の文化資料館(展示場内)
- 申込先:海の文化資料館 ☎978-8831

【平敷屋朝敏の歌碑】

へしきやちよびん
平敷屋集落へ赴任した首里王府の役人、平敷屋朝敏は、農民のくらしや景色などから多くの和歌をつくってきました。その近世の和歌や文字を通し、うるま市の人情やみどころを展示から学んでみませんか。

親子カヌー体験教室



📅 8月11日(日)

🕒 午前9時から

👤 500円/人

(保険料含む)
※シャワー代金等は自己負担

- 開催場所:海中道路
(海の駅あやし館周辺海面)
- 対象:親子(子は小学生)
- 定員:20組(40名)
- 申込期間:7月16日(火)～8月2日(金)
※定員に達し次第締切
- 申込方法:生涯学習スポーツ振興課
(具志川総合運動公園管理事務所)に申込書及び参加料を提出。
- 申込先/問:生涯学習スポーツ振興課 ☎989-3110

海洋性スポーツ体験を通し、自然と親しみ自然環境の大切さを学び、青少年の健全育成を図ることを目的に、親子カヌー体験教室を開催します。是非、親子でご参加ください!



初夏の風物詩

ハーリーシーズン到来!!

各地区のハーリー大会開催日程

地区	日程	開始時間	場所
平安座	6月 9日(日)	午前9時	平安座南港内
津堅	6月 9日(日)	午前10時	津堅港湾内
屋慶名	6月16日(日)	午前11時	屋慶名港内
浜	6月23日(日)	午前9時	浜漁港内
比嘉	6月30日(日)	午前9時	比嘉港湾内
伊計	7月 7日(日)	午前9時	イチュクマの浜
平敷屋	7月14日(日)	午前9時30分	平敷屋漁港内
石川	7月21日(日)	午前9時	石川漁港内

※ 今年の桃原地区ハーリー大会の開催予定はありません。
 ※ 天候等により日程が変更となる場合があります。

旧暦の5月4日(ユッカヌヒ)にあたる6月6日を皮切りに、航海の安全や豊漁を祈願するハーリー大会が、市内各地で開催されています。多くのチームが参加し、青い海の上で繰り広げられるレースは迫力満点。息のあった櫂さばきや、ハーリー鐘や指笛、太鼓が鳴り響く応援など、見どころ満載です。ぜひ、会場に足を運び、初夏の風物詩ハーリーをご覧になってみてはいかがでしょうか。

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送られる叙勲や、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賞者が発表されました。(順不同)

春の叙勲

旭日双光章

永玉榮 靖氏(71)【与那城屋慶名】
 地方自治功勞 一元うるま市議

瑞宝双光章

伊計 祐治氏(87)【字赤野】
 教育功勞 元公立小学校長
 知念 正雄氏(81)【みどり町】
 学校保健功勞 学校医

危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章

島袋 隆夫氏(71)【石川東山本町】
 警察功勞 元県警部

瑞宝単光章

高江洲 明氏(72)【字宮里】
 消防功勞 元うるま市消防司令
 名嘉眞 儀孝氏(61)【石川東恩納】
 防衛功勞 元3等陸尉



大石 英助氏

6/7

新教育委員に大石英助氏

新たな市教育委員として大石英助氏が任命されました。大石氏は「細かいところに手の届く教育行政を行いたい。学校、保護者、生徒の声をひろいながら4年間つとめていきます」と決意を述べました。任期は、令和元年6月7日から令和5年6月6日まで。



うるま市消防団は、女性消防団員の活動が目覚ましく、応急手当普及員として応急手当講習会や、救急フェアでのPR活動など、様々な活動を行っています。地域を守るうるま市消防団。今後の更なる活躍が期待されます。

5/30

女性団員も活躍中！
うるま市消防団

地域活動表彰

地域の安心と安全を守る『うるま市消防団』が、地域に密着した活動で防災力の向上に寄与したとして、消防庁より『平成30年度消防団等地域活動表彰』を受賞しました。



5/23 I-SCOと連携協定

「I-SCOの普及活用へ」
 つるま市は、「一般財団法人沖縄I-SCO」と情報通信産業の振興を図ることを目的に連携協定を締結しました。
 協定締結により今後は、I-SCO関連産業の振興やI-SCOの普及、情報のオープンデータ化等について連携協力を図っていきます。
 島袋市長は、「産業振興を進めるため、しっかりと連携を図っていききたい」とあいさつしました。
 I-SCOの中島洋理理事長は「I-SCOのもつノウハウやネットワークを活用して市政運営のお役に立ちたい。本協定を機にI-SCO活用促進による、より良い地域社会の発展に貢献したい」と話しました。



5/16 働き盛り世代の健康改善へ 県医師会と連携協定

「つるま市と沖縄県医師会は、「65歳未満健康・死亡率改善プロジェクト」推進のため、包括的連携協定を締結しました。
 協定締結により、つるま市では30～64歳までの死亡原因の割合の多くを占める「高血圧関連疾患」の発症および重症化予防に向けた様々な施策を展開していきます。
 島袋市長は「市民の皆様が健康でいきいきと暮らせる、つるま市の実現を目指していきたい」とあいさつしました。
 沖縄県医師会の安里哲好会長は「つるま市の協力に感謝するとともに、連携を図りながら、働き盛り世代の健康や死亡率を改善することを強く決意するところです」と力強く述べました。



5/30 ラオスに小学校を 高校生の募金活動

「ラオスに小学校を」
 昨年、ダム決壊により多くの犠牲者が出たラオスのアタプー県へ、復興支援の一環として、高校生16名が募金活動を行い、小学校建設のために400万円を寄付しました。
 その活動に参加した、球陽高校3年の比嘉琉巴さん(石川在)は、「災害のあった地域に何かしたいと思い、募金活動を行ってきました」と島袋市長へ活動の報告を行いました。



6/3 次の舞台は、全国・九州！ 県少年少女空手道選手権 上位入賞報告

「県少年少女空手道選手権」
 5月に行われた「第15回沖縄少年少女空手道選手権大会」において、市内の道場に通った児童らが、島袋市長へ成績報告を行いました。
 優勝した児童は、8月に東京で行われる全国大会へ派遣され、準優勝した児童は、6月に鹿児島で行われた九州大会へ派遣されました。
 島袋市長は「つるま市を代表して、オリンピックに出れるような選手になることを願っており、ます」と激励しました。



6/5 韓国プロ野球より 硬式ボール贈呈

「韓国プロ野球より硬式ボール贈呈」
 つるま市で春季キャンプを行った韓国プロ野球チーム(SKワイバーンズ・LGツインズ・斗山ベアーズ)よりキャンプで使用した7千個のボールと新品ボールの寄贈があり、市内の硬式野球チーム計11団体に贈呈されました。
 具志川高校野球部主将浦添駿斗くんは、「ボールを活用して甲子園を目指して頑張りたいと思います」と力強く語っていました。



6/5 石川スワローズ 学童軟式野球大会優勝

「石川スワローズ学童軟式野球大会優勝」
 4月に開催された「第11回中部北支部学童春季大会琉球新報旗争奪学童軟式野球大会」において、石川スワローズが参加56チームから見事優勝を果たし、島袋市長へ喜びの報告を行いました。
 優勝した同チームは、兵庫県で開催される「全日本都市対抗淡路島大会」へ派遣となります。
 主将の知花輝くんは、「全国大会でも優勝を目指して頑張ります」と決意表明を行いました。

台風シーズンを迎えます！

風水害に備えて事前対策のポイント



防災基地 渉外課
防災係
TEL 979-6760

台風や豪雨などによる風水害は、対策によって被害を最小限に止めることができます。気象情報に十分注意し、早めの備えを心がけましょう。

台風から住まいや身を守る！

台風が沖縄地方に近づくと、最も勢力が強くなったり、移動速度が遅くなったりするため沖縄地方では長時間、台風の影響を受ける場合があります。

台風災害の防止・軽減には普段からの備えと早めの台風対策を行い、台風接近時においては、常に最新の台風情報を手し、不要不急の外出を控えましょう。

台風が接近したら、必ず家の補強を！

強風で飛散したものが近所の家や車等を壊した場合、トラブルの原因になりますので、雨戸・窓ガラス・塀・アンテナ・看板・外まわりの生活用品等を予め堅固に固定しておきましょう。

停電や断水に備え、

非常用品のチェック！

食料・飲料水・懐中電灯・ラジオ・ライター・簡易な衣料品などのチェックを行いましょ。

無理は禁物！

風雨が強くなってから対策を始めるのは危険がともないます。台風の接近が予測されたときには早め早めに準備をしましょ。

局地的大雨から身を守る！

近年、ゲリラ豪雨により、河川や排水溝などの思わぬ場所でも急激な増水（鉄砲水）被害が発生しております。これら急激な増水（鉄砲水）を事前に予測することは困難ですが、「付近に黒い雲があり周辺で大雨が降っている」「周辺で雷が聞こえる」などの現象を確認した場合、上流で雨が降っている可能性がありますので、河川や排水溝等の場所から離れましょ。

また、このような場所では子供が遊んでいる場合は、地域で声を掛け合い、子供たちを危険から守りましょ。

大雨や洪水などの

警報と注意報について！

市町村ごとに発表されます注意報や警報に注意しましょ。また、洪水などの場合は、高いところに避難して救助を待ちましょ。

山間部・傾斜地・がけ近くは、土砂災害に注意！

土砂災害の前兆として、「小石がパラパラ落ちる」「地面にひび割れができる」「斜面から濁った水が流れ出る」「腐った土の臭いがする」など、これらの現象を発見したら早めに避難しましょ。

避難の心得！

倒壊や浸水、土砂崩れなどの不安がある方は最寄りの避難所、あるいは親類宅などへ早めに避難しましょ。

避難する時は食料、毛布、常備薬などは自分で用意しましょ。

万が一災害に遭われたら…

市では、災害により被災された方へ支援制度を設けております。詳しくは下記のQRコードからホームページをご確認ください。

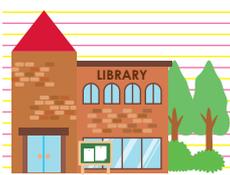


危険度を分かりやすく 5段階の『警戒レベル』

国の方針の見直しにより「避難勧告等に関するガイドライン」が改訂されました。新たなガイドラインでは、適切な避難行動につなげていただくため、災害発生の危険度に応じて5段階のレベルで発令します。

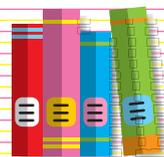
警戒レベル	避難情報など	避難行動 (住民がとるべき行動)
危険度 大	警戒レベル5 災害発生情報	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょ。
	警戒レベル4 避難指示(緊急) 避難勧告	速やかに避難しましょ。避難先までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内より安全な場所に避難しましょ。
	警戒レベル3 避難準備・高齢者等避難開始	避難に時間を要する人(ご高齢の方、障がいのある方、乳幼児等)とその支援者は避難をしましょ。その他の人は避難の準備をしましょ。
	警戒レベル2 大雨注意報 洪水注意報	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょ。
	警戒レベル1 早期注意情報	今後、大雨警報などが発表される可能性があります。災害への心構えを高めましょ。
危険度 小		

災害の危険度に応じた避難行動をとりましょ。



としよかんだより

中央図書館 974-1112
石川図書館 964-5166
勝連図書館 978-4321



夏休みスペシャル企画!!

★人形劇「なぞなぞライオン」他

講師：人形館 にんぎょうやかた てい一
日時：8月10日(土) 午後2時～
場所：勝連図書館
対象：幼児～大人
入場無料(定員120名・要整理券)
整理券発行日：7月28日(日) 午前10時～
整理券発行場所：中央図書館・石川図書館・勝連図書館

★こども講座「うるま市の歴史と文化」

講師：うるま市文化財課職員
日時：8月9日(金) 午前10時30分～
場所：石川図書館
対象：市内在住の小学生高学年～(定員15名)
受付：7月26日(金) 午前10時～

※受付・お問い合わせは、開催する場所の図書館へお願いします。

☆ 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。

今月のおすすめ資料

図書館では、毎月テーマ別に特集を組んで
たくさんの資料を展示・紹介しています。

★今月のテーマ★

中央館：集めてみました、アンソロジー(一般)
虫・むし・ムシ…(児童)

石川館：暑さをのりきろう！(一般)
ひんやり すずし～い絵本(児童)

勝連館：いろんな いのち

☆館内利用者用コンピュータ端末およびホームページからご覧になれます。



暑い夏の食欲回復レシピ本!!

暑い夏を元気に過ごすには、毎日の食事から栄養をたっぷり補給することが大切です。食欲のない時でもさっぱり食べられるおいしい料理で、夏を乗り切りましょう!!

『すっぱい料理』

ひだ かずお 飛田 和緒 著/産業編集センター

お酢や梅干しに含まれるクエン酸は、疲労回復や抗菌作用が期待できます。お酢を和える、かけるだけの料理やお酢を加熱して作る料理、梅干しや柑橘類を使った料理も紹介。
(一般書) 所蔵館 勝連

『OKINAWA豆腐×magic=Healthy & Beauty』

あらさき あこ 新崎 亜子 著/琉球新報社

暑さで胃が疲れ気味の時でも食べやすい豆腐のレシピを紹介。絹ごし豆腐や木綿豆腐、島豆腐のアレンジ料理や、豆乳、おからを使ったデザートづくりの作り方も掲載されています。
(一般書) 所蔵館 石川

夏休み期間中の図書館利用について

夏休み期間中の図書館は、多くの児童・生徒が調べ学習のため来館します。調べものコーナー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たします。

行事案内 (7月中旬～8月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	おはなし会	7月13日(土) 午後3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
	図書館クイズラリー	7月24日(水) 午後2時30分～	受付:7月6日(土)～ 午前10時～先着10組 対象:市内在住の小学生の親子
	夏休み特別企画 琉球大学出前講座 実験&工作	8月7日(水) 午後2時～	講師:琉球大学理学部 受付:7月20日(土)～ 午前10時～先着10組 対象:市内在住の小学生の親子
石川	おはなしワールド	7月20日(土) 午前10時30分～	沖縄美ら海水族館 魚類チーム
	Let's go としよかん	8月3日(土) 午前10時30分～	サークルピピ
	夏休み親子工作教室 キラキラレインボーと パッチンおもちゃ	8月4日(日) 午前10時30分～	受付:7月21日(日)～ 午前10時～先着10組 対象:市内在住の小学生の親子
勝連	おはなし会	毎週金曜日 午前10時30分～	ラビット
	夏休み企画 「おやこ絵本 クッキング」	7月27日(土) 午前10時30分～	講師:六平 恵美氏 受付:7月13日(土)～ 午前10時～先着5組 対象:市内在住の小学生の親子 参加料:1組500円
	夏休み 親子工作教室	7月21日(日) ① 午前10時 ② 午後2時	第1回:スノードーム 受付:7月7日(日)～ 午前10時～各先着5組 対象:市内在住の小学生の親子
		8月4日(日) ① 午前10時 ② 午前11時 ③ 午後2時 ④ 午後3時	第2回:はらべこあおむし 受付:7月21日(日)～ 午前10時～各先着5組 対象:市内在住の親子
		8月18日(日) ① 午前10時 ② 午前11時 ③ 午後2時 ④ 午後3時	第3回:ストロー アクセサリー 受付:8月4日(日)～ 午前10時～各先着5組 対象:市内在住の親子

図書館休館日

■毎週月曜日 ■7月16日(火) 振替休日
■7月25日(木) 館内整理日

商工労政課からのお知らせ

【お問い合わせ】 商工労政課 ☎ 9233-7634

① 「ミスうるま選出大会2019」
出場者募集！

うるま市の公共的な諸行事に市民の代表として参加し、市のPRに役かっただく、知性あふれる健康で明るい女性を選出する大会です。数多くの皆様のご応募をお待ちしております。

【2018年】
ミスうるまグリーン…又吉ひかる
ミスうるまスカイブルー…比嘉梨奈
ミスうるまカトレア…岸本華



② ミスうるま制服デザインコンペ
参加者募集

ミスうるまが公共的な行事等で着用する制服のデザインを募集します。

採用者には、うるま祭で行われる「ミスうるまお披露目式」にて表彰し、金一封を差し上げます。

【対象】プロ・アマ問いません。たくさんのご応募をお待ちしています。

【申込方法】うるま市観光物産協会およびうるま市ホームページにてご確認ください。

【申込期限】8月2日(金)必着

【お問い合わせ】

うるま市観光物産協会 ☎ 978-00077
商工労政課 ☎ 9233-7634

③ 「第14回うるま祭り」
ステージ出演者募集！

うるま祭りのステージに参加いただける市民又は団体を募集いたします。あなたも、うるま祭りに参加して、祭りを一緒に盛り上げてみませんか？皆様のご参加お待ちしております！！

【開催日】10月19日(土)、20日(日)のいずれか
※うるま祭り当日

【申込方法】市ホームページにてご確認ください。

【申込期限】8月9日(金)必着

直接の申し込みは、平日午前9時～午後5時までの受付となります。

【お問い合わせ】商工労政課 ☎ 9233-7634

④ 「第9回ビーバーの沖縄にーびち
余興王決定戦」出場者募集について

沖縄の結婚式といえば、余興！
沖縄県独自のぞくくばらんでチャンプルーな余興に敬意を表したイベントです。

【開催日】10月20日(日)

【予選会】8月25日(日)イオン具志川店

【申込方法】市ホームページよりご確認ください。

【申込期限】8月16日(金)

【お問い合わせ】

うるま市建設業者会 ☎ 9233-10038
商工労政課 ☎ 9233-7634

⑤ うるま市産品即売会 in
イオン具志川 開催のお知らせ

7月の県産品奨励月間にあわせ、イオン具志川にてうるま市産品会を即売行います。特産品が抽選で当たるスタンプリーマ実施します。

【日時】7月5日(金)～7月7日(日)
10時～19時(最終日は18時まで)

【場所】イオン具志川



⑥ うるま市創業セミナーのご案内

うるま市商工会では、特定創業支援事業として、8月～9月の間「創業セミナー」を6回コースで開催いたします。申し込みや詳細については、うるま市商工会へお問い合わせください。

【対象】創業予定者および創業3年未満

【定員】30人

【参加料】5,000円 ※商工会会員は無料

【申込方法】商工会ホームページにて

【お問い合わせ】うるま市商工会

担当：長浜 ☎ 978-33168

ゆらてく・公民館 講座のご案内



受講生 募集!



ゆらてく通信

生涯学習のススメ

沖縄の伝統工芸 「螺鈿」入門講座

貝を貼り付ける技法、
琉球漆器作りを体験♪



【日時】 8月8・15・22・29日・9月5日
午前10時～午後12時(各木曜日)

【場所】 生涯学習・文化振興センター
ゆらてく(第一研修室)

【講師】 糸数 政次 氏 (県立芸大美術
工芸学部教授)

【定員】 15名 ※一般成人

【受付期間】 7月31日(水)まで

◆ お問い合わせ・お申込先 ◆
ゆらてく ☎ 988-5508

うら て さいしき 裏手彩色 木版画講座



【日時】 7月31日(水) ※ボクネン美術館見学
午後12時30分～午後4時30分
8月7・14・21日(水)(版画制作)
午前10時～午後12時

【場所】 生涯学習・文化振興センターゆらてく

【講師】 ボクネン美術館スタッフ

【定員】 20名 ※小学4年生以上(親子)・一般成人

【受付期間】 7月19日(金)まで

◆ お問い合わせ・お申込先 ◆
ゆらてく ☎ 988-5508

親子プログラミング講座

親子で簡単なゲーム作りにチャレンジ♪

【日時】 8月3日(土)・4日(日)
午前の部 午前10時～午後12時
午後の部 午後1時～午後3時
※各クラス1回講座(入れ替え制)

【場所】 勝連地区公民館(視聴覚室)

【講師】 与古田 英明 氏

【定員】 2日間で親子24組

【受付期間】 7月19日(金)まで



◆ お問い合わせ・お申込先 ◆
勝連地区公民館 ☎ 978-7194

語り継ごう沖縄の伝統行事

重箱詰め・伝統お菓子作り体験♪

【日時】 8月3日・10月5日・11月30日
午前10時～午後1時(各土曜日)

【場所】 石川地区公民館(調理室)

【講師】 嘉陽 かずみ 氏
みやぎ きよこ 氏

【定員】 親子10組 ※小学生以上

【受付期間】 7月22日(月)まで



◆ お問い合わせ・お申込先 ◆
石川地区公民館 ☎ 964-3433

ゆらてく
石川地区公民館 ☎ 988-5508
勝連地区公民館 ☎ 964-3433
与那城地区公民館 ☎ 978-7194
☎ 978-6836

福木いろのハンカチ染め

福木色ってどんな色?
どんな色に変わるのかチャレンジ♪

【日時】 8月21日(水)
午後1時30分～午後4時30分

【場所】 勝連地区公民館(調理室)

【講師】 宮良 千加 氏

【定員】 親子10組 ※小学生以上

【受付期間】 8月2日(金)まで



◆ お問い合わせ・お申込先 ◆
与那城地区公民館 ☎ 978-6836

夏休み親子 減災ピクニック

調理体験もあるよ♪

【日時】 8月4日(日)
午前9時～午後3時
※専用バスで南城市会場へ移動

【場所】 うるま市役所本庁舎集合

【講師】 田中 栄一 氏

【定員】 親子10組 ※小学生以上

【受付期間】 7月26日(金)まで



◆ お問い合わせ・お申込先 ◆
与那城地区公民館 ☎ 978-6836

※日程、内容など変更する場合もございます。
了承下さい。
※受講料は無料ですが、講座によっては教材費を
徴収する場合がございます。お申し込みの際に
ご確認ください。

国民健康保険課からの お知らせ

【お問合せ先】
国民健康保険課
賦課徴収係
☎973-3202

国民健康保険税の納付が
7月から始まります。

平成31年度（令和元年度）の国民健康保険税納税通知書を7月上旬にお送りします。

最寄りの金融機関やコンビニ、うるま市役所本庁舎国民健康保険課窓口で納めてください。

各出張所では納付できませんのでご了承ください。

※口座振替の場合は、第6期の振替日が12月25日となりますのでご注意ください。

国民健康保険税の
課税限度額が変わります。

平成31年度（令和元年度）より地方税法等の改正に伴って、国民健康保険税の課税限度額が下記のよう

に改正されます。詳しくは国民健康保険課ホームページをご覧ください。国民健康保険課までお問い合わせください。

【課税限度額】

	平成30年度	令和元年度
医療分	58万円	61万円
支援分	19万円	19万円
介護分	16万円	16万円

そのままにせずお早めに国民健康保険課窓口までご相談ください。分割納付のご相談や、申請によって受けられる減免制度等があります。

どうしても納付が困難なときは…



申請により受けられる制度

① 減免制度

失業や営業不振、病気等により著しく所得が減少した場合、災害等のため著しい被害にあった場合に、所得割が減免される制度があります。該当すると思われる方は令和2年2月末日までに申請してください。

② 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をご持参の上、申請してください。

所得の申告をお忘れなく！

国民健康保険税では申告等に基づき所得の判定を行っています。申告等がない場合、適切な課税がされない

いばかりでなく、軽減・減免等を受けることができません。

また高額療養費支給の際、上位所得者（所得の多い世帯）とみなされるため、払い戻しが受けられないことがあります。申告がまだお済みでない方はお早めに市民税課等でお手続きください。

納税（付）関係証明書が必要な方へ

納付済みデータがシステムで確認がとれるまでに、3日〜2週間程度かかります。また、口座振替の場合もシステム確認までに3日程度かかります。

納税（付）証明書が急ぎで必要な方は、身分証と納付したことがわかる領収書や通帳（口座振替後、記帳したもの）をお持ちください。

口座振替で納め忘れを無くそう

口座振替にすると納め忘れの心配や納付に出掛ける手間が省けます。また、一度手続きをすれば翌年度以降も自動的に継続されます。

なお、口座振替の方については、確定申告の資料として「納付状況通知書」を毎年1月下旬頃に郵送いたします。



手続き簡単！ペイジー口座振替受付サービス

キャッシュカードで口座振替の手続きが完了！ 納付の手間なく納め忘れのない口座振替！

登録手続き

- STEP1 本人確認
↓
STEP2 専用端末機にキャッシュカードを通す
↓
STEP3 暗証番号入力
↓
STEP4 口座登録完了

必要書類

- 納税通知書
- 身分証明書
- 金融機関のキャッシュカード
- 委任状（別世帯の方が手続きに来る場合）

サービス対応金融機関

- 琉球銀行
 - 沖縄銀行
 - 沖縄海邦銀行
 - ゆうちょ銀行
 - 沖縄県労働金庫
 - コザ信用金庫
- ※沖縄県農業協同組合については、従来の口座振替依頼書による申込手続きとなります。

受付場所

国民健康保険課
(市役所本庁舎東棟1階)

※本庁舎、各出張所、指定金融機関、郵便局にて、口座振替依頼書及び通帳届出印による従来の申込み方法も引き続きご利用いただけます。

75歳(一定の障がいのある方は65歳)以上の

後期高齢者医療保険に加入の皆様へ

お問い合わせ 国民健康保険課 後期高齢者医療係 ☎973-3177

7月

後期高齢者医療保険料の納付が始まります。

平成31年度(令和元年度)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

○納付書払いとなる方は、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で保険料を納めてください。

○口座振替となる方は各納期の月末(全納対象者は7月末)に、登録されている口座から保険料が引き落とされます。(※12月のみ25日引き落とし)

○特別徴収(年金天引き)となる方に対しては、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(年金天引き)の8月仮徴収額変更について

保険料の支払い方法が特別徴収(年金からの天引き)の方は、年6回ある納期のうち、前半(4・6・8月)を『仮徴収』、後半(10月・12月・2月)を『本徴収』として納付していただきます。収入の変動や後期高齢者医療保険料の改定があると、仮徴収額と本徴収額で大きな差が生じてしまう場合があります。

その差を是正する為、仮徴収額と

本徴収額で大きく異なることが想定される方について、年間を通じてできるだけ均等な額となるように、8月分の徴収額を減額変更し、保険料額の増減の幅が緩和される平準化処理を今年度より行います。

8月

被保険者証が切り替わります。

現在お持ちの後期高齢者医療被保険者証は、8月から新しい被保険者証に切り替わり、有効期限が令和2年7月31日になります。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	令和2年7月31日
交付年月日	令和元年8月1日
被保険者番号	12345678
住所	うるま市石川石崎1-1
被保険者氏名	後期 太郎 男
生年月日	昭和 5年 7月 5日
資格取得年月日	平成 20年 4月 1日
資格期日	平成 20年 4月 1日
一般負担率	1割
保険者番号並びに被保険者の名称及び印	39472139 沖縄県後期高齢者医療広域連合

○保険料を完納した方は、新しい被保険者証を7月中旬以降順次郵送します。

○事前に窓口受取を申請されている方は、7月31日までにうるま市役所本庁舎(東棟)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。



「限度額適用・標準負担額減額認定証」・「限度額適用認定証」の交付申請ができます。

住民税非課税世帯(低所得Ⅰ・低所得Ⅱ)に該当される方は、申請により、入院時又は、高額な外来診療を受けるときの一部負担金と、入院時の食事代を減額するための「限度額適用・標準負担額減額認定証(以下、「減額認定証」という)」の交付を受けることができます。

また、被保険者証が3割負担の方で現役並み区分Ⅰ・Ⅱに該当される方は、申請により、一部負担金の限度額を減額するための「限度額適用認定証」の交付を受けることができます。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、来庁前に上記の連絡先までお問い合わせください。

～過去に「減額認定証」・「限度額適用認定証」を取得したことのある方～

負担区分低Ⅰ・低Ⅱの「減額認定証」及び現役並み区分Ⅰ・Ⅱの「限度額適用認定証」に該当している方は、被保険者証に同封しております。

また、平成30年度中に負担区分低Ⅱの「減額認定証」を取得して90日を超える入院をしている場合、申請すると食事代が減額されます。直近の入院日数(91日以上)が確認できる領収書等をご持参ください。減額は申請した月の翌月から適用されます。

※平成30年度に長期入院該当の「減額認定証」を交付された方も申請が必要です。8月31日までに更新手続きをしてください。

※世帯に税の未申告者がいると所得区分判定ができないため、「減額認定証」・「限度額適用認定証」の交付が受けられない場合があります。未申告者がいる場合は、所得申告をお願いします。

ゆいまーるラジオ



86.8MHz



リクエストFAX番号: 098-965-4868

私たちが
お届けします!



毎週月曜～木曜
正午からの10分間
絶賛放送中!

うるま市からの行政情報をお届け!

FMうるま ラジオ広報番組
『うるま市役所だより』

86.8MHz



放送開始 1周年

うるまの情報をラジオで

うるま市のラジオ広報番組『うるま市役所だより』の放送が、7月1日で、1周年となりました。

番組では、うるま市の行政情報や、イベント情報、講演会や講座の情報など、月曜から木曜、正午からの10分間で市民の皆さまへお届けしています。

うるま市民のラジオ局

うるま市、唯一のコミュニティラジオである、『FMうるま』は、平成21年に開局し、『ゆいまーるラジオFMうるま』として、地域の皆さまに親しまれています。

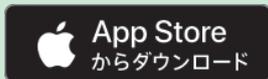
放送時間は、24時間。日曜や深夜も放送を行っています。『うるま市役所だより』のほか、うるま市消防本部や、うるま警察署、石川警察署からの情報など、地元根差した番組を数多く放送しています。

また、FMうるまでは台風や大雨の際に、地域住民の安全安心の確保のため、防災情報を随時放送しています。

スマホからも聞ける!

FMうるまは、うるま市石川を中心として放送しています。地形上、電波の届かない地域もありますが、専用のスマートフォンアプリをダウンロードすることで、いつでもどこでもFMうるまを楽しむことができます。そのほか、YouTubeでも聞くことができます。

下記QRコードから
FMうるま専用アプリを
ダウンロード!



若い世代を中心とした食育推進事業

食べることは生涯にわたって続く基本的な営みです。市民の皆さまが健康で、豊かな人間性を育むためには、子どもから高齢者まで生涯を通じた食育を推進することが重要です。

うるま市では、若い世代を中心として、食に関する意識・知識を深め、健全な食生活を実践することが出来るよう食育を推進しています。平成30年度に開催した料理教室には、多くの方がご参加いただきました。今年度も様々な料理教室の開催を予定しておりますので、是非ご参加ください。

～平成30年度に開催した料理教室～

「家飲み料理教室」平成30年8月3日(金) 「おつまみ料理」とお酒との上手な付き合い方を学ぶ

簡単ヘルシーなおつまみのレシピと、適正飲酒について学んで頂きました。メニューは、ゴーヤーピザトースト、簡単スパニッシュオムレツ、生春巻き、豆苗の湯葉和え。そして、試食前にノンアルコールカクテルで乾杯♪料理教室は、当日初めてお会いする参加者同士が調理をして食事をしますが、「皆で料理ができて楽しかった。」という感想をたくさん頂きました。



「お弁当づくり教室」平成30年10月31日(水) 毎日続けられる簡単でヘルシーなレシピ

お弁当は毎日となるとメニューを考えるのも、作るのも大変ですね。今回は、ほとんど電子レンジでできるレシピを紹介しました。メニューは、きのこご飯、ミートローフ、キャベツのロール煮、かぼちゃ煮、チーズトマトキャンディ。
「家庭でも作れそう。」「時短料理が勉強できて良かった。」という感想をたくさん頂きました。



「いい夫婦の日料理教室」平成30年11月22日(木) 伸ばそう、結婚寿命と健康寿命!

「いい夫婦の日」に外食を楽しむのも素敵ですが、夫婦で料理を楽しむ機会になればと企画しました。メニューは、ゴーヤーピザトースト、ロールキャベツ、ポテトの粒マスタードサラダ、ティラミス、フルーツウォーター。「夫婦で料理をする楽しさを味わえた。」「企画やメニューにセンスを感じた。」「次回も参加したい」など嬉しい感想を頂きました。教室のタイトルどおり、いい夫婦ばかりで、楽しそうに料理をする姿が微笑ましかったです。



「冬休み親子料理教室」平成30年12月23日(日) 「作る楽しみ、みんな食べるうれしさ」を体験

食生活改善推進員のご協力のもと、ツリー寿司、マッシュポテトのミニサンタなど、クリスマスに合ったメニューを親子で楽しんで頂きました。いろんな年齢の子どもたちが参加されていましたが、グループでサポートしあいながら、料理を楽しんでいました。



「春の親子料理教室」平成31年3月3日(日) 食卓を囲み、食べる楽しさを体験しよう

ひな祭りにあわせ、洋風ちらし寿司、白菜のコールスロー、菊花豆腐のすまし汁、ロールケーキを作りました。
和食のちらし寿司を洋風に、普段キャベツを使うコールスローを旬の白菜で、そして豆腐の飾り切りで菊の花に見立てたいろんなアレンジが好評でした。



管理栄養士の おいしい健康レシピ



切干大根の和え物

1人当たり 食塩相当量 0.4g / エネルギー 48kcal

乾燥わかめやヒジキなどの乾物はストックしておくとう便利です。

切干大根はカルシウムや食物繊維が豊富。

作り方

- 切干大根は洗って、水で戻しておく。長すぎるものはキッチンばさみなどで切っておく。水からゆでて、好みの硬さにしてザルに取って冷まし、しっかり水気を絞る。※ゆでた後は水にさらさない。
- ツナは油を切っておく。人参と胡瓜は千切りにして人参はゆでて冷ましておく。
- ①と②の材料とAを和えて冷蔵庫で冷やす。

材料 (5人分)

切干大根(角切り)……	40g
人参……………	1/3本
きゅうり……………	1/2本
ツナ缶……………	25g
シークワーサー果汁…	大さじ1
酢……………	小さじ1
減塩醤油……………	大さじ1と1/2
白すりごま……………	小さじ1～2

「わくわく」こどもだより

【こども医療費助成についてお知らせ】

助成内容

病気やケガの治療を受けた場合、保険適用される医療費の自己負担分(一部自己負担を除いた分、高額療養費、附加給付金による治療費は控除)を助成します。



◎助成対象の医療機関と助成方法について

◆自動償還方式・現物給付方式での助成

	対象診療科	一部自己負担金	助成方法
現物給付(ピンク色) 【0歳～就学前児】	医科(小児科・皮膚科 耳鼻咽・喉科等)	無し	窓口無料
自動償還(オレンジ色) 【小学1年生～中学卒業】	歯科、調剤薬局	通院:1ヶ月1医療機関につき1,000円 入院:無し	受診した翌々月

※医療機関窓口でこども医療費助成金受給資格者証の提示がなかった場合、または受給資格者証の交付申請手続き前に受診した場合については、受診した月の翌月以降に児童家庭課窓口にて領収書を持参のうえ助成金の支給申請の手続きが必要となります。

◆償還方式(窓口申請)

窓口申請に必要な領収書の有効期限は平成30年10月診療分から「**診療月の翌月以降から2年以内**」となりました。

助成対象者の同月、同医療機関での診療にかかる自己負担額が21,000円以上のものは、高額療養費や附加給付金等の確認のため、児童家庭課窓口にて手続きを行っていただく場合や支払いが遅れる場合があります。

～こども医療制度Q&A～

●小学1年生になったら窓口無料でなくなるのですか？

窓口無料は就学前までのお子さんが対象となりますので、小学校入学後から中学校卒業(15歳到達後の最初の3月31日)までの医療費助成は、自動償還方式または償還払方式(窓口申請後、翌月末振込み)となります。

●市外へ転出する場合手続きは必要ですか？

受給資格者証を児童家庭課へ必ず返納(郵送でも可)してください。

●入院した場合に高額な医療費がかかりますが、手続きは必要ですか？

高額な医療費が見込まれる場合は、健康保険者へ高額療養費限度額認定証の手続きを行って、医療機関窓口には保険証と一緒に提示してください。(確認できない場合は、一旦、医療機関窓口で支払った後、後日助成されることとなります。)

※限度額認定証の発行については、直接保険証の発行機関へお問い合わせください。

●学校、幼稚園・保育園等でケガをした場合、手続きは必要ですか？

学校や、幼稚園・保育園等でケガをした場合は、こども医療費助成制度では、助成の対象とならない(独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付金の加入がある場合等)場合がありますので、学校、幼稚園・保育園等へお問い合わせください。

※詳細につきましてはこども部児童家庭課までお問い合わせください。

【お問い合わせ】 こども部児童家庭課 973-4983

【受付時間】 月曜日～金曜日(祝日及び慰霊の日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く) 8:30～17:15(12:00～13:00の間は窓口が込み合う場合がございます。ご了承ください)

児童扶養手当の支払について

児童扶養手当の支払は、これまで年3回でしたが、2020年からは年6回となります。2019年、2020年の支払スケジュールは下記のとおりです。

2019年					2020年			2020年					2021年										
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
				支払 ※現況届			支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払
	支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払		支払

※8月の現況届時にご提出いただく前年所得によって、必要がある場合は、12月支払分(8月分)から手当額の変更を行っていましたが、制度変更後は、翌年1月支払分(11月分)から手当額の変更を行います。

※支払月が変わる2019年11月の支払は、同年8月分から同年10月分までの3ヶ月分が支払われます。これ以降は、1・3・5・7・9・11月の年6回、それぞれの支払月の前月までの2ヶ月分が支払われます。

児童扶養手当・特別児童扶養手当の「現況届」について

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている方は、受給資格確認のため、毎年8月に「現況届」の提出が必要です。この届出がない場合、11月分以降の手当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。

該当者への通知は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ので、ご注意ください。
- ・期間中に「現況届」の提出がない場合、1月の支払いに間に合わない場合があります。

- ※ 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。
- ※ 混雑が予想されますので、できるだけ個人宛の通知書で指定された日にお越しください。
- ※ 庁舎間連絡バスもございますので、ご利用ください。

地域	受付期間	受付場所	受付時間
具志川	8月1日(木)～8月15日(木)	うるま市役所 本庁舎(東棟) 3階大講堂	・午前9時～11時30分 ・午後1時～4時
石川	8月16日(金)～8月20日(火)		
与那城・勝連	8月21日(水)～8月23日(金)		
全地域 日曜窓口	8月11日(日)		・午前9時～11時30分 ・午後1時～3時

※土、日、祝祭日を除きます。

★★★～ 現況届会場にハローワーク相談員が来ます。～★★★★★★

- ・今の仕事より条件の良い仕事を探している
- ・しばらく仕事してないし、子育てしながら出来る仕事って…?
- ・自分にあった仕事ってどう探すの?

★★★★★★～待ち時間を利用して相談できます。～★★★



【相談日】

※相談時間 10:00～16:00

8月5日(月)、6日(火)、7日(水)、13日(火)、14日(水)、19日(月)、20日(火)、21日(水)

未婚の児童扶養手当受給者に対する 臨時・特別給付金について

児童扶養手当の受給者のうち、未婚のひとり親の方に対し、2019年度に臨時・特別の措置として、給付金が支給されます。

受給額 17,500円

申請期間 令和元年8月1日から令和2年2月1日まで(原則として現況届と同時に申請してください)

支給時期 令和2年1月から3月末までに支給

※詳細については、「現況届」の案内時に、「未婚の児童扶養手当受給者に対する臨時・特別給付金について」のお知らせをお読みください。

母子及び父子家庭等医療費助成事業 における受給者証の有効期間について

児童扶養手当の支払回数が見直されるのに伴い、児童扶養手当証書の有効期間が現行の8月1日～翌年7月31日から11月1日～翌年10月31日に変更されたことから、母子及び父子家庭等医療費助成事業の受給者証書も児童扶養手当と同様の有効期間に変更されます。

なお、経過措置として有効期間が平成31年7月31日の証書については、有効期間を令和元年10月31日まで延長されますので、後日、受給対象者の方へ、有効期間:令和元年8月1日～令和元年10月31日の新しい受給者証が郵送されますのでご確認ください。

**マイナンバーカードの
休日交付日**

《7月》

13日(土)、14日(日)
27日(土)、28日(日)

※交付通知が届いた方のみです。
※事前予約が必要です。電話
予約のうえお越しください。

【問】市民課
☎989-5410

生涯学習文化振興センター
☎923-1571

第15回「うるま市子ども文化祭」開催

児童文化振興の一助として、心豊かな児童の育成と言語表現力の向上をめざして子ども文化祭を開催します。多くの方のご観覧をお待ちしています。

【日時】8月24日(土)
午前の部 午前10時30分開演
午後の部 午後2時30分開演

【場所】市民芸術劇場響ホール

【入場料】500円(高校生以下、無料)

【問】市文化協会 ☎974-0333

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、各お問い合わせ先をご確認ください。

市役所 TEL 974-3111
総合案内 FAX 973-9819

【集団健診日程表】

日程	場所	対象行政区
8月1日 木	石川保健相談センター	曙・旭
8月2日 金	石川保健相談センター	南栄・中央 松島・宮前
8月5日 月	与那城地区公民館	屋慶名 与那城
8月24日 土	健康福祉センターうるみん	市内全域
8月25日 日	健康福祉センターうるみん	市内全域

【受付時間】午前8時30分～午前11時まで
【受付方法】当日受付
※対象行政区外に居住している方も受診可能です。
※うるみに限り、託児可(先着12名、要予約)

健康支援課 ☎973-3209

①8月の集団健診のご案内

8月の集団健診日程を掲載します。ご都合のいい日程を選んで、ぜひご受診ください。

【対象者】

- ①40歳以上の国保加入者
- ②後期高齢者医療保険加入者
- ③市内在住の19歳～39歳の方

※生活保護世帯(19歳以上)

【持参するもの】

- ①国保加入者(40歳以上)
- 被保険者証(特定健診受診券一体型)
- がん検診はがき
- ②後期高齢者医療保険加入者
- 被保険者証
- 長寿健診受診券
- がん検診はがき
- ③市内在住の19歳～39歳の方
- (19歳以上の生活保護世帯を含む)

・生活習慣病予防健診受診券
・がん検診はがき

【問】保健事業係 ☎973-4960

【婦人がん検診日程表】

日程	場所	対象行政区
8月20日 火	健康福祉センターうるみん	川崎・栄野比 昆布
8月27日 火	健康福祉センターうるみん	安慶名・天願 みどり町5,6丁目
8月28日 水	石川保健相談センター	曙
8月29日 木	石川保健相談センター	東山・旭

【受付時間】午後1時30分～午後2時30分まで
※対象行政区外に居住している方も受診可能です。

②8月の婦人がん検診のご案内

乳がん検診や子宮頸がん検診を公民館などで受診することができます。この機会に検診を受けましょう。

【対象者】

子宮頸がん：20歳以上のうるま市住民票のある女性
乳がん：40歳以上で今年度偶数年齢のうるま市に住む住民票のある女性

【持参するもの】

- ・婦人がん検診受診券(はがき)
- ・健康保険証または、その他免許証等
- ・子宮頸がん受診の方は、**スカート着用**

※郵送した婦人がん検診受診券(はがき)を紛失した方は、健康支援課までお問い合わせください。

※乳がん検診は、マンモグラフィー検査のみです。

※**集団健診でマンモグラフィー検査を受診される方は、予約が必要になります。**左記の番号にお問い合わせください。

【問】保健事業係 ☎973-4960

生活習慣病予防のための **うるみん パーソナルトレーニング教室** **参加料 無料**※

「運動をしたいけど何から始めたらいいの?」「運動を続けたいけど続かない!」そんな方たちの運動教室です。予約制で、週1回、1時間程度のトレーニング指導を1ヵ月間行います。その後、自主トレーニングに移り3ヵ月後、6ヵ月後の評価を行いながら運動の継続を図る、ひとりひとりのカラダにあった運動プログラムです。 **※特定保健指導対象の方の施設使用料は自己負担**

【日 時】令和元年7月1日～令和2年3月31日 月曜日～金曜日 午前10時～午後5時(火曜日を除く)
【場 所】うるみんフィットネスセンター(健康福祉センターうるみん 1階)
【対 象】(1)19歳から74歳の国保加入者 (2)平成31(令和元)年度の生活習慣予防健診・特定健診を受診した方
(3)生活習慣病予備軍の方
【申込み】健診の結果をお持ちの上、うるみん3階健康支援課保健事業係①番窓口 【お問合せ】健康支援課 ☎973-4960

【問】問合せ先

☎973-33209

- ④ 簡単♪お弁当づくり教室
- 加工食品のアレンジレシピや、電子レンジ料理など時短・簡単レシピをご紹介します。ぜひご参加下さい♪
- 【日時】8月9日(金)午後6時～8時
※午後5時30分～受付開始
- 【場所】健康福祉センターうるま 3階調理室
- 【対象】市内在住の高校生～64歳
※高校生は保護者ご同参加下さい。
- 【定員】25名 【参加料】無料
- 【持ち物】弁当箱(普段お使いのもの)、エプロン、三角巾
- 【申込期限】7月31日(水)
- ※定員に達し次第受付終了
- 【申込方法】健康支援課窓口またはお電話にて
- 【申込先/問】健康支援課

- ③ ファミリー料理教室 調理実習参加者募集
- 「ご家族でふれあいなから「作る楽しみ、みんなで食べることの嬉しさ」を体験しましょう♪」
- 【日時】8月22日(木) 午前10時～午後1時
(受付:午前9時30分)
- 【場所】健康福祉センターうるま 3階調理室
- 【主催】うるま市生活改善推進協議会
- 【対象】市内在住の小学生・中学生とその家族
- 【定員】25名
- 【参加料】大人500円 小・中学生無料
- ※2人目からは100円
- 【持ち物】エプロン、三角巾、筆記用具
- ※小・中学生は上履きも持参してください。
- 【申込期限】7月31日(水)
- ※定員に達し次第受付終了
- 【申込方法】健康支援課窓口またはお電話にて
- 【申込先/問】健康支援課
- ☎973-33209

- ② 運動実技講演会「親子de運動あそび」
- 親子の楽しいふれあいや遊びを通して、子どもたちの規則正しい生活リズムづくりを応援する講演会です。ケンケン体操教室の先生と一緒に親子で楽しい運動あそびを体験しましょう!
- 【日時】8月18日(日) 午前10時～11時30分
(受付:午前9時45分)
- 【場所】健康福祉センターうるま 3階ホール
- 【対象】市内在住の3歳～就学前の親子
- 【定員】先着30組 【参加料】無料
- 【持ち物】タオル、麦茶・白湯などの飲み物
- ※当日は動きやすい服装・靴でご参加ください
- 【申込期限】7月1日(日)～8月9日(金)
- 【申込方法】お電話または、こども健康課窓口
- 【申込先/問】こども健康課
- ☎989-10220

- こども健康課 ☎989-10220
- ① 子育て講演会「穏やかに子どもと向き合うためのママ・パパのためのセルフケア」
～マインドフルペアレンディングを学ぼう～
- 
- 子育ては、いつも笑顔でいたいけど、イライラしたり、怒りすぎたと反省したり。そんな気持ちとうまく付き合えたら、子育ても穏やかに楽しめるかもしませんか?
- 【講師】琉球大学 伊藤義徳先生 (いとうよしのり)
- 【日時】8月28日(水) 午後2時～4時
- 【場所】健康福祉センターうるま 3階ホール
- 【対象】市内在住または在勤の方
- 【定員】80人
- 【託児】あり(要予約、先着10人。同伴も可)
- 【申込期限】8月23日(金)
- ※定員に達し次第締切
- 【申込み/問】こども健康課
- ☎989-10220

- 消防本部警防課 ☎975-12006
- 応急手当普及員講習会のご案内
- 応急手当普及員講習会を開催します。学校や職場での万が一に備えましょう。
- 【日時】7月24日(水)～26日(金)
午前9時～午後6時(8時間×3日間)
- 【場所】生涯学習文化振興センターゆらてく
- 【対象】市在勤者 【定員】20名
- 【参加料】無料
- 【申込期限】7月19日(金)
- 【申込方法】市ホームページより申込用紙をダウンロード、必要事項を記載し、市消防本部警防課へ提出
- 【申込先/問】消防本部警防課 救急指導係
- ☎975-12006

- 障がい福祉課
- 障がい者虐待防止講演会
「わじわじ〜が止められないときに」
～怒りのコントロールから学ぶ～
- アンガーマネジメントを通し、誰もが安心して暮らせる街づくりについて考えることを目的に開催致します。
- 【日時】7月19日(金)
午後1時30分～3時30分
- 【場所】うるま市役所東棟3階大講堂
- 【対象】市民及び市内在勤者
- 【講師】山本京子氏 (やまもとみやこ)
- (一社)日本アンガーマネジメント協会
- 【定員】100名 【入場料】無料
- 【申込期限】7月12日(金)
- 【申込方法】電話またはFAX
- 【申込先/問】石川学院
- ☎964-2286
FAX 964-55055

7月1日から市の管理する施設が**全面禁煙**となります。

望まない受動喫煙対策が強化され、7月から市が管理する施設も敷地内禁煙となりました。うるま市では本庁舎及び石川庁舎、市が管理する施設等が第1種施設に該当し、敷地内禁煙となります。詳細は、市のホームページをご確認ください。

【開始日】7月1日(月)から 【対象施設】本庁舎、石川庁舎、市が管理する施設

【対象範囲】施設内及び敷地内はすべて禁煙

【お問合せ】うるま市役所健康支援課 健康推進係 ☎973-3209 ※対象施設は、上記のQRコードからご確認ください。



7月 は固定資産税
第2期分の納期
です。

【納期限】
7月31日(水)

【問合せ先】
課税について
資産税課 ☎973-5394
納税について
納税課 ☎973-1099

介護長寿課 ☎973-13208

①「美味しい！お手軽！介護食！」
講話・調理実習のご案内

冷蔵庫にある食材を使って作れる介護食や、家族の食事を作りながら介護食を作るコツなど、講話や調理実習とおしえて分かります。一緒に楽しく学んでみませんか？

【日時】8月23日(金)
午前11時～午後2時
3階 調理実習室

【場所】健康福祉センターうるま
3階 調理実習室

【対象】在宅で高齢者を介護している家族や地域の援助者

【講師】管理栄養士 渡眞利聡子

【持ち物】エプロン・三角頭巾

【定員】50名(定員に達し次第受付終了)

【参加料】無料

【申込期限】8月15日(木)

【申込方法】「いしかわ願寿ぬ森」へ電話にてお申込みください。

【申込先】いしかわ願寿ぬ森
☎964-6511

【問】介護長寿課 ☎973-13208

サマージャンポ

今年度のサマージャンポ宝くじは、
1等・前後賞合わせて7億円

1等 5億円×20本
前後賞各 1億円×40本
発売総額 600億円・20ユニットの場合
発売総額 600億円・20ユニットの場合

財政課 ☎973-6753

②介護保険料が軽減強化されます

令和元年度は、消費税の引き上げ分を主な財源として「低所得者の保険料軽減強化」が実施されますので、65歳以上で、所得の少ない方の介護保険料が減額となります。

軽減の対象となるのは、左の図のとおり、第1段階から第3段階までの住民税非課税世帯となっております。

段階	対象者	平成30年度 保険料年額	令和元年度 保険料年額
第1段階	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 ●世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	37,032円	30,864円
第2段階	●世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円超120万円以下の方	61,716円	51,432円
第3段階	●世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が120万円を超える方	61,716円	59,664円

【問】介護長寿課 ☎973-13208

2等 1,000万円×40本
発売総額 600億円・20ユニットの場合

3等 100万円×600本
発売総額 600億円・20ユニットの場合

4等 10万円×12,000本
発売総額 600億円・20ユニットの場合

サマージャンポミニ

1等 3,000万円×40本
発売総額 240億円・8ユニットの場合

前後賞各 1,000万円×80本
発売総額 240億円・8ユニットの場合

2等 100万円×1,600本
発売総額 240億円・8ユニットの場合

3等 10万円×16,000本
発売総額 240億円・8ユニットの場合

4等 1万円×80,000本
発売総額 240億円・8ユニットの場合

【発売期間】7月2日(火)～8月2日(金)
※この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

【募集期間】7月1日(月)～31日(水) 午後5時まで

【対象施設】
○赤道学童クラブ ○宮森学童クラブ
○南原学童クラブ

【申込方法】指定管理者申請書をこども未来課へ提出してください。

※募集要項等は、市ホームページに掲載しておりますのでご覧ください。

【申込先/問】こども未来課
こども政策係 ☎989-5313

【ごども未来課】☎989-5313
公設学童クラブ指定管理者募集

予防が大事! **熱中症に気をつけましょう!!**

年々暑さが増し、熱中症による救急搬送と死亡者も増えていきます。体力のない子どもや高齢者に加え、働き盛りの年代でも職場で熱中症となるケースもあります。職場でも家庭でもみんなで熱中症予防に取り組みましょう。

7月は熱中症の重点取組期間!!

●特に梅雨明け直後は、暑さ指数に応じて、作業の中断、短縮、休憩時間の確保を徹底しましょう。
●水分、塩分を積極的に取りましょう。
●各自が、睡眠不足、体調不良、前日の飲みすぎに注意し、当日の朝食はきちんと取りましょう。
●期間中は熱中症のリスクが高まっていることを含め、重点的に教育を行いましょう。
●少しでも異常を認めたときは、ためらうことなく、すぐに救急車を呼びましょう。

外出の時も、畑仕事の時も、水分補給は忘れずに!

【問】問合せ先

市民協働課 男女共同参画センター
 (うるまみん3階) ☎973-8927

【申込先/問】

夏休みを利用し高校生を対象とした
 基地内留学体験を行います。
【主催】 キャンプコートニー
【日時】 8月19日(月)～23日(金)
 午前10時～午後3時
【場所】 天願キャンプコートニー内
 ※22日は他基地の予定
【定員】 約20人(希望者多数の場合、キャン
 プコートニー渉外官による書類選考)
【費用】
 ・保険料:500円(参加決定後、支払い)
 ・1週間分の昼食代:約50ドル
 ※要事前両替。
【参加条件】
 ・市内在住、または市内の高校に在学し
 ている高校生で、毎日参加できる方。
 ・8月9日(金)の説明会に保護者同伴
 で参加できる方。
 ※英語力は全く問いません。

【申込方法】
 ・申込用紙は、7月1日(月)から、う
 るまみん3階の男女共同参画センター
 ほか、ホームページからもダウンロード
 できます。
 ・申込期間:7月24日(水)～26日(金)
 ※うるまみん3階男女共同参画センター
 へ持参して下さい。郵送不可。

受講生決定の連絡:8月1日～2日
 (午前10時から午後4時)コートニー
 渉外官より直接電話にて連絡します。

市民協働課 ☎973-8927
 サマーンブリッシュユ参加者募集

参 議院議員通常選挙は ▶ 7月21日(日)

期日前投票所によって、投票できる期間及び時間が異な
 りますので、投票所入場券をお確かめください。

※石川、勝連の期日前投票所の期間は3日間になります。

期日前投票場所	投票ができる期間及び時間
選挙管理委員会事務局 (市役所本庁舎西棟地下)	7月5日(金)～7月20日(土) 午前8時30分～午後8時
石川保健相談センター	7月17日(水)～7月19日(金) 午前9時～午後8時
勝連シビックセンター	

【問】 選挙管理委員会事務局 ☎973-4332

青少年センター ☎923-7102
 九州地区少年補導センター等
 連絡協議会「沖縄研究大会」
 九州地区の少年補導センターなどの
 相互連携強化と資質向上のため、少年
 補導に関する研究協議を行う、九州地
 区少年補導センター等連絡協議会「沖
 縄研究大会」を開催します。多くの市
 民のご参加をお待ちしております。
【日時】 7月11日(木) 午後1時30分
【場所】 市民芸術劇場 燈ホール
【対象】 市民および青少年センター等の
 職員やその関係者
【入場料】 無料
 ※事前の申込みは必要ありません
【問】 青少年センター
 ☎923-7102

令和元年度 人・農地プラン意見交換会

あなたの農地が未来の地域農業を救います

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、話し合いましょう。
 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



人・農地プラン・地区名	対象大字(農地所在地)	開催日時
石川地区	旧石川市地域(場所:石川地区公民館)	7月25日(木) 午後2時～4時
南風原地区	勝連南風原(場所:南風原公民館)	7月26日(金) 午後2時～4時
浜比嘉地区	勝連浜、勝連比嘉(場所:浜公民館)	8月2日(金) 午後2時～4時
宇堅港原地区	宇堅、赤野、田場(場所:田場公民館)	8月6日(火) 午後2時～4時
兼箇段地区	兼箇段、西原(場所:兼箇段公民館)	8月8日(木) 午後2時～4時
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、与那城屋敷名 与那城饒辺、与那城安勢理(場所:シビックセンター)	8月20日(火) 午後2時～4時
照間地区	具志川、与那城照間(場所:具志川公民館)	8月23日(金) 午後2時～4時
下原地区	前原、豊原、塩屋、川田、仲嶺、上江洲、高江洲、宮里、江洲(場所:高江洲公民館)	8月27日(火) 午後2時～4時
具志川北地区	天願、昆布、栄野比、川崎(開催場所:天願公民館)	8月28日(水) 午後2時～4時
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3日(火) 午後2時～4時
伊計地区	与那城伊計(場所:伊計公民館)	9月4日(水) 午後2時～4時
津堅地区	勝連津堅(場所:津堅公民館)	9月10日(火) 午後3時～5時

※台風等の際には、日程を変更する場合がありますのでお問い合わせください。※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。

【問】 農政課 ☎923-7607 農政課、市農業委員会 共催

都市政策課 ☎923-17620

「沖縄都市緑化祭inうるま市」サブテーマの募集について

10月4日(金)に開催される「沖縄都市緑化祭inうるま市」のサブテーマ(沖縄県チーム)を募集いたします。市民の皆さまの応募お待ちしております。

【応募資格】

市内在住または、在校・在勤の方

【応募期限】7月19日(金)

【申込方法】応募用紙に必要事項等を入力のうえ、郵送または、FAX、メール、都市政策課窓口または各市民窓口へ設置してある簡易応募箱へ応募ください。

※応募用紙は、市ホームページ、都市政策課窓口、各市民課窓口、健康福祉センターうるま、生涯学習・文化振興センターゆらてくにて配布しています。

※応募は、一人1点までとします。

【申込先／問】

都市政策課 ☎923-17620



かけがえない命と向かい合った保護司の物語

君の笑顔に会いたくて

洞口依子 | 寛 利夫
石丸謙二郎 | かとうかず子 | 雛形あさこ | 五代高之 | 土田 麻弥
監督・福田 中

上映日時	8月8日(木) 午後7時(開場午後6時30分)
場 所	うるま市民芸術劇場 響ホール
前売券	大人999円 身障者500円 小人500円(小・中学生)
主 催	うるま市女性団体連絡協議会
問	市民協働課 男女共同参画センター(うるま3階) ☎973-8927

【次回診断書提出予定年月日】

既にご案内されている 「次回診断書提出予定年月日」	変更後の 「次回診断書提出予定年月日」
平成31年7月	→ 令和元年7月以降の最初の誕生日
平成32年7月	→ 令和2年7月以降の最初の誕生日
平成33年7月	→ 令和3年7月以降の最初の誕生日
平成34年7月	→ 令和4年7月以降の最初の誕生日
平成35年7月	→ 令和5年7月以降の最初の誕生日
平成36年7月	→ 令和6年7月以降の最初の誕生日

市民課 年金係 ☎973-15498

20歳前の障害基礎年金を受給されている方へ

令和元年から「2つ」の届出が変更となります。

【所得状況届】が変わる。

これまで毎年「ハガキの所得状況届」を日本年金機構へ提出してまいりました。今後は、原則として提出の必要はありません。

① 提出が必要な方のみ
【障害状態確認届(診断書)】が変わります。
(提出が必要な方のみ)

② 用紙が送られてくる時期
これまでなら、6月末頃、日本年金機構から送付でした。今後は、**誕生日の3ヶ月前の月末**に送付となります。

※7月生まれの方は、従来の通り、7月末までに提出。

これまででは、7月末までに提出でした。今後は、誕生日の末までに提出となります。

青い羽根募金

農水産整備課 ☎923-7622

青い羽根募金は、海洋レジャーの事故や船の遭難といった海難事故に対し、人命救助と事故防止活動を行うための資金に活用されます。ご協力よろしくお願いします。



- 【期 間】7月1日(月)～8月31日(土)
- 【振込先】沖縄銀行 高橋支店 普通口座 1526329
- 【名 義】公益社団法人琉球水難救済会
- 【 問 】公益社団法人琉球水難救済会 ☎868-5940
※農水産整備課でも受付しております。

体育施設のネーミングライツ導入に係る施設提案型募集について

うるま市では、体育施設等に愛称を命名する権利(ネーミングライツ)の取得を希望する企業の皆様から、ネーミングライツの取得を希望する施設の提案を以下のとおり募集します。

- 【募集期間】 随時受付を行います。
- 【応募資格】 沖縄県内に本店、支店または営業所を有する法人
- 【提出方法】 メールまたはFAXで送信
- 【申 込 先】 FAX:923-7623 MAIL:kankou-ka@city.uruma.lg.jp
- 【お問い合わせ】 観光振興課 ☎923-7612 ※詳細は、市ホームページでご確認ください。

【問】問合せ先

うるま市民無料相談所の開設について

① 市民無料法律相談 【問】市民協働課 ☎973-5487

と き: 7月11日(木)、18日(木)、25日(木)
午後2時～午後4時
ところ: 本庁舎東棟1階 市民相談室(国民健康保険課 隣り)
※各日、8人まで予約できます。
※相談日の2週間前から予約が出来ます。
予約は、電話または市民協働課窓口で受け付けます。
(平日:午前8時30分～午後5時15分)

② 行政相談 【問】市民協働課 ☎973-5487

行政などへの苦情や意見、要望を受け、公正・中立の立場から、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。相談内容など秘密は守られます。
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 市民相談室(国民健康保険課 隣り)
※都合により日程を変更することがあります。

③ 人権相談 【問】市民協働課 ☎973-5487

いじめや嫌がらせ、差別、偏見など人権に関する相談を行います。相談内容など秘密は守られます。
と き: 7月23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)
※都合により日程を変更することがあります。

④ 家庭児童相談 【問】児童家庭課 ☎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 児童家庭課

⑤ 女性相談 【問】児童家庭課 ☎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8時30分～午後5時
ところ: 本庁舎東棟2階 児童家庭課

生涯学習スポーツ振興課 ☎989-13110

① B&Gグリーンフェスティバル 海洋スポーツ普及大会

海洋性スポーツ体験を通し、水辺地域の環境保全の意識付けと青少年の健全育成を図ることを目的に『B&Gグリーンフェスティバル海洋スポーツ普及大会』を開催します！多くのご参加をお待ちしております。
【日時】 8月11日(日) 午後1時から
【場所】 海中道路海の駅あやはし館周辺海面
【参加料】 500円/人(保険料含む)
※その他シャワー代金等は自己負担
【定員】 300名
【服装】 水着・Tシャツ・短パン等の水に濡れてもよい服装
【申込方法】 当日会場にて申込み。
【問】 生涯学習スポーツ振興課
☎989-13110

② うるま市学童水泳大会

学童相互が水泳を通して、健康な身体づくりとスポーツマンシップを養い夏休み期間中の青少年健全育成に努めることを目的に、「うるま市学童水泳大会」を開催します！
【日時】 7月20日(土)午前9時から
【場所】 石川プール
【対象】 市内在住の小学生
【参加料】 100円/人(保険料含む)
【申込期間】 6月10日(月)～7月12日(金)
【申込方法】 生涯学習スポーツ振興課(眞志川総合運動公園管理事務所)に申込書及び参加料を提出。
【問】 生涯学習スポーツ振興課
☎989-13110



③ 成人初心者ゴルフ教室

『成人初心者ゴルフ教室』開催します！
【日時】 8月5日(月)～9月9日(月)
午後7時～午後9時 毎週月・水(計10回)
【場所】 美原ゴルフレンジ
【定員】 25名
【対象】 市内在住の成人でゴルフ初心者
【参加料】 500円(保険料含む)
※ボール代として千円を毎回徴収。
【申込期間】 7月1日(月)～7月26日(金)
【申込方法】 生涯学習スポーツ振興課に申込書及び参加料を提出。
【申込先/問】 生涯学習スポーツ振興課
☎989-13110



消費生活トラブルのご相談は…

188は、全国共通の電話番号「消費者ホットライン」です。

例1 メールで身に覚えのない高額な請求が届き困っている。

例2 相手方にしつこく迫られたので契約したが解約したい。

例3 アパート・借地の賃借契約の内容に納得できない。



うるま市 市役所東棟1階 ☎番窓口 消費生活センター

〈開業時間〉 役所開庁時迄のみ
平日9:00～16:00

〈直通電話〉
098-973-5692

TEL. 188



沖縄高専体験授業

うるま市・金武町・宜野座村の小中学生を対象に沖縄工業高等専門学校で体験授業を行います。授業を通して、楽しみながら科学への興味、面白さを体験しませんか？

2019

授業内容

対象	定員	授業テーマ	担当学科
小学4年生から中学生	45	①プログラミングの基礎を学ぼう	メディア情報工学科
小学4年生から中学生	30	②プログラミング de ロボット対戦	情報通信システム工学科
小学4年生から中学生	30	③2進数に挑戦	情報通信システム工学科
小中学生	40	④ミクロの世界を観察しよう	生物資源工学科
小中学生	30	⑤光糸電話や光マイクを作ろう	情報通信システム工学科
小中学生	20	⑥昆虫標本を作ろう	生物資源工学科
小学生のみ	30	⑦船の工作教室	機械システム工学科
小学生のみ	30	⑧おもちゃで笑顔を作ろう！	機械システム工学科
小学生のみ	30	⑨雲とロケットを作ろう！	広報学生グループ

8/18(日) 10:00~12:00 (体験授業90分、校内見学30分) **小中学生対象!**
【場所】沖縄工業高等専門学校

参加費 無料

【申込期限】

8/7日(水)17:00まで

【申込方法】

メールまたはFAX

※申込用紙は、うるま市役所産業政策課HPに掲載しています。
※参加決定の有無は、後日申込者へ通知します。

当日は、うるうらら・金武タームくん・ぎ〜のくんもお待ちしております☆



※当日は、うるま市役所本庁舎・金武町役場・宜野座村役場から沖縄高専へのマイクロバスを用意しています。
※体験授業へのお申込みは先着順となります。
※保護者の付添も可能です。
※小学3年生以下のお子さまは、保護者等付添の上ご参加ください。

7/27日(土) 沖縄高専 オープンキャンパス開催!

小学生でも体験できる内容がもりだくさんです。詳細は、沖縄高専HPをご確認ください。



男女共同参画コーナー どーおもおう?

ハニワのきもち



どうして制服は選べないんだろうね。

市民協働課
(男女共同参画センター)
☎973-8927

【申込先・お問合せ】うるま市役所 産業政策課 産業政策係 (環金武湾振興協議会事務局)
Mail:sangyou-ka@city.uruma.lg.jp TEL:098-923-7611 FAX:098-923-7623
主催 環金武湾振興協議会(構成団体 うるま市・金武町・宜野座村)

【問】問合せ先

ご寄付ありがとうございます。

うるま市育英会へ

◆ 石川 栄子 様 (石川白浜)より 5万円の寄付

うるま市社会福祉協議会へ

◆ 上 間 太 精 様 (名護市宮里)より 1万円の寄付

◆ 石川 栄子 様 (石川白浜)より 5万円の寄付

◆ ライムライト歌謡クラブ 様 (宮里)より 234,690円の寄付

第15回 沖縄県新規就農相談会

新たに農業開始を希望する方や農業法人等へ研修を希望する方を対象に、情報提供やアドバイス、農業法人等への就職マッチングを行うため開催します

【日時】 8月4日(日) 正午～午後3時30分
 【場所】 うるま市生涯学習・文化振興センターゆらてく
 【対象】 新たに就農をする者や農業法人等に就職・研修を希望する者

【お問い合わせ】

公益財団法人沖縄県農業振興公社 ☎882-6801
 一般社団法人沖縄県農業会議 ☎889-6027

危険物取扱者試験 danger

試験日：8月18日(日)
 試験の種類：甲種、乙種(第1類～第6類)、丙種
 願書受付期間：7月11日(木)～7月19日(金)
 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
 お問い合わせ先：(一財)消防試験研究センター沖縄県支部
 TEL 941-5201
 ホームページ <http://www.shoubo-shiken.or.jp>
 ※電子申請もあります。詳しくはホームページをご覧ください!

うるま市の人口	令和元年6月1日現在		前月比
	人口	増減	
	124,133人	+70	
	男 62,361人	+36	
	女 61,772人	+34	
	世帯数 52,945世帯	+93	

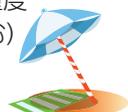
消防活動状況	令和元年5月現在 ()は平成31年1月からの累計	
	件数	増減
	救急出動件数 535件	(2,756件)
	搬送人員 483人	(2,509人)
	火災件数 4件	(19件)

参加者募集! 『夏・ドキドキビーチ体験』

在宅の障がい者(児)を対象に、海洋レジャー体験及び海水浴体験を実施します。



【日時】 8月4日(日) 午前10時～午後1時30分
 【場所】 与那城海中道路海岸(海の駅あやはし館隣)
 【対象】 市内在住で在宅の障がい者(児)で、海洋レジャーを体験するうえで健康上支障のない方。(重度障害者:身障手帳1・2級肢体不自由含む)
 【定員】 50名 【参加料】 無料
 【申込期限】 7月9日(火)～22日(月)
 【申込方法】 参加申込書を社会福祉協議会へFAX又は持参。
 【申込先問】 市社会福祉協議会 ☎973-5459 FAX:974-5306



自衛官募集のご案内

募集種目(採用試験)

種目	受験資格	受付期間	試験日(1次)
航空学生	航空自衛隊は高卒(見込)21歳未満 海上自衛隊は高卒(見込)23歳未満	7月1日～9月6日	9月16日(月)
一般曹候補生	18歳以上(高卒見込も含む。) 32歳未満	7月1日～9月6日	9月20日～22日
自衛官候補生(男子)	18歳以上(高卒見込も含む。) 32歳未満	7月1日～9月6日	9月20日～22日
自衛官候補生(女子)	18歳以上(高卒見込も含む。) 32歳未満	7月1日～9月6日	9月20日～22日

【お問い合わせ】 自衛隊沖縄地方協力本部
 沖縄募集案内所 ☎937-1608

海上保安学校学生採用試験のご案内

【受験資格】
 ・2019年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した翌日から起算して5年を経過していない者
 ・2020年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者等

【試験日】 第1次試験：9月22日(日)
 【申込み方法】 インターネット・書簡

【受付期間】
 インターネット：7月16日(火)～25日(木)
 郵送・持参：7月16日(火)～18日(木)



【お問い合わせ】 中城海上保安部 ☎938-7118

「うるま」の
未来を創る



私がやるんだ。

令和2年度採用
うるま市職員募集

第1次
試験日

9月22日(日)

受付期間

7月23日(火)～8月1日(木)

※郵送による申し込みの場合は、8月1日までの消印があるものまで受け付けします。

募集職種
試験区分

- ・行政職（上級・中級・初級）
- ・行政職（社会福祉士）
- ・技術職（建築、土木）
- ・行政職（身体障がい者対象）
- ・保育士
- ・幼稚園教諭職
- ・消防職（初級、救急救命士）

要項・申込書
配布場所

うるま市役所 本庁舎（東棟ロビー、西棟職員課）及び各出張所
7月17日（水）より配布（ホームページよりダウンロード可）開始します。
試験の詳細は、試験要項にてご確認下さい。

お問い合わせ先

職員課 ☎973-5251

詳しくは、こちらのQRコードから市のホームページをチェック

