

特集

備えあれば憂いなし。
いつ起こるか
分からない災害



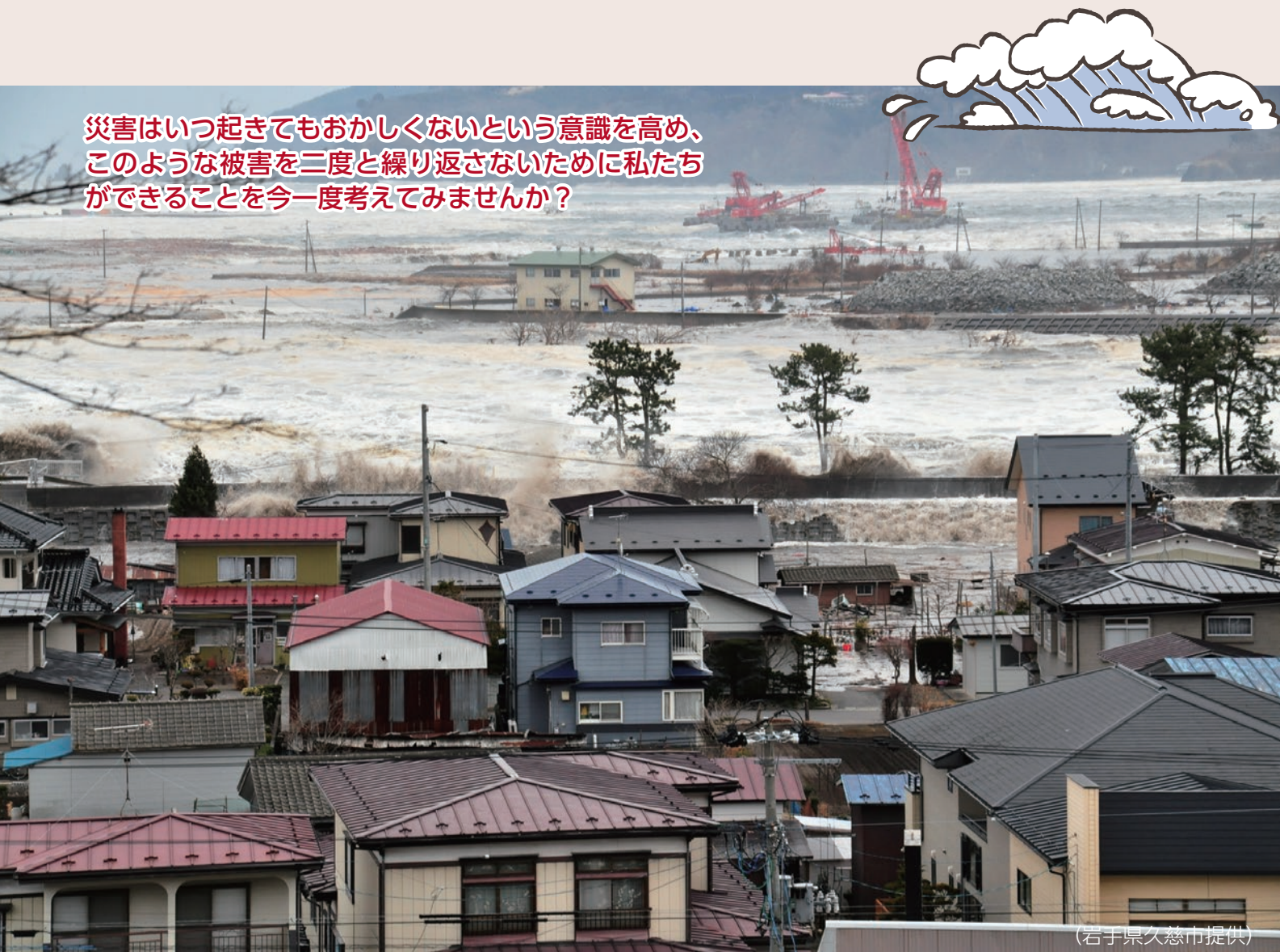
大災害はいつ起きてもおかしくない

→沖縄県は地震が来ないはずがい!!

今から250年前以上前の1771年石垣島近海でM(マグニチュード)7.4の地震が発生しました。この地震で八重山地方全体で約12,000人が死亡しています。長い歴史で見ると大地震は約200年～400年ごとに繰り返してきており、2022年には震度1以上の観測した地震の

回数は沖縄が全国第9位の多さとなっています。また、2011年3月11日午後2時46分に東北地方の太平洋沖を震源として、発生したM9.0の超巨大地震では、死者19,775人、行方不明者2,550人(令和6年3月8日、総務省消防庁発表)の被害が出ました。

災害はいつ起きてもおかしくないという意識を高め、このような被害を二度と繰り返さないために私たちができることを今一度考えてみませんか？



地震が発生したら

まず地震が発生したら安全確保行動「まず低く、頭を守り、動かない」が原則です。地震から身の安全を確保したら余震にも注意しつつ、次に備えなければならないのは「津波」です。



(岩手県久慈市提供)

避難訓練 してみた!!

今回は、地震発生から15分以内の津波到来を仮定し、実際に避難訓練をしました。「守るべきものは命だけ」を意識!!

ダイジェスト
動画もチェック



(うるま市防災ハザードマップ抜粋)

条件

時間帯:平日の勤務中
天気:雨
服装:かりゆし/スカート/パンプス
運動:運動の習慣はない
早歩きで避難

大津波警報発表!

スタート

赤崎第二公園出発
(海拔 2M)

約4分

石川赤崎サンエー
(海拔 6M)

約8分

つくしこども園
付近到達
(海拔 29M)

<心得>

とにかく身一つで高台へ避難する。過去の災害から倣うように津波警報・大津波警報時は大渋滞が予想され、避難行動要支援者を除けば原則徒歩避難です。日頃からハザードマップなどを確認し、高台へのルートを確認しておくことが大切です。

訓練に参加した事業者を紹介

津波防災の日にあたる11月5日に地震・津波避難訓練を行いました。訓練に参加した事業者から話を聞きました。

訓練が園児の命を救う

石川三育保育園
くによし なおと
国吉 直人 園長

普段の防災訓練の取組みが、警報発表時でも活かしました。防災ずきん・くつを教室の分かりやすい場所においてるので、慌てず避難することができました。



連絡網・情報共有を徹底しておく

社会福祉法人与勝福祉会 特別養護老人ホーム
やましろ あかし
与勝の里 山城 証 施設長

組織規模が大きいからこそ、いざという時に慌てないよう予め指揮系統を明確に定めています。災害時には日頃使い慣れたLINEのグループ機能を連絡手段として使っています。



【災害は起こってからでは遅い!】

これまでの災害では多くの尊い命が地震・津波によって失われました。私たちがその命を無駄にしないためには「いつ起こるか分からない」災害に備えることです。避難場所の確認や家族との決め事、地域の避難訓練の参加などにより被害を最小限に抑えることができます。災害はいつも突然です。発災時に慌てないためにも、今できることから始めてみませんか？



9/25 学童関係者向け防災講座！ ～人が死なない防災の実現～

地域防災マネージャーなど防災分野で多岐に渡り活躍している賀数淳氏を招いて、保育関係者を対象とした防災講座を実施しました。賀数氏は東日本大震災などの被災地に何度も足を運んだ経験をもとに災害の恐ろしさを中心に命を守る行動について語りました。



9/25 与那城漁協より ミジュン“300kg”の寄附

与那城漁業協同組合より、市内のこども食堂に、今期水揚げされたミジュン(イワシ) 300kgの寄附がありました。いただいた新鮮なミジュンを居場所支援者が丁寧に処理し、美味しく調理。こどもたちはミジュンがおいしいごはんに変身する過程を楽しみました！



10/9 2本の縄をかってよく跳んで魅せる うるまから翔け！目指すは全国制覇

2本の縄を飛びながら様々な技を披露する競技ダブルダッチのチームRYUKYU JUMP ORIONに所属する市内小・中学生が、全国大会へ出場が決定し、その報告に訪れました。10月のエイサー祭りでも会場内でダブルダッチを披露しており、市内で積極的に活動されています。



10/9 あげなジャイアンツ 強豪を倒して九州制覇!!

第37回福岡市教育長杯争奪少年野球大会において、九州の各県から代表が集う中、うるま市の「あげなジャイアンツ」が優勝し、全50チームの頂点に立ちました。決勝では、福岡市代表の「長丘ファイターズ」を12-7の乱打戦で制し、打線の強さを発揮して勝利しました。



10/1 (有) 協進より 今年もあたたかい寄附をいただきました。

(有)協進より、こども支援団体4団体と、市エイサーまつり実行委員の計5団体に計50万円の寄附金をいただきました。未来を担うこども・若者のために、9年連続で支援活動が続けてくださっています。寄附金は活動資金として大切に活用します。いつもご支援ありがとうございます。



10/2 「第37回全島獅子舞フェスティバル」へ 明治安田より助成金贈呈

明治安田生命保険相互会社沖縄支社^{はちや いちじょう}を代表して八矢 一城様より、全島獅子舞フェスティバルの趣旨に賛同し、事業へ活用してほしいと170,000円を助成していただきました。「第37回全島獅子舞フェスティバル」の事業費へ充当いたしました。



10/15 中学生フォーラム @ゆらてく ～思いやりの心を持って 仲間と支え合って 幸せをきずこう！～

市内小中学校の生徒会役員や児童会役員等が参加した中学生フォーラムが開催され、中学校5校の実践報告や参加者が10班に分かれて協議が行われました。今後、各学校において今回のフォーラム参加を踏まえ、自校がよりよくなるために、さまざまな実践を進めていきます。



10/15 やまぐすく茶を知ろう!体験しよう! 兼原小学校5年生特別研修

兼原小学校5年生が市特産品「やまぐすく茶」の授業に参加！クイズや動画で歴史や特徴を楽しく学び、他のお茶と飲み比べることで香りや味の違いを感じ理解を深めました。この授業はかりゆし塾36期2班が主催し、株式会社TettohCoffee、株式会社沖縄伊藤園も協力し実施しました。



10/3 久貝一心！ 全国高校総体優勝！世界選手権へ！

高江洲中出身の久貝一心選手(北中城高3年)が8/2に鳥取県で開催された全国高校総体 自転車競技男子ケイリン決勝で、他を寄せ付けずに優勝！また、オランダで開催された世界選手権にも出場しました。「世界の高い壁を感じながらも、挑戦したい」と決意を語りました。



10/12 第3回うるま市かけっこ・ リレーカーニバル

新しくなった与那城陸上競技場で「第3回うるま市かけっこ・リレーカーニバル」が開催されました！ちびっこから60代まで、約400名が参加し40代女子100mでは新記録も樹立！一般のリレーの部では、保護者チームも出場し会場は大いに盛り上がりました！



10/12 唯一無二の運動会！ 津堅小中学校動画公開

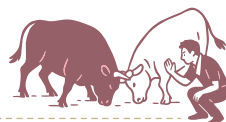
津堅小中学校の運動会が面白い！全校生徒11名のこどもたちの笑顔が見たいと、地元のうみんちゅや島内外から多くの人が参加し盛り上げます。本島からもあげな中学校ほか多数の小中学生が駆けつけ、心温まる大きな運動会になりました。動画を公開します。ご覧ください。



11/2 感動産業特区アンバサダー第2号に！ 闘牛実況アナウンサー伊波大志氏

全国闘牛サミットで、闘牛実況アナウンサー伊波大志さんを「うるま市感動産業特区アンバサダー」に認定しました。伊波さんは「当市が誇る文化である闘牛の魅力を県内外さらには世界に発信したい」と語りました。アンバサダーとして、うるまのありのままの感動をPRしていきます。

第28回全国闘牛サミットinうるま市 全国各地から闘牛関係者集まる！



「全国闘牛サミット」は、闘牛の貴重な伝統文化を有する市町村が一同に会し、伝統資源を活かした個性豊かなまちづくりを図ることを目的としています。岩手県・新潟県・愛媛県・島根県・鹿児島県・沖縄県の6県9市町村から「闘牛」を開催している市町村と全国の関係団体が多数集まりました。熱い思いを持った関係者らが伝統継承のための現状や課題を共有し、一層熱を帯びた闘牛大会は大いに盛り上がりました！



ヨカチャーFES－地域がつくる地域のためのイベント－ 大盛況でした!!



運営も演者も観客も、地元カラーでいっぱい「ヨカチャーFES」!! 途中大雨に見舞われましたが、祭りを盛り上げたいとの思いは止みません。集まった多くの人々で会場は埋め尽くされました。ミラヨカ(与勝地域のこどもたち)のアイデア企画や熱い思いが溢れたイベントでは「スタッフ用のもずくそば無料ブース」も設置され、ハートフルな2日間になりました。うるま市のイベントは、地元パワーで盛り上がるんだ!!



問 観光・スポーツ課 ☎923-7612

令和8年度市県民税の申告について

※申告書が届いていなくても、申告が必要な場合があります。

(市県民税の申告は、令和8年1月1日時点の住所地の市町村にて行ってください。)

【未申告により影響が出ることが想定される各種行政サービス】

- | | |
|--------------------------------|-------------------|
| ①国民健康保険、後期高齢者医療保険、介護保険へ加入している方 | ⑤障がい福祉サービスに関する手続き |
| ②児童扶養手当の支給 | ⑥就学援助の審査 |
| ③保育料等の算定 | ⑦所得証明書等の発行が必要な方 |
| ④公営住宅の入居手続き | |



●上記に記載されていない場合もありますので、詳しくは各担当課へお問合せください。

1 国民健康保険加入の方や、その他行政サービスを利用の方

国民健康保険加入世帯の方は、収入がゼロの場合でも申告をしていただく必要があります。国民健康保険税は前年の所得を基に決定します。世帯の中に所得が不明の方がいると、本来の保険税額より高く計算される可能性があります。また、国保給付(高額療養費の支給など)についても、正しく受けられなくなる場合があります。

また、その他行政サービスを利用の方につきましても、未申告の場合に影響が及ぶため、期限内の申告をお願いします。

2 前年中の所得が年金のみの方

前年中の所得が年金のみの方は、年金機構からの源泉徴収に基づき課税を行うことから、申告不要となります。しかし、年金所得のみの方でも、扶養や控除の追加がある場合は、申告が必要です。



Q1 去年は申告書が届いていないが今年が届いた。申告書を提出する必要があるか。

A1. 去年中に収入がある方や、国保・後期高齢・介護保険加入者、障がい福祉サービス等を利用の方、公営住宅の入居手続きが必要な方、児童扶養手当や保育所等を利用の方など、各種行政サービスを利用の方は申告が必要です。

Q2 配偶者の税の扶養に入っているが、収入がゼロでも申告が必要なのか。

A2. 収入がゼロの場合でも、国保・後期高齢・介護保険加入者、障がい福祉サービス等を利用の方、公営住宅の入居手続き、就学援助の申請、その他福祉サービスまたは所得証明書等の発行が必要な方は申告してください。

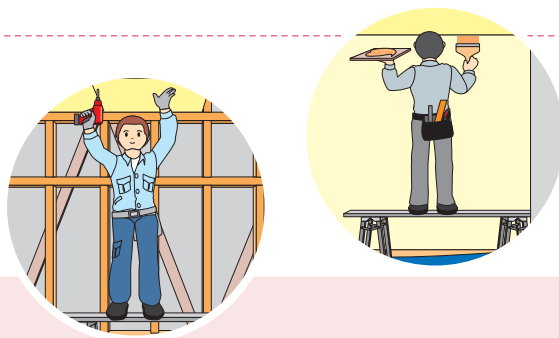
申告については
こちら→



問 市民税課 ☎973-5382

沖縄の米軍関連施設で石綿(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工作中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、石綿起因性肺がん、
良性石綿胸水、びまん性胸膜肥厚

労災保険給付・特別遺族給付金の対象とならないことが確認できている方は、独立行政法人環境再生保全機構(☎0120-389-931)またはお近くの保健所に救済給付についてご相談ください。

沖縄の米軍関連施設で石綿にさらされる仕事をしていた方については、一般社団法人 沖縄駐留軍離職者対策センター(☎098-923-0151)においてもご相談を受け付けております。



詳細は
こちらから

問 沖縄監督署 ☎098-916-6335 沖縄労働局労働基準部労災補償課 ☎098-868-3559

国際電話番号による詐欺にご注意！ 特殊詐欺が急増中！出てもかけてもダメ！

☎ +1 や ☎ +44 などから始まる番号、

例えば +1312345678
+44698765432

このような表示の電話には出ない、
かけ直さないよう、
ご注意ください。

海外との電話が不要な方は、発信・着信を無償で休止できます。今すぐお申込みを！
※固定電話・ひかり電話が対象です。その他にも一定の条件がありますので、詳しくはお電話でご確認ください。



お申込み・お問合せ

国際電話不取扱受付センター
☎0120-210-364 (通話料無料)
取扱時間
オペレータ案内
平日9:00～17:00
自動音声案内
平日、土日祝24時間

詳細はこちら▶



問 うるま警察署 ☎098-973-0110

ちゃ〜がんじゅう!!健康まると測定会

健康維持や体の状態を知るための測定会を開催します！
様々なチェック項目のほか、健康・栄養相談等も実施！
この機会に自分自身の健康を見直してみませんか？

【検査項目】



・zaRitz測定
(筋力量・バランス能力測定)
・握力測定
・歩行能力テスト
・骨密度測定

・血管年齢測定
・ベジチェック
・脳活チェック
・健康・栄養相談
・お口の健康相談 他

参加費
無料!!



日時 12/17(水) 9:30～13:00

場所 石川保健相談センター

対象 うるま市在住の65歳以上の者

申込 不要 ※時間帯によっては混雑し、待ち時間が
出てくる可能性もございます。あらかじめご了承ください。

動きやすい服装で
お越しください！



問 健康支援課 ☎973-3209

带状疱疹予防接種

带状疱疹予防接種では、組換えワクチンか生ワクチンを使用します。組換えワクチンは、原則2か月の間隔をあけて2回接種します。ご希望の方は、来年1月末までに1回目の接種が必要です。実施期間を過ぎてからの接種は助成対象外となり、全額自己負担となります(1回約23,000円)。



- 実施期間 R8/3/31(火)まで
- 場所 指定医療機関
- 対象(年度年齢)
 - ①65・70・75・80・85・90・95・100歳以上の方
 - ②60～64歳で、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)
- 接種回数 組換えワクチン2回
/生ワクチン1回
- 自己負担 組換えワクチン(1回)11,000円
/生ワクチン4,000円
※生活保護受給者は免除。

新型コロナ定期接種

うるま市では新型コロナ定期接種を実施しています。接種する際は案内ハガキが必要です。ハガキがお手元がない方、実施期間中に対象となる方で接種をご希望の方は、健康支援課までご連絡ください。なお、実施期間中に対象となる方は、誕生日の前日から接種が可能になります。



- 実施期間 R8/2/28(土)まで
- 場所 指定医療機関
- 対象
 - ①65歳以上の方
 - 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)
- 接種回数 1回
- 自己負担 7,000円
※生活保護受給者は免除。

带状疱疹予防接種・新型コロナ定期接種は、接種を受ける法律上の義務はなく、指定医療機関(带状疱疹・コロナ)自らの意思で接種を希望する方に行うものです。



問 健康支援課 感染予防係 ☎979-0950

うるま市に **いっくるクリニック**

12/1 小児科 OPEN!!

きゃんメディカルプラザ

- 平日は夜20時まで診療
- 日曜・祝日も診療
- 日曜午後にワクチン接種外来
- 18歳(高校3年生)まで受診可
- WEB予約・WEB問診で待ち時間短縮

いっくるクリニック
〒904-2225
うるま市喜屋武384-3-2
きゃんメディカルプラザ4階
☎098-979-5366

詳細はこちら

うるまの「いいもの」を、大切な人へ

今年も一年が終わり
そして、新たな一年が始まります。
お世話になった大切な方に送る逸品に、
うるまならではの味、技、想いが
詰まったギフトを。
贈る人も、受け取る人も笑顔になれる、
そんな品々を取り揃えました。

うるまのお歳暮

うるマルシェにて販売決定!!

販売期間 R7.12月13日(土)～R8.1月3日(土)

一部事業者の商品は、各店舗での販売となります。
詳細は、うるま市商工会WEBサイトに

うるま市商工会 WEB

2025年冬

info **こどもとの愛着をはぐくむ『スキンシップ』**

～愛着とはなんだろう?～

愛着とは、ママやパパなどこどもの身近にいるお世話をしてくれる人との間に築く、心のきずなのことです。
愛着によって、こども自身が「自分は愛されている、守られている」と安心でき、新しい経験にチャレンジできる意欲と力が身につきます。

～笑顔でスキンシップ、とっていますか?～

スキンシップで肌が触れ合うことで、脳から幸せホルモンと呼ばれる『オキシトシン』が分泌されて、愛着をはぐくむことができます。

5つの愛着パワー

- 周りの人と協力する力
- 自分を大切にする気持ち
- 自信・達成感 立ち直る力(レジリエンス)
- 自分の考えや思いを伝える力
- 進んで学び考える力

年齢別 スキンシップのご紹介

年齢別	スキンシップのご紹介
《0～3歳》	・抱っこ ・おむつ交換 ・手遊び ・マッサージ
《4～6歳》	・抱っこ ・読み聞かせ ・体を使った遊び ・添い寝
《小学生》	・膝にさせる ・頭をなでる ・ハイタッチ ・ハグ
《中高生》	・一緒に料理をする ・ハイタッチや肩に触れる

こどもに合ったスキンシップを見つけよう!!

★年齢によって変化する『心地よい距離感』や、こどもの『気持ちに寄り添い安心できる』スキンシップの方法を工夫してみましょう。

問 子育て包括支援課 ☎989-0220

info **ちょっとした応急手当術**

今回は、成人の「異物除去編」を紹介いたします。

これはチョークサインといって、世界共通、ノドに何かが詰まって苦しいということを示すポーズです。

反応がある場合 傷病者自身に咳をさせる

傷病者が声を出せず、強い咳ができない場合

- ・周りの人に119番通報を依頼
- ・異物除去を実施

○背部叩打法
手の付け根で肩甲骨の間を力強く連続して叩きます。

【注意】
妊婦さんに腹部突き上げ法を行ってはいけません。
※腹部突き上げ法により異物を除去した後は救急隊に伝える、またはすみやかに医師の診察を受ける。

○腹部突き上げ法
腕を後ろから抱えるように回します。片手で握りこぶしを作って、その親指側を傷病者のへそより少し上に当てます。その握りこぶしの上を、もう一方の手で握って、素早く手前上に向けて圧迫するように押し上げます。

反応がない場合

- ①119番通報を行う
- ②AEDが近くにあれば取りに行く
- ③すぐに心肺蘇生法を行う。

胸骨圧迫の間に異物が出てくることもあります。心肺蘇生法中に異物が見えたら取り除いてください。

問 警防課 ☎975-2006

うるま市畜産業経営安定支援事業補助金

～飼料価格高騰に直面する畜産農家を支援します～

国際情勢の影響による飼料価格高騰が続いているため、経営の安定化を目的とした家畜飼料に係る経費の一部を補助します。対象の畜産農家は生産振興課へご相談ください。

対象者	1. 市内に住所を有する畜産農家、または市内に主たる営業所を有する農業生産法人 2. 補助金交付後、1年以上継続的な畜産業を営む意思がある方 3. 国税・県税・市税の滞納がない方 4. 家畜排せつ物法・家畜伝染病予防法等、関係法令を遵守している方 ※他に要件あり。詳細は市HPをご確認ください。
支援内容	補助対象▶令和7年4月1日～12月31日に購入した家畜飼料費 ●配合飼料 ●穀物由来の単体飼料(小麦・トウモロコシ・大豆) 補助額▶購入量1tあたり4,000円以内(400万円を上限。)>1t未満については切捨てます。
申請期間	令和8年1月5日(月)～令和8年2月13日(金)
申請方法	対象の畜産農家は以下の書類をご準備いただき、うるま市役所生産振興課へ提出してください。 ①交付申請書(用紙は生産振興課窓口もしくは市HP) ②誓約書兼同意書(用紙は生産振興課窓口もしくは市HP) ③対象月の家畜飼料の購入量が確認できる書類の写し(明細書など) ④完納証明書(市税、県税及び国税) ⑤営業実態が分かる書類の写し(畜産農家である証明) 詳細はこちら市HP▶



問 生産振興課 ☎923-7616

年末・年始 ごみ収集日、し尿汲み取り日のご確認を。

年末年始の大掃除は計画的に実施し、一度に大量に出さないようにお願いします。

年末年始のごみの収集について

家庭ごみの収集

- ▶年末は12月31日(水)まで収集します。
- ▶年始は1月5日(月)から収集します。



自己搬入

- ▶自己搬入は12月31日(水)午後3時まで搬入できます。なお、搬入する場合は12月26日(金)午後3時までに、粗大ごみ受付係(西棟地下1階)にて搬入申請を行ってください。
- ▶自己搬入ごみは、正しい分別をしたうえで、粗大ごみ受付係(西棟地下1階)までお越しください。また、ごみは1点ずつ確認する必要がありますので、大量のごみはご遠慮くださいますようお願いいたします。

粗大ごみに関して

- ▶粗大ごみに関しては、お電話でお問い合わせください。年末の粗大ごみの自己搬入も12月26日(金)午後3時までに、粗大ごみ受付係(西棟地下1階)にて申請を行ってください。
- お問合せ番号: ☎974-6164
- お問合せ時間: 平日(公休日・年末年始を除く) 午前8時30分～午後4時30分(正午から午後1時を除く)

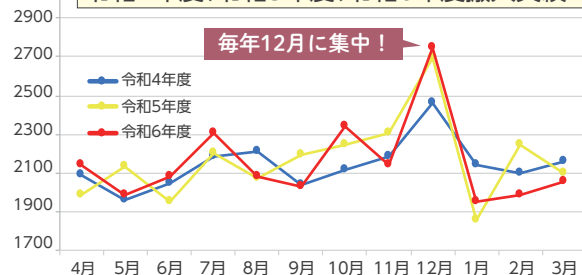
年末年始のし尿汲み取りについて

- ▶具志川地区、与那城地区、勝連地区は12月30日(火)まで汲み取りを行います。(汲み取り業者へ確認ください)
- ▶石川地区は12月26日(金)まで汲み取りを行います。
- ▶年始は1月5日(月)から汲み取りを行います。

し尿処理施設からのお願い

中部衛生施設組合(長尾苑)では、毎年12月に搬入が集中し計画的な処理が出来ません。12月に搬入が集中しないよう汲み取り清掃依頼のご協力よろしくお願いします。

令和4年度、令和5年度、令和6年度搬入実績



問 環境政策課 ☎973-5594



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
12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

イベントの詳細はこちらから

中央図書館 974-1112

クリスマスおはなし会～音楽と絵本のひととき～

講師 ライリッシュ・オカリナ連盟 FairySoil

日時 12/20(土) 11:00～

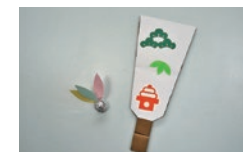
親子工作教室「ダンボールで羽子板を作ろう！」

日時 12/27(土) 15:00～

対象 市内在住の親子

参加費無料(定員9組・先着順)

受付 12/13(土) 10:00～



※お問合せは、各図書館までお願いします。

あなたのスマホが図書館に！

ゆっくり読書を楽しみたいと思いつつも、何かと忙しい12月。電子図書館を活用してみませんか。

いつでもどこでも貸出OK、期限がくると自動で返却。雑誌の読み放題もあり、スキマ時間の読書にぴったり。

図書館の利用カードをお持ちの方はWeb申込が可能です。年末年始に備えて、ぜひ休館前にお申込みください。



Web申込

石川図書館 964-5166

大人の工作教室「初めてのガラスアート」

講師 内間 愛氏(うちま あい さん)

日時 12/18(木) 10:30～

対象 一般 材料費 1300円

定員 8名(先着順)

受付 12/4(木) 10:00～



定例おはなし会(12月中旬～1月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	おはなし会	12/13(土) 11:00～	図書館スタッフ
	あかちゃんのためのおはなし会	12/18(木) 11:00～	すだち
	おはなし会	1/10(土) 11:00～	図書館スタッフ
石川	おはなしワールド～英語おはなし会～	12/20(土) 10:30～	アン・ヘンドラー
	Let's goとしゃかん	1/10(土) 10:30～	サークルピピ
	金曜日のおはなし会	毎週金曜10:30～	ラビット
勝連	おはなしパラダイス	12/13(土) 11:00～	ミュージック
	おはなしパラダイス	1/10(土) 11:00～	すだち



ゆらてく通信

生涯学習の
すすめ

※応募者多数の場合は抽選となります。
※受講できる方にのみ連絡致します。
※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。

生涯学習・文化振興センターゆらてく
☎923-1571(平日9:00～17:00)

祝 令和8年はたちの集いのご案内



日時 R8/1/11(日) 開場13:00 開式14:00
場所 石川会館(石川石崎1-1)
対象 H17/4/2～H18/4/1生まれの方

市内在住の方へ12月中旬に案内を送ります。
市外在住の本市出身者への案内状の発送はありません。
(入場は可能です)
学校旗等の掲揚、のぼり旗等持ち込みはできません。
対象者以外の入場はできません。(介助を除く)



【問】生涯学習文化振興センター ☎923-1571



子育て



暮らし



健康



税



福祉



募集・催し物



令和7年度 うるま市就学相談会 (4歳児)のご案内

申 問 こども発達支援課 ☎923-7108

令和9年度小学校に入学予定で、心身の発達が気になるお子さんの保護者を対象に就学相談会を行います。就学相談会では、保護者が特別支援教育について理解し、お子さんが安心して生き生きとした学校生活を送るために、我が子に適した学びの場を検討していけるよう一緒に考えて参ります。園(所)の先生方と相談の上、お申し込みください。

- 日時 R8/2/10(火) 10:00～(申込後に、面談時刻を調整)
- 場所 本庁舎西棟 3階
- 定員 50名(先着順)
- 申込方法 【保育施設等在園の場合】所属する保育施設へ申し込み
【家庭保育、その他の場合】こども発達支援課へ申し込み
- 申込期限 R8/1/9(金)まで

ご寄附ありがとうございます。

令和7年10月



第20回うるま市エイサーまつり実行委員会へ

どぼくそくしょうせつけいぎょうしゃかい

- うるま市土木測量設計業者会 様より 50万円の寄附
- (有)協進 様より 10万円の寄附
- うるま市建築設計事務所会 様より 25万円の寄附
- うるま市建設業者会 様より 50万円の寄附

うるま市育英会へ

おげな たかこ

- 安慶名 隆子ご遺族 様(みどり町)より 10万円の寄附
- 山田 健榮ご遺族 様(川崎)より 5万円の寄附
- 久保田 時江 様(与那城西原)より 36,500円の寄附
- 森根 浩ご遺族 様(高江洲)より 5万円の寄附

うるま市社会福祉協議会へ

からさわ まさゆき

- 唐澤 雅幸 様(具志川)より 5,000円の寄附
- 安慶名 待子 様(みどり町)より 10万円の寄附
- 森島 様(東京都江東区)より 10万円の寄附
- K&YT 山城 仁 様より 5万円の寄附
- 小渡 重教 様(みどり町)より 10万円の寄附
- 田原 君子 様(勝連南風原)より 5万円の寄附
- 森根 千寿子 様(高江洲)より 5万円の寄附
- ミュージックボンズ 兼本 匡基 様(宇堅)より 4万円の寄附
- 知花 信次 様(与那城饒辺)より 4万円の寄附
- ペリー不動産(合同会社berry) 様(赤道)より 15,000円の寄附
- うるまこどもステーション 様(喜屋武)より 20,630円の寄附



消防団活動備品 (消防団用テント2張り)を整備!

問 警防課 ☎975-2006

消防本部では、令和7年度コミュニティ助成事業を活用して、消防団活動備品(消防団用テント2張り)を整備しました。今後も市民の安全、安心のため邁進してまいります。



「みんなで考える発達障害 ～私たちにできること～」



申 問 障がい福祉課 ☎979-8781

発達障害に対する正しい理解を広げるための講演会を開催いたします。未成年から大人まで幅広い発達障害の診療をされている講師をお迎えし、発達障害の正しい知識や理解を深めると共に、その特性に応じた適切な対応方法について学べる貴重な機会となっております。どなたでもお気軽にご参加いただけますので、ぜひお越しください。

- 日時 1/13(火) 14:00～16:00(13:30～受付)
- 場所 うるま市役所 東棟3階大講堂
- 講師 大田一木先生(医療法人和泉会 いずみ病院)
- 参加費 無料
- 駐車場 あり(台数には限りがあります。乗り合わせ等のご協力をお願いします。)
- 定員 【会場】60名 【Zoom】50名(要事前申込)
- 対象 市民および関心のある方(手話通訳・要約筆記あり)
- 申込方法 申込フォーム、電話



小学校机・椅子更新事業



問 学務課 ☎923-2159

本市では、特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用し、市内各小学校へ新しい机・椅子を合計589セット整備しました。



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 問 健康支援課 ☎973-4960

エクササイズ風のキックボクシング!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 1/10～2/28 毎週土曜 10:00～11:30
- 場所 うるみん1階
- 対象 ①19歳～74歳のうるま市国保加入者 ②令和6・7年度健診受診者または受診予定者 ③運動制限のない方 ※①～③全てを満たす方
- 定員 14名
- 受講料 無料
- 持ち物 室内シューズ、飲み物、タオル、軍手
- 申込期限 ～12/25(木)まで
- 申込方法 申込フォーム、電話、窓口



ストレッチ&貯筋教室 【国保加入者福利厚生事業】



申 問 健康支援課 ☎973-4960

心地よいストレッチと楽しい筋トレで体も心もリフレッシュ!健康な身体づくりと一緒に目指しませんか?初心者大歓迎の教室です。

- 日時 1/20～3/17 毎週火曜 14:00～15:30
- 場所 石川保健相談センター
- 対象 ①19歳～74歳のうるま市国保加入者 ②令和6・7年度健診受診者または受診予定者 ③運動制限のない方 ※①～③全てを満たす方
- 定員 15名
- 受講料 無料
- 持ち物 タオル、飲み物
- 申込期限 ～1/13(火)まで
- 申込方法 申込フォーム、電話、窓口



ゆる・トレ(体を動き易くして、ひきしめる) 【国保加入者福利厚生事業】

申 問 健康支援課 ☎973-4960

最終のご案内です。姿勢が気になる、日常の不調を改善したい、しなやかな身体を作りたい等、運動が苦手でも運動制限が無ければ始めることができる、からだの基礎体操教室

- 場所 石川保健相談センター
- 日時 R8/1/15～3/19 毎週木曜(全8回) 14:00～15:30
- 定員 12名
- 受講料 無料
- 対象 ①19歳～74歳のうるま市国保加入者 ②令和6・7年度健診受診者または受診予定者 ③運動制限のない方 ※①～③全てを満たす方
- 申込期限 ～12/26(金)まで ※定員に達し次第締切



一品料理教室 【国保加入者福利厚生事業】



申 問 健康支援課 ☎973-4960

「一品でも栄養満点」をテーマに、講話や調理実習を通して手軽に栄養バランスを整えるポイントを学べる教室です。初心者の方も安心して参加できる内容になっています。ぜひお気軽にご参加ください。

- 日時 2/11(水) 10:00～13:00
- 場所 うるみん3階 調理室
- 対象 ①19～74歳のうるま市国保加入者 ②令和6・7年度健診受診者または受診予定者 ※全てを満たす方
- 定員 16名
- 受講料 無料
- 申込期間 12/16(火)～R8/1/26(月)
- 申込方法 申込フォーム、電話、窓口



健康第一!「市制20周年記念うるま市 感動ウォーキングチャレンジ2026」



問 健康支援課 ☎973-3209

健康管理アプリ「オーロラ」を利用して、歩数を記録し、歩いた分だけ楽しさと健康が手に入るイベントを開催します!上位入賞者、その他とび賞の方には豪華景品もご用意しております。ぜひ、新しい年を健康づくりからスタートしてみませんか?

※「オーロラ」は県が提供する健康づくりをサポートするための無料アプリです。

- 開催期間 R8/1/5(月)～30(金)
- 申込方法 健康アプリ「オーロラ」をダウンロードしてアプリ内からイベントに参加
- 景品贈呈 イベント期間終了後、入賞者へ景品を発送



血管を守る体操教室 【国保加入者福利厚生事業】



申 問 健康支援課 ☎973-4960

血圧が気になる方必見!凝り固まった筋肉をほぐし、血流を促進する体操を行います。柔軟性を高めることで、体への負担を減らし、血管の健康を守ります。

- 日時 R8/1/9～2/27 毎週金曜 10:00～11:30
- 場所 うるみん1階スタジオ
- 対象 ①19歳～74歳のうるま市国保加入者 ②令和6・7年度健診受診者または受診予定者 ③運動制限のない方 ※①～③全てを満たす方
- 定員 20名
- 受講料 無料
- 持ち物 タオル、飲み物、筆記用具
- 申込期限 ～12/25(木)まで



子育て



暮らし



健康



税



福祉



募集・催し物



国民健康保険 インセンティブ事業



詳細はこちら

申 問 健康支援課 ☎973-3209

健康ポイントをためて景品をゲットしよう！日々、健康づくりに取り組む市民の皆様を応援する事業を開始しました♪さあ、あなたも毎日楽しく健康づくりをしよう！

●対象 うるま市国保加入者で、スマートフォンでアプリが使える方

●ポイント付与期間 R7/4/1～R8/2/28

●応募締切 R8/2/28

●事業内容 ①ヘルスチャレンジ…200名様に2,000円分の商品券
②ダブルチャレンジ…200名様に3,000円分の商品券



うるま市民無料法律相談 1月分予約を開始いたします！



予約フォーム

問 市民協働政策課 ☎973-5487

令和8年1月分の法律相談から、電話、窓口に加えてオンラインでの予約が可能になりました。それに伴い、相談者は抽選での決定となります。詳細は、市HPをご確認ください。1月のオンライン予約は予約フォームから。

〈1月相談日〉1/13、20、27



うるま市誕生20周年記念 令和8年うるま市消防出初式



詳細はこちら

問 消防政策課 ☎975-2005

新春恒例の「うるま市消防出初式」を開催いたします。式典、屋外での消防職団員による分列行進、展示訓練および放水演舞などを行いますので、皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

●日時 R8/1/10(土) 14:00～

●場所 市民芸術劇場 響ホール



マイナンバーカード 夜間・休日窓口

12月	夜間	11(木)、25(木) 20時まで
	休日	7(日)、14(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



固定資産税第3期分納期のお知らせ

申 課税について 資産税課 ☎973-5394
納税について 納税課 ☎973-1099

12月は固定資産税第3期の納期です。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 12/25(木)



事業主の皆さまへ 償却資産申告のお知らせ



詳細はこちら

申 問 資産税課 ☎973-5394

市内で事業を営んでいる個人や法人の所有する償却資産は、固定資産税の課税対象となります。事業主の皆さまは、令和8年1月1日現在所有している償却資産の申告を行ってください。

●償却資産とは 土地および家屋以外の事業の用に供することができる資産(機械・器具・備品等)で、その減価償却額または減価償却費が法人税または所得税法の規定による所得の計算上、損金または必要な経費に算出されるものをいいます。

●対象資産の例 パソコン、コピー機、広告塔、舗装路面、フェンス、陳列ケース、冷凍冷蔵庫、事業用太陽光発電設備、住宅用(10kW以上)の太陽光発電設備など

●受付期間 R8/1/5(月)～2/2(月) ※土日祝除く

●受付時間 8:30～17:15(12:00～13:00を除く)

●受付場所 資産税課(本庁舎東棟1階⑤番窓口)



うるま でざいん 相談所



詳細はこちら

申 問 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 12/19(金) 10:00～17:00

●場所 うるま市役所 西棟2階 中会議室

●定員 5組 ●参加料 無料



うるま市信用保証料 一部助成のお知らせ



詳細はこちら

申 問 商工振興課 ☎923-7634

沖縄県小規模企業対策資金の利用者に対して、信用保証料の50%、最大10万円まで助成します。

【対象条件】

・沖縄県小規模企業対策資金を借入れ、沖縄県信用保証協会に保証料をお支払いされた方

・事業主がうるま市において前年度の1月1日までに住民基本台帳に記載され、引き続き居住していること

・うるま市に事業所を有し、同事業を1年以上営んでいること

・市税の滞納がないこと

※申請は融資開設年度内に提出して下さい。融資開設年度外の申請は受付けておりません。

※予算の上限に達し次第、受付を終了いたします。



おやこdeぽかぽかクッキング 参加者募集！



申込フォーム

申 問 健康支援課 ☎973-3209

冬本番！温かい料理を作り、こころもからだも“ぽかぽか”になって2026年をスタートしませんか？料理経験はなくても問題なし！お友達も誘ってお気軽にご参加を♪

●日時 R8/1/10(土) 10:00～13:00(9:30～受付)

●場所 うるみん3階 調理室

●対象 うるま市在住の小中学生とその保護者(保護者1名に対し、こども2名まで)

※保護者は実父母の他、兄弟親戚等でも構いません。その場合は関係性の確認と実父母へ教室参加の承諾を得ているかを確認いたします。

●定員 20名 ●参加料 無料

●持ち物 エプロン、三角巾、筆記具、上履き(こどものみ)

●申込方法 ①申込フォーム ②電話 ③窓口

※②③は土日祝日を除く ●申込期間 12/1(月)～26(金)



「発達障害当事者会ニヌファスター10年の実践から 見えてきたもの」～未来へのヒント～



申込フォーム

申 問 屋慶名児童館 ☎978-6082

ニヌファスターはうるま市の発達障害者当事者会として関係各所の支援をいただきながら10年にわたって活動してきました。当事者会として積み重ねてきた実践や、発達障害のある方々を取り巻く現状や課題、未来について考える場を設ける目的でフォーラムを開催します。発達障害児者支援に関心のある方、これからを担う未来を思う皆様、ぜひご参加ください。

●日時 12/13(土) 10:30～12:30(10:00～受付)

●場所 じんぶん館 大研修室 ●参加費 無料

●定員 100名 ※要事前申込

●駐車場 あり(台数には限りがあります。乗り合わせ等のご協力をお願いします。)

●対象 発達障害当事者・保護者・行政・教育・医療・保健・福祉関係・企業など発達障害児者支援に関わるすべての方



蜜蜂の届出していますか

申 問 生産振興課 ☎923-7616

蜜蜂を飼育する方は原則、届出が必要です。近隣住民への配慮や、蜜蜂の伝染病等が発生した場合、速やかにまん延防止の措置を講じる必要があることから、飼育者や場所を把握しておく必要があります。詳細は生産振興課までお問合せください。

うるま市の人口			消防活動状況		
令和7年11月1日現在			令和7年10月		累計
人口	127,229人	25	救急出動件数	689件	7,320件
男	63,740人	-20	搬送人員	595人	6,036人
女	63,489人	45	火災件数	6件	42件
世帯数	59,336世帯	49			

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



毎月入会説明実施中！ お問合せ下さい

(公社)うるま市シルバー人材センター
TEL(098)-972-2267



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

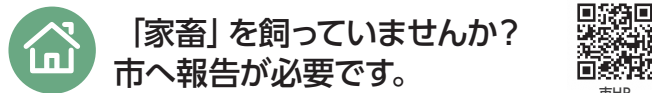
今!リフォーム工事をご検討の皆さまへ

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 ※



「家畜」を飼っていませんか？
市へ報告が必要です。



市HP

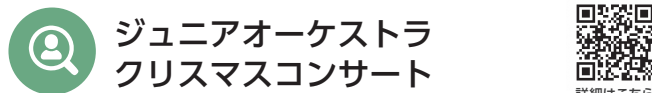
申 問 生産振興課 ☎923-7616

鳥インフルエンザなどの家畜伝染病の発生予防や蔓延防止を目的に飼養頭数を把握する必要があります。家畜の飼養頭数の報告は家畜伝染病予防法で義務付けられていますので、対象家畜を飼養している方は、下記をご確認のうえ、ご報告のほどお願いします。

●対象家畜 牛(闘牛も含む)、豚、イノシシ(イノブタ含む)、採卵鶏、山羊、馬、みつばち、だちょう、アヒル、うずら、七面鳥、きじ、カモなど

●回答方法 市HPもしくは生産振興課窓口にて配布する報告様式をご記入のうえ、下記期日までに窓口へ提出してください。

●所要時間 5分程度 ●報告期限 R8/1/16(金)まで



ジュニアオーケストラ
クリスマスコンサート



詳細はこちら

問 うるま市ジュニアオーケストラ ☎090-9787-8881

うるま市ジュニアオーケストラが、心躍るクリスマスコンサートを開催します。子どもたちが日ごろの練習の成果を披露し、美しいハーモニーで会場を包みます。家族みんなで楽しめる、音楽と笑顔あふれるひとときをお過ごしください！

●日時 12/20(土) 11:00開演

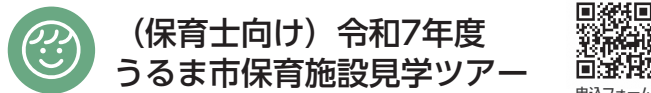
●場所 ゆらてく 多目的ホール ●入場料 無料

自衛官等募集のご案内

○募集種目

種目	受験資格	受付期間	試験日(1次)
自衛官候補生(男女)	18歳以上33歳未満	年間を通じて行っています。	受付時にお知らせします。
陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)	男子で中卒(見込) 17歳未満	10月1日～ 令和8年1月15日	令和8年1月24日・25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



(保育士向け) 令和7年度
うるま市保育施設見学ツアー



申込フォーム

申 問 保育こども園課 ☎973-5427

求職者を対象に、複数の保育施設を訪問し見学するツアーを開催！保育士に興味がある方は、ぜひご応募ください。

●日時 1/13(火) 9:30～13:00、1/20(火) 9:30～12:30

●参加施設 つくしこども園、前原どろんこ保育園、みほそ小規模保育事業所、ひがしの大空こども園、石川どろんこ保育園、田場こども園

※変更になる場合がございますのでご了承ください。

●申込期限 12/12(金)まで



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 R8/1/8(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 うるま市在住の方またはその親族、福祉関係者、成年後見人など

●定員 3組 ※相談時間は1件あたり30分程度

●申込 事前申込制(先着順)。開催の1週間前から受付。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。

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
法律相談 弁護士による法律相談。 (先着8名)	12/9・16・23(火) 14:00～16:00 ※要予約 【予約開始日】 12/2・9・16 8:30～(先着8名)	【相談場所】 市民相談室 (国民健康保険課横) 【お問合せ・予約】 市民協働政策課 ☎973-5487
行政相談 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	12/25(木) 13:30～16:00	【相談場所】 市民相談室 (国民健康保険課横) 【お問合せ】 市民協働政策課 ☎973-5487
離婚に関する法律相談 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)	12/17(水) 13:00～16:30 (おひとり45分程度) ※要予約	【相談場所】 相談室 (本庁舎東棟2階) 【お問合せ】 こども家庭課 ☎973-4983
法律相談 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	12/17(水) 14:00～16:00 ※要予約	【相談場所】 市民相談室 (国民健康保険課横) 【お問合せ・予約】 沖縄県司法書士会 ☎867-3577
人権相談 人権擁護委員による相談。 いじめや嫌がらせなど	12/16(火) 13:30～16:00	【相談場所】 相談室6(納税課隣) 【お問合せ】 共生推進室 ☎973-8927
よろず経営相談 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	12/19(金) 9:00～17:00 ※要予約	【相談場所】 相談室(本庁舎東棟1階) 【お問合せ・予約】 商工振興課 ☎923-7634

相談内容	相談日時	相談場所/お問合せ
教育・青少年相談 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	【相談場所】 ・じんぶん館内 ・本庁舎西棟3階 【お問合せ・予約】 学校生活応援課 ☎989-9127
女性相談 離婚、DVなど女性が抱える悩み	平日 9:00～17:00	【相談場所・お問合せ】 子育て包括支援課 (本庁舎東棟2階) ☎973-5041
家庭児童相談 家庭における子育ての悩み	平日 8:30～17:00	【相談場所・お問合せ】 子育て包括支援課 (本庁舎東棟2階) ☎973-5041
就労・生活支援相談 経済的に困っている方や、就労のこと	平日 8:30～17:15	【相談場所・お問合せ】 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
消費契約トラブル相談 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)	【相談場所】 市民協働政策課内 (本庁舎西棟1階) 【お問合せ】 ・消費者ホットライン ☎188 ・うるま市消費生活センター ☎973-5692
健康・栄養相談 保健師・看護師・管理栄養士による相談。 健康づくりや生活習慣病について	毎週水曜日 9:00～11:00 (3枠) ※栄養相談のみ要予約	【相談場所】 うるみん3階 【お問合せ】 健康支援課 ☎973-3209

障がい者(児)相談

障がいに関すること、生活に関することや情報提供、福祉サービスについて

【相談日時】平日8:30～17:15

【相談場所】地域生活支援センターあいあい(安慶名1-8-1 うるみん2階) ☎098-979-0555
相談支援センター石川学院(石川東山本町2-12-15) ☎090-6869-5286
相談支援センターハルモニア(仲嶺530番地34 仲嶺ハイツB-13) ☎090-1943-9579
相談支援事業所サマンの木(前原411番地4) ☎080-6488-9909
指定相談支援事業所なごみ(栄野比939番地) ☎098-972-6029

障がい者虐待に関する相談

障がい者虐待防止センター

【相談日時】平日8:30～17:15(障がい福祉課 本庁舎東棟1階) ☎098-979-8781(障がい福祉課 障がい相談係)
夜間17:15～翌朝8:30/休日24H(コールセンター) ☎080-8362-0179(コールセンター)

第3回 うるま市 農林水産 まつり in 具志川ドーム

入場
無料

大迫力!!
ヒージャー
オーラセー

1000鉢限定
野菜の苗・花の苗
無料配布

お草の加工品販売
フラワーアレンジメント

高校生も出店

地元の救世主
ヒーローショー

職人技に感動!
マグロの解体ショー

※画像は全てイメージです。

2025 12月20日 土

10:00
~16:00

雨天決行
荒天中止となります

会場

うるま市具志川総合運動公園 具志川ドーム
〒904-2223 沖縄県うるま市具志川2336

お問い合わせ

株式会社ケイライナー
TEL.070-4446-3878 (平日10:00~17:00)

主催 うるま市農林水産まつり実行委員会

うるま市・うるま市議会・うるま市教育委員会

実行委員会の
構成団体等

うるま市、うるま市農業委員会、JAおきなわ具志川支店、JAおきなわ石川支店、JAおきなわ勝連支店、JAおきなわ与那城支店、石川漁業協同組合、勝連漁業協同組合、与那城町漁業協同組合、南原漁業協同組合、うるマルシェ、うるま市観光物産協会(順不同)