



くらしの情報

市民の皆様へのお知らせ



令和7年度 保育サポーター養成講座 (前期)受講生募集!



申 うるま市ファミリーサポートセンター
☎070-5699-6733 ☎098-974-9378

●実施日程

①7/16(水) ②7/23(水) ③7/30(水)
④8/6(水) ⑤8/19(火) ⑥9/3(水)

●時間 10:00～17:00

●場所 うるみん3階視聴覚室

●対象 ①20歳以上でうるま市在住の方 ②講習会全日程受講可能な方 ③受講終了後活動(自宅や依頼者宅で子どもの世話)をしていただける方

●募集人数 先着20名 ●受付開始 5/12(月)～

●資料代 1,000円※援助会員登録の際に写真2枚(縦3cm×横2.5cm)が必要です。



令和7年度シニア大学事業受講生募集

申 生涯学習文化振興センターゆらてく ☎923-1571

令和7年度うるま市シニア大学事業に参加を希望する方を募集します。シニア大学は高齢者層の方々が、本事業を通して知識や教養を身に付け、生きがいと健康づくりを図る事業です。令和7年度中に8回程度の講座を開催します。

●定員 20名 ●受講料 原則無料

●対象者 うるま市に住所を有する者で60歳以上の方(令和7年度中に60歳到達者を含む)

●申込期間 5/13(火)～30(日)
9:00～17:00(月土日祝除く)

●申込方法 入学申込書に必要事項を記入し、ゆらてくに提出。(申込書はゆらてく窓口または地区公民館にて取得できます。(石川・勝連))

3月分寄付者名簿

令和7年3月1日～
令和7年3月31日



- | | | | |
|----------------|---------------------|-------------|-------------|
| カラサワ | マサユキ | | |
| ●唐澤 | 雅幸 | 様(具志川)より | 5千円の寄付 |
| カネシロ | マサカズ | | |
| ●兼城 | 正一 | 様(安慶名)より | 5万円の寄付 |
| オキナフシヨウ | | | |
| ●沖縄食糧(株) | | 様(浦添市勢理客)より | お米券の寄付 |
| カミウテン | ヒデオ | | |
| ●上運天 | 秀雄 | 様(川崎)より | 10万円の寄付 |
| | ショウコウカイ | | |
| ●うるま市商工会 | | 様より | 20万円の寄付 |
| ソケン | セイコウ | | |
| ●祖堅 | 正光 | 様(屋慶名)より | 240,284円の寄付 |
| | ソラ | | |
| ●ひがしの大空こども園 | | 様より | 10,508円の寄付 |
| シマブクロ | スミコ | | |
| ●島袋 | | 様(宇赤道)より | 5千円の寄付 |
| | シヤコウインシヨウギョウクミアイ | | |
| ●うるま市社交飲食業組合 | | 様より | 5万円の寄付 |
| | ドボクソクシヨウセツキイギョウシヤカイ | | |
| ●うるま市土木測量設計業者会 | | 様より | 1万円の寄付 |



お塩ひかえめ教室 参加者募集



申 健康支援課 ☎973-3209

お塩ひかえめは特別なことじゃない!塩の役割、とり方を知り、簡単でおいしい料理を作って味わう充実の3時間!ぜひお気軽にどうぞ♪

●日時 6/7(土)10:00～13:00 ※9:30受付開始

●場所 うるみん3階調理室

●対象 19～74歳のうるま市民

●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上記QR
※①②は土日祝日を除く

●申込期間 5/7(水)～30(金)17:00※定員に達し次第締切



キックボクササイズでボディメイク 【国保加入者福利厚生事業】



申 健康支援課 ☎973-4960

エクササイズ風キックボクシング!ペアのミット打ちで楽しくフィットネス!一緒にストレス解消しませんか?

●日時 6/7～7/26 10:00～11:30 毎週土曜

●場所 うるみん1階スタジオ ●定員 14名

●参加料 無料

●対象 ①19歳～74歳のうるま市国保加入者

②令和6年度健診受診者、令和7年度健診受診予定者

③運動制限のない方 ※未就学児託児あり(要予約)

●持ち物 タオル、飲み物、室内シューズ、軍手、筆記用具

●申込期限 5/30(金)まで※定員に達し次第締切

●申込方法 お電話、窓口、または上記QRから



国民年金に関して「不審な電話や訪問」 にご注意ください

問 市民課 国民年金係 ☎973-5498

【これまでに寄せられた不審な電話】

自動音声ガイダンスにより日本年金機構や年金事務所を名乗り、「手続きしないと年金の支給が止まる」等と流れ、ダイヤル操作や折り返しの電話を促す。

ここがポイント!!

・自動音声ガイダンスにより年金の支給停止や差し止め等のご案内をすることはありません。ダイヤル操作や折り返し電話をしないようにご注意ください。

・特に見覚えのない国際電話の番号等については出ない、折り返さないようにご注意ください。

・電話や訪問により、預貯金額や口座番号、職業や家族構成などの個人情報をお聞きすることはありません。