

5

令和5年(2023年)

No.218

うら

夢や希望が広がる一年生

ピカピカの大きなランドセルに
たくさんのお友達と
どきどきわくわくの夢膨らませて

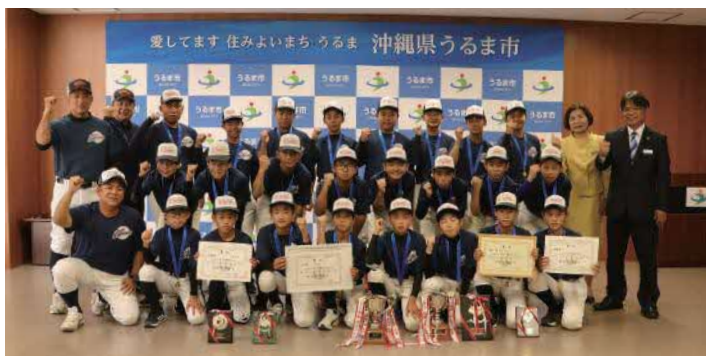


まちの話題 P2~3
令和5年度 うるま市の予算 P4~5
市公式LINE 受信設定はお済ですか? ... P6~7
春の交通安全運動/「119番」緊急要請の伝え方 ... P8

年金便り P9
わくわくこどもだより P10
としょかんだより P11
保健だより P12

ちゃーがんじゅー P13
くらしの情報 P14~19
新型コロナワクチン接種 P20

**3/23 優勝を掴み取り頂点へ！
第14回美ら島学童交流大会優勝報告**



3月5日、「第14回美ら島学童交流大会(第3回H・Cおきなわ杯争奪)」において、うるま市選抜Aチームが市役所を訪れ、大会優勝の報告を行いました。今大会で、MVP賞・打撃賞・殊勲賞もチームの中から選ばれ喜びの声を上げました。

**3/22 生涯スポーツ振興に尽力！
九州地区スポーツ推進委員功労者表彰**



永年にわたり地域における生涯スポーツの普及振興に尽力し、多大な功績を挙げたスポーツ推進委員に対し、九州地区スポーツ推進委員協議会が表彰する、功労者表彰を、山口ますみさん(写真左)、上原学さん(写真中央左)が受賞されました。

**2/22 孫や子どもたちの為に交通安全活動
交通栄誉賞「緑十字銀賞」の受賞**

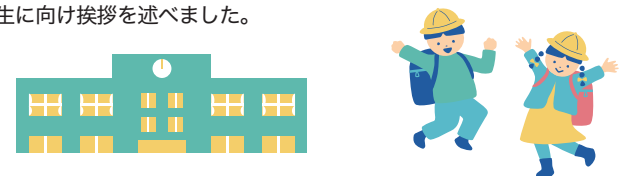


交通安全推進協議会幹事および石川地区地域交通安全活動推進委員として37年間活動している新垣兼三さんが、交通栄誉賞「緑十字銀賞」を受章され、その授章式が石川警察署で行われました。また、妻の新垣好枝さんにも感謝状の贈呈が行われました。

**4/10 わくわくドキドキの1年生！
市内小学校で入学式**



4月10日、春の空のもと、市内の小学校で入学式が行われ、多くの新入生たちが門をくぐりました。市立中原小学校では、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、新入生と保護者のみが出席する形で行われました。新1年生たちは、保護者たちの見守る中、緊張しながらも校長先生の式辞を真剣に聞いていました。嘉手刈教育長からは、「元気に挨拶ができる一年生になってください。」と新一年生に向け挨拶を述べました。



**3/23 体育協会各競技で優勝！
県民体育大会結果報告**



第74回沖縄県民大会において、ソフトボール、空手、バレーボールおよび陸上(個人)の各競技で優勝を果たし、うるま市体育協会のメンバーが喜びの報告を行いました。中村市長からは「これからも色々な競技のスポーツ振興に寄与していき、今後もうるま市がスポーツで発展していくと嬉しく思う」と激励しました。

**3/20 4年に一度の開催！世界一を目指して
第5回極真連合杯世界空手道選手権大会**



4月8日～9日の2日間にわたり開催される、「第5回極真連合杯世界空手道選手権大会」において、選考に選ばれた、金城芽唯美さん(写真右)、金城杏奈さん(中央)、砂川寛英さん(写真左)が出場表敬に訪れました。この大会は4年に一度開催されるもので、50カ国200名が参加する大きな大会です。

**3/16 前原高校空手部優秀な成績！
第42回全九州高等学校空手道新人大会**



令和4年11月20日に開催された「第42回全九州高等学校空手道新人大会」報告のため、前原高校空手部のメンバーが中村市長へ表敬に訪れました。女子団体形優勝や、男子団体形2位など、各部門において男女ともに優秀な成績を納めたことを、中村市長へ喜びの報告を行いました。

**4/4 細やかな企業支援を目指して
サテライトオフィス開所式**



4月4日、中城湾港新港地区立地企業のより細やかな状況を把握し、現状に即した企業支援を行うことを目的とした、本市の出張所(サテライトオフィス)を同地区内に設置しました。「企業に寄り添う運営を行い、心をつなぐ地域活性化を目指す」ことを目標に、当該地区立地企業の支援事業を展開していく予定です。

**3/22 うるま市選抜チーム心をつなぐ！
地域交流6年生選抜バレーボール大会優勝報告**



2月26日に開催された、第8回地域交流6年生選抜バレーボール大会において、うるま市選抜「URUMA CITY GIRLS」が市役所を訪れ、中村市長に優勝報告を行いました。中村市長からは「常日頃からスポーツだけでなく、生活態度、勉強、すべてにおいて優勝してください」と激励しました。

**3/16 2024パリオリンピック強化指定選手
ブレイキンダンス比嘉美空さん市長表敬**



3月27日～29日に行われる、パリオリンピック強化指定選手合宿に参加するというので、前原高等学校2年生の比嘉美空さんが市長表敬に訪れました。比嘉さんは、日本国内問わず、海外の大会にも多く出場し良い成績を納めており、今後の活躍が期待されています。

**3/24 両市の成長発展に寄与
うるま市×盛岡市 人事交流事業**



岩手県盛岡市との友好都市提携が10周年を迎え、人事交流事業として、盛岡市職員の近藤祥彦さん(中央)が、うるま市での最後の業務が終了しました。約1年間、うるま市の職員として、市の観光発展に寄与して頂いた近藤さんへ、中村市長は「市の業務を担ってくれて、ほんとに助けられた」と労いと感謝の言葉を伝えました。

今年度の主な事業

総務費

【がんばろう！地域活動元気応援事業：18,000千円】
地域活性化に関連する取組を行っている市内団体等を対象に事業提案を公募し、助成金を交付する事業。

民生費

【権利擁護事業：11,042千円】
弱者保護の観点から、権利擁護及び成年後見制度の相談支援等を実施する事業。

衛生費

【出産・子育て応援給付金事業：136,605千円】
妊娠期から出産・子育てまでを一貫した相談支援及び経済的支援を行う事業。

商工費

【観光誘客促進事業：50,000千円】
観光地としての認知度向上や誘客促進を目的に、メディアやイベント等を活用し、本市の魅力発信を行う事業。

土木費

【勝連城跡周辺文化観光拠点整備事業：124,665千円】
世界遺産である勝連城跡の歴史環境保全、観光振興及び地域活性化等に資する拠点を整備する事業。

消防費

【高規格救急車購入事業：52,762千円】

教育費

【総合アリーナ整備事業：411,548千円】
老朽化した具志川総合体育館等の更新等を行う事業。

予算で使われる用語の意味

【一般会計と特別会計】

一般会計は福祉や教育、道路・公園や衛生など市の基本的な施策を行うための会計で、特別会計は特定の収入をもって特定の事業を実施するために設けられている会計です。

【自主財源と依存財源】

自主財源は、市税やごみ処理手数料など市が自主的に収入できる財源のことで、依存財源は、国や県から交付されたり割り当てられる収入のことで。

【市税】

市民税や固定資産税など、市民や市内の事業所などが納めた税金です。

【地方交付税】

全国的に一定水準の行政サービスが実施できるよう、歳入の格差を調整するために国から配られるお金です。

【国・県支出金】

事業を実施するための特定目的の財源として、国や県から交付される使いみちが決められているお金です。

【総務費】

市の一般的な管理事務・事業や交通安全、防犯対策などに要する費用です。

$$\text{市民一人当たり納税額} = \frac{\text{市税}}{\text{人口}} = \mathbf{100,500 \text{円}}$$

$$\text{市民一人当たり予算額} = \frac{\text{一般会計}}{\text{人口}} = \mathbf{547,260 \text{円}}$$

$$\text{差額} = \mathbf{\Delta 446,760 \text{円}}$$

市民一人当たりの納税額と予算額の差額44万6,760円は地方交付税や国庫の支出金、また市の借金等で賄われています。

予算額の内訳を市民一人あたりで見ると…
(令和5年4月1日現在の人口126,023人で換算)



【民生費】

児童、高齢者、障害者などの福祉に要する費用です。

【土木費】

道路建設や公園の整備、市営住宅の管理などに要する費用です。

【教育費】

幼稚園、小中学校をはじめ学校教育や社会教育・文化振興などの教育全般にわたる費用です。

【公債費】

地方公共団体が借入れた市債(長期の借金)の元利償還金及び一時借入金の利子です。

【人件費】

職員等に対し勤労の対価、報酬として支払われる費用です。

【扶助費】

児童から高齢者まで幅広い市民を対象に国の法令や市の条例などにに基づき、社会生活を援助するために支出する費用です。

【普通建設事業費】

学校や公営住宅、道路などを建設するための費用です。

令和5年度

うるま市の予算

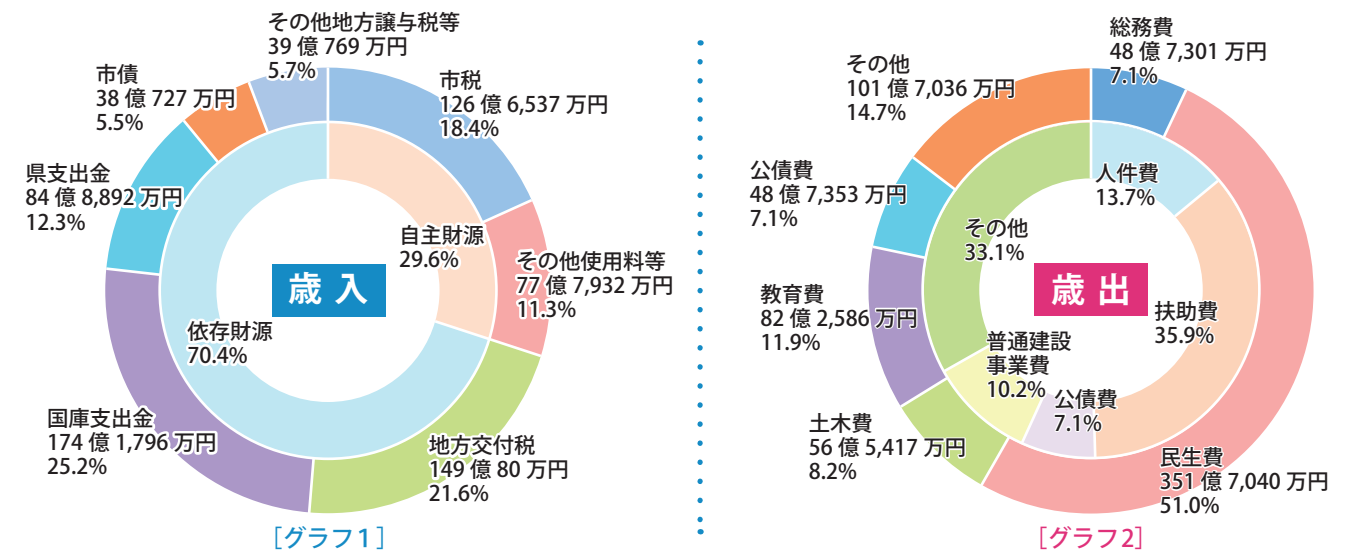
第167回うるま市議会定例会で、令和5年度の一般会計予算および特別会計等の予算が可決されました。予算規模は、1,067億7,088万円で、前年度当初予算に比べ3.7%の増額となっています。(単位：万円)

区分	令和5年度当初予算額	令和4年度当初予算額	比較	伸び率	
一般会計	6,896,733	6,677,621	219,112	3.3%	
特別会計	国民健康保険特別会計	1,619,032	1,578,212	40,820	2.6%
	介護保険特別会計	1,143,085	1,107,759	35,326	3.2%
	農業集落排水事業特別会計	11,370	2,491	8,879	356.5%
	後期高齢者医療特別会計	124,453	113,704	10,749	9.5%
	小計	2,897,940	2,802,166	95,774	3.4%
水道事業会計	414,753	383,246	31,507	8.2%	
下水道事業会計	467,662	430,380	37,282	8.7%	
合計(予算規模)	10,677,088	10,293,413	383,675	3.7%	

※端数処理のため、比較及び合計の予算額が合わないこともあります。

一般会計予算 689億 6,733万円

このうち一般会計予算を目的別と性質別に分けて分析すると、次の円グラフのとおりになります。※円グラフの内側が性質別で、外側が目的別の構成になります。



予算の特徴

令和5年度は、「第2次うるま市総合計画・後期基本計画」の2年目となり、市民が互いに支えあい協働によるまちづくりを実践し、まちの将来像「愛してます 住みよいまち うるま」の実現に取り組んでいくためのより重要な時期になります。そのような中、財政運営の健全化を図りつつ、少子高齢化などを背景とする社会保障等を充実させる一方、新型コロナウイルス感染症の影響で落ち込んだ経済の回復及び地域活性化を目的とした「がんばろう！地域活動元気応援事業」等の事業実施を予定しております。令和5年度の一般会計予算の総額は689億6,733万円で、前年度当初予算と比較して21億9,112万円、率にして3.3%の増額となっております。

歳入については、市税等の自主財源が歳入総額の29.6%、地方交付税及び国庫支出金等の依存財源は70.4%となっています。自主財源においては市税が前年度と比較して6.3%の増額、地方交付税については1.8%の増額を見込んでいます。

歳出については、行政サービスを目的別で分類した経費で見ると「福祉や医療などの経費(民生費)」や「学校教育や生涯学習などの経費(教育費)」が大きな割合を占めています。性質別で分類した経費で見ると、扶助費が9.1%増額となっています。

うるま市では行財政改革の視点に立ち、事務事業の見直し等による経費の圧縮や市民税などの徴収率の向上による自主財源の確保に取り組んでいますが、歳入における自主財源の割合が低い中、多様化する市民ニーズと地域課題に対応するため、市の貯金である財政調整基金を約47億円取り崩して予算収支の均衡を保つなど、依然として厳しい予算編成となっています。

ここが便利になった

子育てや情報が
知りたい



趣味・講座
を楽しみたい



健康関連の情報
を知りたい



うるま市のイベント
を知りたい



あなたが欲しい情報をお届けします！

右ページの「⑥受信設定」から、子育てや生涯学習、イベントに関する情報などを選択することで、一人ひとりのニーズにあった情報をお届けします。

重要 ・台風や地震などの緊急・防災情報は必須項目となっており、全員に配信されます。
・受信設定をしないと、緊急・防災情報、安全に関する情報しか配信されません。必ず設定をお願いいたします。

受信を選択できる項目

緊急情報

緊急・防災情報(必須)

地震や台風など緊急・防災に関する情報重要な情報の為、必須項目になっています。登録者全員に配信されます。

臨時ニュース

施設やイベントの休止、障害による窓口での証明書発行休止などの臨時的に発生した情報

安全に関する情報(選択中)

強盗やひったくりなどの犯罪情報や不審者情報※初期設定では選択されています。不要な方は未選択にしてください。

くらしの情報

子ども

子ども・子育てに関する情報

高齢者

高齢者に関する情報

障がい者

障がい者に関する情報

事業者支援

事業者支援に関する情報

ごみ・リサイクル

ごみの収集、減量・資源化に関する情報

税・保険・年金税金

国保、国民年金に関する情報

広報・報道

広報紙、プレスリリースに関する情報

住まい・交通

市営住宅、公共交通などに関する情報

環境

環境美化、緑化などに関する情報

生涯学習・スポーツ

生涯学習やスポーツなどに関する情報

健康・医療

集団検診や医療機関などに関する情報

観光・文化・芸術

観光や文化などに関する情報

イベント

イベント全体

どなたにも参加していただきたいイベント情報

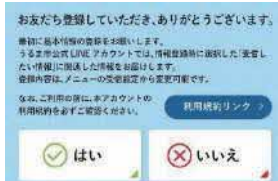
子ども

子ども向けのイベント情報

高齢者

高齢者向けのイベント情報

新規で友達登録をされた方には、右の画面が表示されます。「はい」をクリックして、受信設定に進んでください。



お手持ちのスマートフォンにLINEアプリがあるか確認しましょう。アプリがない場合、インストールする必要があります。



最近うるま市からのLINEが届かないと思っているあなた！

3月1日よりリニューアルした市の公式LINE！
しかし、**受信設定**をしないと欲しい情報が届かないんです！

すでに友達登録されている方はこちら！



「基本メニュー」の右下「**受信設定**」をタップしてください！

これまで、登録している方には全ての情報が届いていましたが、現在はご自身でカテゴリを選択して情報を受け取る仕組みとなっています。そのため、受信設定を行わないでいると、欲しい情報も届かなくなります！まだ受信設定を行っていない方は、早めの受信設定をお願いいたします。

その前に！

まだ友だち登録をしていない方は、友だち登録から！

ホーム画面



① ホーム画面を選択
② 右上のアイコンをクリック。

友だち追加



③ QRコードをクリック。

QRコード読み取り



④ QRコード読み取り画面から、右記QRコードを読み取る

登録完了



⑤ うるま市公式LINEのトップ画面の追加をクリック。



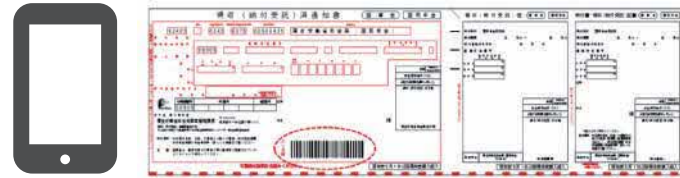
年金
だより

国保年金保険料が スマートフォンアプリで 納付できます

国民年金保険料について、令和5年2月20日から現金、口座振替、クレジットカード、Payeasy等による納付に加え、新たにスマートフォンアプリを使用した電子(キャッシュレス)決済での納付が利用できるようになりました。

ご利用に必要なもの

- 1 納付書
- 2 スマートフォン
- 3 決済アプリ



対象決済アプリ(五十音順)

auPAY / d払い / PayB / PayPay



スマホ決済の納付イメージ



※バーコードが印字されない納付書(30万円をこえる金額の納付書等)については、ご利用いただけません。
 ※各決済アプリの使用方法等については、ご利用の決済事業者様にお問い合わせください。

日本年金機構を装った不審なメールにご注意ください!

日本年金機構を装った国民年金保険料の未払い督促のメールが確認されています。日本年金機構、うるま市役所国民年金係からメール等での請求・督促等の通知は一切行っておりませんのでご注意ください。

【お問合せ】市民課 国民年金係 ☎973-5498 コザ年金事務所 ☎933-2267

令和5年

春の交通安全運動

令和5年5/11～令和5年5/20

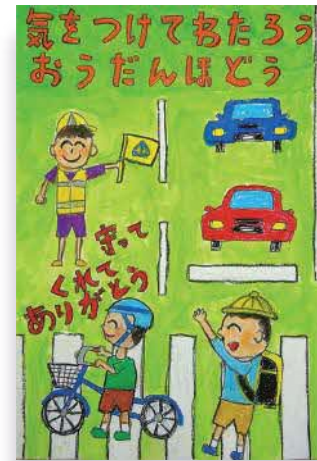
運動重点

- 01 こどもを始めとする歩行者の安全の確保
- 02 横断歩行者事故等の防止と安全運転意識の向上
- 03 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底



運動スローガン

「なれた街いつもの道でもみぎひだり」



—— 令和5年5月20日(土)交通事故死ゼロを目指す日 ——

市民協働政策課 ☎973-5487

消防警防課よりお知らせです! 「119番」緊急要請の伝え方

119番に電話したら必要な情報を簡潔に伝えることが大切です。指示に従い、「あわてず、ゆっくり」と伝えましょう。

電話での流れ

- ① 電話がつながったらまずは「**救急です**」と伝えます。
- ② 救急車に来てほしい住所を伝えます。
(場所がわからないときは、目印になるものを教える)
- ③ 「**誰が**」「**どのようにして**」「**どうなった**」「**年齢・性別**」を伝えます。
例: 「夫が」「頭痛を訴えた後」「意識がないです」「70歳の男性です」
- ④ 通報した方の名前を伝えます。



今月のおすすめ 気になる野菜

01 『けなげな野菜図鑑』

いなごき ひでひろ
稲垣 栄洋 監修 ヒダカ ナオト 絵/エクスナレッジ

かわいいイラストと目を引くタイトルで手に取りやすいこの本には、野菜の始まりから現在までの歴史や雑学がいっぱい詰まっています。最初から読んでよし、気になる野菜から読んでためになります。それぞれの野菜のまめ知識も掲載されているので、調理や保存の際に役に立つこと間違いなし。

(一般書) 所蔵館 中央

02 『野菜がおいしい手間なしおかず』

せお ゆきこ
瀬尾 幸子 著/新星出版社

料理研究家の著者が、身近にある野菜で簡単にできる野菜料理の作り方を教えてくれます。レンチンキャベツのサラダやツナ缶オニオン、白菜チーズオムレツなど、家にある材料で手間なくすぐ作れる料理を紹介。おなかいっぱい食べてもカロリー控え目で体にも優しくおいしい野菜を今夜のおかずにかがですか？

(一般書) 所蔵館 石川

03 『スーパーで買った野菜・果物で家庭菜園』

のりんご 著/マイナビ出版

家庭菜園を始めてみたいと思っても、栽培する場所がなかったり、用意しなければいけないものが多かったり、なかなか気軽に始められないもの。この本で紹介する「再生栽培」は、買ってきた野菜から種を取ったり、切れ端を植えて育てることもできます。プランターがあれば場所も十分。土づくりから収穫まで、楽しく！お財布にも優しく！家庭菜園を始めてみませんか。

(一般書) 所蔵館 勝連

図書館の利用について

- 貸出** ・ご本人の利用カードが必要です。
・2週間20点まで貸出ができます。
- 延長** ・貸出期限内で予約が入っていない資料については、1回延長(2週間)ができます。
・延長の際も利用カードが必要です。
・電話やホームページからも延長ができます。
- 返却** ・カウンターへお返しください。
・図書館閉館時には、「本と雑誌」のみブックポストへ返却できます。
- 館内** ・静かに過ごしましょう。
・携帯電話での通話や撮影は禁止です。
・飲食は禁止です。ガムや飴もご遠慮ください。

*ご不明な点がございましたら図書館へお問い合わせください。

親子工作教室 「オリジナルのしおりを作ろう」

- 日時** 5月27日(土) 午後3時～
- 場所** 中央図書館 2階会議室
- 対象** うるま市在住の親子
参加費無料(定員8組・先着順)
- 受付** 5月13日(土) 午前10時～



行事案内(5月中旬～6月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	おはなし会	5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	5月18日(木) 午前11時～	フォリエ
	おはなし会	6月10日(土) 午後3時～	図書館スタッフ
石川	おはなしワールド	5月20日(土) 午前10時30分～	すずの会
	Let's go としょかん	6月3日(土) 午前10時30分～	サークルピピ
勝連	金曜日のおはなし会	毎週金曜日 午前10時30分～	ラビット
	おはなしパラダイス	6月10日(土) 午前11時～	すまいりー

児童手当の現況届について

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当等を引き続き受ける要件(児童の養育状況や所得など)を満たしているかどうかを確認するものです。
令和3年度までは、全ての受給者の方に提出をお願いしておりましたが、令和4年6月から一部の方を除き不要となっています。ただし、次に該当する方は、引き続き現況届の提出が必要です。

現況届の提出が必要な方

- ① 住民票の住所が異なる支給要件児童を養育している方(別居監護)
- ② 配偶者からの暴力等により、住民票の住所と異なる市区町村で児童手当等を受給している方
- ③ 戸籍および住民票がない支給要件児童を養育する方
- ④ 離婚協議中で配偶者と別居している方
- ⑤ 未成年後見人、施設等の受給者
- ⑥ その他、うるま市から提出の案内があった方

提出期限
令和5年**6月30日(金)**まで

※該当する方へ6月に提出の案内を送付します。期限までにこども家庭課に提出をお願いします。提出がない場合は、6月分以降(10月支給)の**児童手当等の支払いができません**ので、忘れずに提出してください。

【お問合せ】こども家庭課 児童係 ☎973-4983

子どもの権利についてご存じでしょうか？

子どもの権利について、1989年11月20日の第44回国連総会において、子どもの権利条約が採択されています。この条約は世界中すべての子どもたちがおとなと同じように、ひとりの人間として様々な権利を認められていることや、子どもならではの権利を定めたものとなっています。子どもの権利についての詳しい内容は、ホームページに掲載しております。この機会に子どもの権利について考えてみませんか。



子どもの権利についての
ホームページはこちら



お問合せ
こども政策課 ☎923-7624



うるまこどもステーションきょうめいカルプラザに歯科が開院！

予防歯科に力を入れている医院で、かかりつけ医として子どもたちに寄り添った診療を行います。摂食・嚥下機能、発達に課題がある子にも専門医が対応します。

- クリニック名** つがやす歯科こども歯科(5月上旬開院予定 詳細決まり次第、市HPへ順次掲載)
- 場所** うるまこどもステーション きょうめいカルプラザ【医療棟】2-A
- 診療科目** 小児歯科、一般歯科、予防歯科、審美歯科、訪問歯科、歯周治療、入れ歯・補綴
- 診療時間** 月～金 午前9:30～1:00、午後2:30～6:00 ※土・日・祝は休診日

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前	9:30～1:00	○	○	○	○	○	-	-
午後	2:30～6:00	○	○	○	○	○	-	-

【お問合せ】こども発達支援課 ☎923-7108

電子図書館受付中

Webから申し込みができます。



うるま市立電子図書館で検索

図書館カレンダー 5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			

赤色は休館日です。

☆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。

高齢者

チャーガンじゅー

だより



介護予防・生活支援サービスのご案内

うるま市では、高齢者の皆様ひとりひとりが生きがいを持ち、自分らしく生活できることを応援するために、利用者に合ったサービスで楽しみながら身体機能の改善や物忘れ予防のトレーニングが行える通所型サービスを実施しています。

対象者 うるま市に住む65歳以上で、要支援1・2または事業対象者の方
(※基本チェックリストに該当する方)

自宅から開催場所まで送迎付き

利用料 200円 / 1回

お近くの公民館でトレーニング

ゆるトレ倶楽部

参加者皆さんで交流を図りながら運動や脳トレを行うことで、心身ともにリフレッシュにつながるようサポートしていく通所型サービスです。

頻度 週に1回(1回3時間程度)

場所 具志川ドーム・石川前原自治会・勝連地区公民館・与那城西原公民館
(※施設の事情により、場所を変更する場合がございます)



3ヶ月の短期集中トレーニング

アクティブ★シニア教室

専門職(理学療法士や作業療法士等)がつき、対象者に合った運動メニューを行います。

場所 津嘉山の杜ヒルトップカシアタ
(うるま市江洲)

頻度 週に2回(1回3時間程度)



脳活性化教室

頭を使いながら体を動かすことで、脳の健康の維持・改善を目指します。

場所 ①うるみん
②歩行と脳のフィットネスデイサービス PLIFE(うるま市兼箇段)
利用する曜日によって①か②で場所が変わります。

頻度 週に2回(1回3時間程度)

【お問合せ】介護長寿課 地域支援係 ☎ 973-5112

「高齢者交流サロン」活動中です!

高齢者交流サロンとは、住み慣れた地域で積極的な社会参加および生きがいづくりを図るため、地域で自主的に運営されている気軽に集まれる交流の場・仲間づくりの場のことです。

サロンでは、生き生き百歳体操を行うほか、カラオケや園芸、手工芸など多種多様なものが行われており、「生きがいのある楽しい居場所づくり」を目指し、取り組んでいます。

市では、高齢者の『身近な通いの場』として「高齢者交流サロン」の設置運営を推進・支援しています。

2月、市内の高齢者交流サロン3地区4団体の交流を兼ねて、那覇文化芸術劇場「なは ーと」へ行き、歌舞劇の鑑賞会を行いましたのでご紹介します。



「サロンに参加してみたい!」「自分たちもやってみたい!」その時は、ぜひ下記へお問い合わせください。

【お問合せ】介護長寿課 高齢者福祉係 ☎ 973-3208

保健
だより

5月31日は世界禁煙デーです

健康支援課 ☎ 973-3209

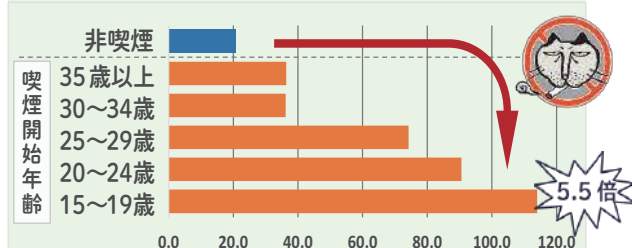
世界禁煙デーは、WHO(世界保健機関)がタバコのない社会の実現をめざし、**ノータバコデー(その日1日だけは、タバコを吸わない日にする)**の実践を推奨しています。日本では1992年(平成4年)に、世界禁煙デーである5月31日から6月6日までの1週間を禁煙週間と定め、禁煙と健康に関する啓発活動が行われています。

吸い始めが若いほど命を縮めます

右のグラフが示す通り、非喫煙者よりタバコを吸い始める年齢が早ければ早いほど、死亡率が5.5倍も高くなっています。また、タバコに含まれる『ニコチン』への依存度も年齢が低いほど影響が大きいと言われています。**タバコは吸わない意思をもちましょう。**

※標準化死亡率:人口10万人に対する死亡率のこと

【喫煙開始年齢別肺がん死亡の標準化死亡率】



(資料:「平山らによる調査/1966-82」を元に作成)

まわりの人への健康被害に配慮しましょう

タバコを吸う本人はがんや生活習慣病の発症の危険性が高いことは言うまでもありません。しかし、タバコを吸う人が身近にいて、煙の影響を受ける(受動喫煙)人の方が、肺がんの発症リスクが高いことも知っておきましょう。

「タバコを吸わない女性の肺がんの37%は、夫からの受動喫煙が無ければ防ぐことができる」との研究結果もあります。

受動喫煙のない社会をめざしましょう

2020年『改正健康増進法』により「マナーからルールへ」と望まない受動喫煙の対策が強化され、学校や病院などは『敷地内禁煙』飲食店などの施設が『屋内禁煙』となりました。これまで喫煙していた方も今年こそ、自分自身も周りの人の健康を守るため禁煙にチャレンジしてみませんか?

TDS ニコチン依存度テスト

設問内容	はい	いいえ
問1 自分が吸うよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがありましたか?	1点	0点
問2 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか?	1点	0点
問3 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまたまなくなることがありましたか?	1点	0点
問4 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれがありましたか? (イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)	1点	0点
問5 問4でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか?	1点	0点
問6 重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか?	1点	0点
問7 タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか?	1点	0点
問8 タバコのために自分に精神的問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか?	1点	0点
問9 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか?	1点	0点
問10 タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度ありましたか?	1点	0点

(厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイトより)

結果:5点以上の方は禁煙外来を受診しましょう。

意思が弱いから禁煙できない?

→ いいえ

「ニコチン依存症」という病気です。

医療機関で相談しましょう。
※禁煙外来のある医療機関については「健康支援課」へお問い合わせください。



〈うるま市のホームページ〉にも禁煙に関する情報を掲載しています。

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合せ先へご確認ください。

市役所 TEL974-3111
総合案内 FAX973-9819

健康

楽しくウォーキング(集団)

- 国民健康保険加入者福利厚生
間違った歩き方や無理をした歩き方をした結果、体を痛めたり、ストレスを抱える前に続けられて、効果のある、安心安全なウォーキングを学んでみませんか。
 - 募集 5月1日(月)～22日(月)
 - 期間 5月29日～7月10日(全7回) 毎週月曜日
 - 時間 午前10時～11時30分
 - 場所 石川運動場
 - 参加料 無料 ■定員 20名
 - 対象
 - ①19歳～74歳の市国保加入者(以外は要相談)
 - ②令和4年度健診を受けた方、令和5年度健診を受けた方、予定者
 - ③運動制限の無い者
- 申込方法 2番窓口または電話にてお申し込みください。
- 申 問 うるみん3階健康支援課
保健事業係 ☎973-14960

お知らせ

うるま市頑張る農業を応援します事業

地産地消及びブランド化の推進を目的として、農業施設等(強化型パイプハウス等)導入に必要な費用の一部助成を予算の範囲内において行います。希望者は所属する農業協同組合や農業者団体等へご相談ください。

なお、事業の要綱や申請様式など詳しくは生産振興課窓口にて配布しております。

- 補助率 事業費の範囲内で10分の8以内 ※消費税相当額は含みません。
- 提出期間 5月1日(月)～31日(水)
- 提出資料 調査票または事業実施計画書
- 対象要件
 - ・事業実施主体は、農業協同組合、農業者団体(2名以上)その他市長が認める者
 - ・市内に農業経営の用地を確保し、かつ、市内に住所を有する者。(1年以上以上在住していること。)
 - ・対象地域は、市内の農業振興地域内であること。
 - ・市税及び国民健康保険税を完納していること。
 - ・経営体育成支援事業及び沖縄県新規就農一貫支援事業に該当しない者。
 - ・他に要件あり。詳細は、生産振興課までお問合せください。

申 問 本庁舎(西棟) 農林水産部
生産振興課 ☎923-17616



令和5年度うるま市教育支援委員会について

市教育委員会では、一人一人に応じたより適切な就学先の決定や、個に応じた指導、教育的支援、教育環境等について、保護者の皆様と一緒に考えて参ります。つきましては、令和6年度に県立特別支援学校または、特別支援学級、通級指導教室での学習を検討しているお子さんをお持ちの保護者の皆様や、特別支援学級から通常学級等への学びの場を変更することを検討している保護者の皆様は左記期限までにお申し込みください。

■申込期限
・小学校5～6年生 5月31日(水)
・小学校3～4年生、中学校2年生 6月30日(金)
・5歳、小学校1～2年生、中学校1年生 7月31日(月)

■申込場所 所属する小・中学校、保育所、幼稚園、こども園等へ申し込んでください。

※家庭保育や市外の幼稚園等を通じている場合は、市こども発達支援課へお問い合わせください。☎923-7108

■対象 令和6年度、県立特別支援学校や小・中学校の特別支援学級、通級指導教室での学びを考えている幼児・児童・生徒および特別支援学級から通常学級等へ学びの場の変更を考えている幼児・児童・生徒

申 問 こども発達支援課(未就学児) 学校教育課(小中学生)
☎923-17108
☎923-17120

省エネ診断活用のお知らせ

国の委託を受けた機関が、光熱費削減を目的とした省エネ診断を通して、企業等のエネルギー管理状況を把握し、コスト削減を目標に行います。サービス内容の詳細については、本ホームページをご確認ください。

■対象 中小企業基本法に定める中小企業者、または、会社法上の会社に該当せず、前年度もしくは直近1年間のエネルギー使用量(原油換算値)が15000kl未満の事業者

■対象設備 区分空調設備、照明設備、ボイラー給湯機等

■受診料
5280円(設備単位プラン)/区分 ※2区分まで可
15840円(まるっとプラン) ※3区分

■申込方法 電話またはメール

申 問 特定非営利活動法人 沖縄県環境管理技術センター
<https://oematec.org>
☎098-1853-13739



第2次うるま市都市計画マスタープランを策定しました。

うるま市の将来(おおむね20年後)を見据えた、土地利用や都市基盤(道路・公園)などの都市計画に関する基本的な方針を定める「第2次うるま市都市計画マスタープラン」を策定しましたのでお知らせ致します。詳細は、市ホームページをご確認ください。

申 問 都市政策課
☎923-17620



ドキュメンタリー映画「むんじゅる笠ー瀬底島の笠」上映会

沖縄そば、ヒラヤーチー、パンや麦茶など、今でも日々の食の中で身近な「麦」。そして今、琉球の時代盛んだった「麦」の復活に取り組んでいる人々があります。その副産物で作られる当時の生活を支えていた麦わらと竹で作る「むんじゅる笠」。麦の食文化復活の陰で、消えつつある文化があることを観て感じて下さい。

■日時
5月21日(日)午前9時30分/午後5時/午後7時30分(3回上映)

■場所 あまわりパーク歴史文化施設(多目的室)

■料金 500円(事前予約優先)

■協力 株式会社映像制作海燕社

■申込方法 ホームページ内申込フォームまたはお電話

申 問 あまわりパーク管理事務所
☎978-12033

教室・講座

生活習慣病予防事業(国保加入者福利厚生事業)

- ①トータルフィットネス教室
ストレッチ・筋トレ・水中運動・ウォーキングなど、色々な運動の基本を学べる。久しぶりに運動する方にやさしい教室
 - ②スタジオエクササイズ教室
1畳分のスペースがあればアパート等のお部屋でもできる! トレーニング・ストレッチ講座
- 日時
6月12日・19日・26日・7月3日・10日・17日・24日・31日
月曜日午後8時～9時
②6月9日・16日・23日・30日・7月7日・14日・21日・28日・金曜日午後8時～9時
- 場所 健康福祉センターうるみん1階
- 対象 19～74歳国保加入者
- 令和4年度健診を受けた方
- 令和5年度健診を受けた方・予定者
- 定員 各20名 ■参加料 無料
- 持ち物
①タオル、飲み物、室内シューズ、水着、水泳キャップ
②タオル、飲み物
- 申込期間 5月10日～6月6日
- 申込方法 お電話もしくは来所にてお申し込み下さい
- 申 問 うるみん3階 健康支援課 保健事業係
☎973-14960

5月は軽自動車税の納期です

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 **5月31日(水)**

課税について
市民税課 ☎973-5382
納税について
納税課 ☎973-1099



婦人がん検診の予約受付中です!

年度の後半から(特にマンモグラフィー検査)は医療機関、集団ともに予約が取れない状況となります。ご予約はお早めに。

検診の種類と受診方法はこちら



婦人がん検診(集団)のWeb予約始めました
予約フォームはこちら



●ご予約・お問合せ: 健康支援課(うるみん3F) TEL:973-4960 FAX:974-4040

うるま市民 各種無料相談のご案内

- 01 弁護士による法律相談【問合せ】市民協働政策課 ☎973-5487**
 とき 5月11日(木)、18日(木)、25日(木)、6月8日(木)午後2時～4時
 ※各相談日の1週間前からお電話での予約となります。
 (予約時間平日午前8時30分から、先着順)
 ところ 本庁舎西棟1階 市民協働政策課 (ふるさとハローワーク向い)
- 02 行政相談委員による相談【問合せ】市民協働政策課 ☎973-5487**
 道路や社会福祉など、行政(国、県、市)の仕事のことで困ったときはご相談ください。
 とき 5月23日(火) 午後1時30分～4時 ※予約不要
 ところ 本庁舎東棟1階 市民相談室 (国民健康保険課隣り)
- 03 人権擁護委員による相談【問合せ】共生推進室 ☎973-8927**
 いじめや嫌がらせなど人権に関する相談ができます。予約不要
 とき 5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)
- 04 司法書士による法律相談【問合せ】沖縄県司法書士会 ☎867-3577**
 とき 5月17日(水) 午後2時～4時 要 電話予約
 ところ 本庁舎東棟1階 市民相談室 (国民健康保険課隣り)
 相談希望の方は、沖縄県司法書士会 司法書士総合相談センターに電話
 予約してください。(予約時間は平日 午前9時～午後5時)
- 05 家庭児童相談【問合せ】子育て世代包括支援センター ☎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 子育て世代包括支援センター
- 06 女性相談【問合せ】子育て世代包括支援センター ☎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9時～午後5時
 ところ 本庁舎東棟2階 子育て世代包括支援センター
- 07 就労・生活支援相談【問合せ】パーソナルサポートセンター ☎989-3972**
 経済的に困っている方や、就労についての無料相談を行っています。
 とき 【平日】 午前8時30分～午後5時15分
 ところ 本庁舎東棟2階 就職・生活支援パーソナルサポートセンター
- 08 教育相談・青少年相談【問合せ】教育支援センター ☎989-9127**
 児童生徒の不登校等について、教育相談員と一緒に考えます。
 また、18歳未満の方の進学や就労などのお手伝いをします。
 ※お電話にて相談申込みを受け付けております。
 とき 【平日】 午前8時30分～午後5時
 ところ 与那城地区公民館2階、本庁舎西棟3階
- 09 障がい者(児)等相談【問合せ】障がい福祉課 ☎973-5452**
 障がいに関する相談や生活に関する相談や情報提供、福祉サービスについてなど。
 とき 【平日】 午前8時30分～午後5時15分まで
 ところ うるま市地域生活支援センターあいあい TEL 098-979-0555
 相談支援センター石川学院 TEL 090-6869-5286
 相談支援センターハルモニア TEL 090-1943-9579
 相談支援事業所サマンの木 TEL 080-6488-9909

特定防衛施設周辺整備調整 交付金活用の周知



令和3、4年度「特定防衛施設周辺整備調整交付金事業」により、(仮称)うるま市総合アリーナ整備基本計画を策定しました。



詳しくはこちら

問い合わせ プロジェクト推進1課 ☎973-5373

男性専用の相談電話

沖縄県男女共同参画センター ているる

男性のための相談電話
098-868-4011
 相談日 ▶ 日曜、月曜 / 10時～16時
 ※祝日にあっても月曜と12/29～1/3は休み

相談は無料 秘密は厳守します 男性の相談員が対応します

ひとりで悩んでいませんか？

新火葬場の整備及び都市計画変更に関する説明会

字具志川に位置する「うるま斎苑(具志川火葬場)」は、火葬炉設備の老朽化が進んでおり、また、近年の高齢化の進展による火葬需要の増加等へ対応するため、新たな火葬場の整備が必要な状況にあります。現火葬場の隣接地を対象とした新火葬場の整備に係る都市計画原案を策定するにあたり、下記の日程で説明会を開催いたします。

日時 5月24日(水) 午後7時～午後8時
場所 生涯学習文化振興センターゆらてく(1階多目的ホール)
対象 うるま市民等
 (市内に住所を有する者、市内に存する事務所又は事業所を有する個人もしくは法人その他の団体等)

問い合わせ プロジェクト推進1課 ☎973-5373

STOP 安易な契約。もうけ話や脱毛・エステ契約に気をつけて

- 18歳になると“大人”として認められ、契約するときに親の許可は必要ありません。
 - ・事例①「親に相談して決めたい」と言ったら、『大人が親に相談するのはおかしい。今すぐ決めて』と誘われた。
 - ・事例②「お金が無い」と断ったのに、『必ずもうかるから、借金してでも契約しよう』と迫られた。
- SNS広告やマッチングアプリを信じ契約した事例もあります。正しい情報は若者ナビ(QRコード)で!

ご相談は、うるま市消費生活相談センターへ
☎973-5692(平日午前9時～正午、午後1時～4時)



体験講座 「おじいさんと遊ぶ干潟」
 昔と今で変化した干潟の様子や周辺の人々の生活、昔から干潟で行われる漁の方法などを解説してもらおう講座です。
日時 6月3日(土) 午前9時～正午
集合場所 海の文化資料館
対象 小学2年生以上(小学生は保護者同伴必須、未就学児参加不可)
定員 20名(1組5名を上限とする)
参加料 無料 **申込期限** 5月31日
申込方法 電話または申込専用サイトに受付
 (※専用サイトは5月10日に海の文化資料館ブログへ掲載します)
申 問 海の文化資料館 ☎978-18831

これから運動を 始めたい方のための教室
 【国保加入者福利厚生事業】
 これから運動を始めたいと思っっている方向けの教室です。運動に関する基礎知識や自宅で行えるストレッチ、筋力トレーニングを取得したり、食生活改善に向けた栄養講話や個別アドバイスも行います。
日時 6月5日・12日・19日・26日・7月3日・10日・24日・31日
場所 健康福祉センターうるま
 1階スタジオ
対象 19歳～74歳 国保加入者
定員 15名 **参加料** 無料
持ち物 タオル、飲み物
申込期限 5月10日～6月1日
申込方法 お電話もしくは来所にてお申込み下さい
申 問 うるまみん3階 健康支援課保健事業係 ☎973-14960

マイナンバーカードの 休日申請・交付日
5月
 7日(日) 午前9時～午後1時
 14日(日) 午前9時～午後1時
 28日(日) 午前9時～午後1時
 ※マイナンバーカードに関する手続きは事前に電話予約が必要です。
 ※毎週木曜日(祝日除く)は夜8時まで交付および申請を受け付けております。
申 問 市民課 ☎989-5410

知って得する! お塩ひかえめ講座
 気になるカロリー・糖質・脂質…では塩分は？実は適度な減塩こそ、赤ちゃんとのおじいおばあまでみんなに必須!本講座で自身の食習慣を振り返りつつ、減塩≠味がうすい≠おいしくないを実感してみませんか?どなたでもお気軽にご参加ください!
日時 6月3日(土) 午前10時～午後1時
 ※午前9時30分受付開始
場所 健康福祉センターうるまみん3階調理室
対象 19～74歳のうるま市民
定員 24名
※定員に達し次第受付終了
入場料・参加料 無料
内容 味覚・習慣チェック、ミニレクチャー、調理実習、試食など
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
申込期間 5月1日～26日
※土日祝除く
申込方法 健康支援課窓口、またはお電話で申し込み
申 問 うるまみん3階 健康支援課保健指導係 ☎973-13209

手話奉仕員養成講座(入門) 受講者募集
 手話をする必要とする聴覚障がい者のコミュニケーション支援を充実するため、手話奉仕員養成講座を開催します。
 ※来年度基礎講座を予定しています。
日時 6月15日(木)～令和6年2月1日(木) 午後2時～4時(全30回)
場所 健康福祉センターうるまみん2F第2交流室
対象 市内在住または在勤で、手話に興味があり、修了後活動に協力していただける方。
定員 18名
受講料 無料
 ※テキスト代等は実費負担

血管が柔らかくなる ストレッチ教室
 【国保加入者福利厚生事業】
 高血圧の予防改善のためのストレッチやエクササイズを行います。
 「こんな方にオススメ」
 ・健康診断で血圧が高めだった
 ・高めの血圧が気になる。
 ・血圧を安定させたい。
日時 6月7日・14日・21日・28日・7月5日・12日・19日・26日
水曜日 午前10時～11時30分
場所 健康福祉センターうるまみん1階スタジオ
対象 40歳～74歳 国保加入者
定員 15名 **参加料** 無料
持ち物 タオル、飲み物
申込期限 5月10日～6月4日
申込方法 お電話もしくは来所にてお申込み下さい
申 問 うるまみん3階 健康支援課保健事業係 ☎973-14960

手話奉仕員養成講座(入門) 受講者募集
 手話をする必要とする聴覚障がい者のコミュニケーション支援を充実するため、手話奉仕員養成講座を開催します。
 ※来年度基礎講座を予定しています。
日時 6月15日(木)～令和6年2月1日(木) 午後2時～4時(全30回)
場所 健康福祉センターうるまみん2F第2交流室
対象 市内在住または在勤で、手話に興味があり、修了後活動に協力していただける方。
定員 18名
受講料 無料
 ※テキスト代等は実費負担

クックパッド活用 料理教室
 【国保加入者福利厚生事業】
 市公式キッチンがクックパッドにあることをご存じですか?管理栄養士監修でレシピを公開している、減塩やヘルシー、時短や電子レンジ調理など、様々な種類で簡単に作れる健康レシピがたくさんあります。調べ方や見方を伝えながら、実際に調理も行う予定です。使い方がわからない方や自炊を頑張りたい方必見です!ぜひご参加お待ちしております。
日時 6月17日(土) 午前10時～午後1時
場所 健康福祉センターうるまみん3階調理室
対象 国保加入者の19～74歳の方で、R4、R5年度健診済み、または予定予約されている方
定員 16名 **参加料** 無料
申込期間 5月8日(月)～6月15日(木) (土日祝を除く)
申込方法 電話または窓口にてお申込みください
申 問 うるまみん3階 健康支援課保健事業係 ☎973-14960

ご寄付ありがとうございます。

うるま市へ

有限会社 協進(天願勝行) 様より 10万円の寄付
東亜貿易(株)様、(株)リスモプラン 様より
アルコールジェルの寄贈

うるま市育英会へ

平川 浩 様(仲嶺)より 3万円の寄付

ウクライナ避難民家族へ

うるま市赤十字奉仕団員 様より 112,000 円の寄付

うるま市社会福祉協議会へ

うるま市商工会女性部 様(石川白浜)より 63,000円の寄付
与那嶺 清子 様(石川)より 1万円の寄付
海勢頭 幸一 様(字江洲)より 5千円の寄付
島袋 タケ 様(石川)より 37,295円の寄付
高屋 和一 様(勝連平安名)より 5万円の寄付
中村 信雄 様(与那城)より 4,026円の寄付
平川 浩 様(字仲嶺)より 3万円の寄付

うるま市へ企業版ふるさと納税として

有限会社沖縄クリーン工業 様
株式会社ブルーポイント 様
エムテック有限会社 様
株式会社NATION. 様
株式会社ファーマーズ・フォレスト 様
株式会社ビートレーディング 様
一般社団法人日本中小企業金融サポート機構 様
株式会社パークホームズ 様
株式会社国際システム 様 【寄附額合計】8,900,000 円

寄附企業の紹介はこちら



消防本部からのご案内



危険物取扱者試験

第1回

■試験日 6月11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 5月2日(火)~5月15日(月)

第2回

■試験日 6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 5月11日(木)~5月19日(金)

消防設備士試験

■試験日 6月25日(日)
■試験の種類 午前の部 乙類(第1類~第7類)
午後の部 甲類(特類、第1類~第7類)
■願書受付期間 5月15日(月)~5月25日(木)

■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、ホームページからもダウンロードできます。

■願書提出先

(一財)消防試験研究センター沖縄県支部へ郵送または直接提出。

詳しくはこちらをCheck!



申 問 (一財)消防試験研究センター沖縄県支部 ☎941-5201

うるま市消防本部からのお知らせ

次の防火対象物には火災予防のため、防火管理者の選任が必要です

- 火災発生時に自力で避難することが著しく困難な者が入所する社会福祉施設等がある建物は、収容人員が10人以上から該当します。
 - 劇場・飲食店・店舗・ホテル・病院など不特定多数の者が出入りする建物は、収容人員が30人以上(①を除く)から該当します。
 - 共同住宅・学校・工場・倉庫・事務所などの建物は、収容人員が50人以上から該当します。
- ※ 防火管理者を選任していない場合、また防火管理業務を適正に実施していない場合には、消防法違反となり罰則を受けることがあります。

問 消防本部予防課 ☎975-2119

ゆるてく通信 生涯学習のススメ

令和5年度公民館講座のご案内(受講生募集!)

●講座名 初心者に優しい健康マージャン教室

●日時 6月6・8・13・15・20・22・27・29日
午後2時~午後4時
毎週火・木曜日(全8回)

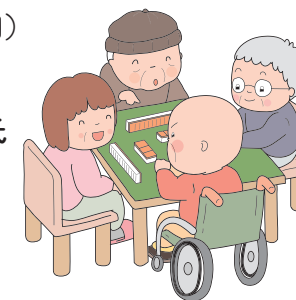
●場所 ゆらてくホール

●講師 まえはな まさき まえはな あい
前花 正樹氏、前花 愛氏

●定員 20人

●受付期間 5月26日(金)まで

●テキスト代 1,000円



●講座名 プランターで作るポリフェノールたっぷり! 完熟レッドドラゴン

●日時 6月11日(日)午前10時~午後1時

●場所 ゆらてく研修室1・中庭

●講師 やびく そうじつ
屋比久 壮実氏

●定員 20人

●受付期間 5月26日(金)まで

●材料費 300円



●お問合せ

生涯学習・文化振興センターゆるてく お申込みは、お電話はこちらから
☎988-5508

※応募多数者の場合は抽選となり抽選結果は当選者のみに連絡致します。



男女共同参画コーナー

どーおもう?

「フリーズ部長」



共生推進室
(男女共同参画センター)
☎973-8927



令和5年4月1日現在 前月比

人口	126,023人	-16
男	63,120人	16
女	62,903人	-32
世帯数	56,363世帯	126



令和5年3月()は令和5年2月からの累計

救急出動件数	708件 (2,036件)
搬送人員	607人 (1,708件)
火災件数	1件 (8件)

接種費用 無料
(全額公費)

新型コロナワクチン 令和5年度春開始接種が 始まります



対象者

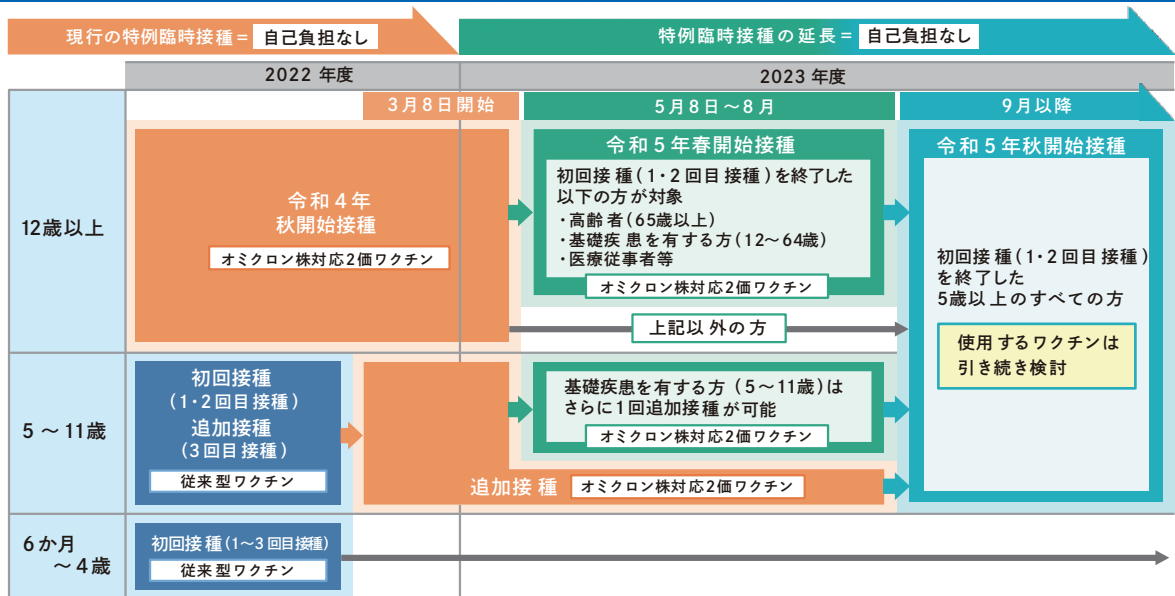
- ① 65歳以上の方
- ② 基礎疾患を有する方(12～64歳)
- ③ 医療従事者・高齢者施設等従事者
- ④ 基礎疾患を有する方(5～11歳)

使用するワクチン

- ① オミクロン株対応2価ワクチン
 - ①ファイザー社製 ②モデルナ社製
 - ③ファイザー社製小児用(5～11歳)
- ② 武田社製従来株ワクチン(ノババックス)

上記以外の5歳以上の初回接種(1・2回目)を終了した方については「令和5年秋開始接種(9～12月)」の接種を予定しております。

令和5年度における新型コロナワクチン接種のイメージ



接種時期

前回接種から3か月以上経過後

注: 3か月以上経過後・・・「3か月後の同じ日以降」を指します。



※ノババックスワクチンの接種を希望する場合は、前回接種から6か月以上経過後



接種券について

初回接種(1・2回目)を終了した5歳以上のすべての方へ接種券を発送いたします。
春開始接種(5～8月)対象外の方は秋開始接種(9～12月)まで手元に保管してください。

ワクチン接種の日程

うるま市での個別医療機関接種・集団接種の日程等については現在未定です。
決まり次第、ホームページ・LINE等でお知らせします。
ご不明な点などがございましたら、下記コールセンターへお問い合わせください。

お問合せ：新型コロナワクチン接種コールセンター ☎ 098-923-7140