

6

令和5年(2023年)

No.219

ふるま



第118回 「春の全島闘牛大会」

職員募集(技術職)	P2~3	敬老関連/高齢期(住まいの講習会)/情報公開制度	P10	ちゃーがんじゅー	P15
まちの話題	P4~5	感動産業特区	P11	年金便り	P16
うるまっぷ公開	P6~7	わくわくこどもだより	P12	地域計画意見交換会/みなさまの大切な農地をお貸ください	P17
令和4年度ゴミ処理経費	P8	としょかんだより	P13	くらしの情報	P18~23
マイナポイント	P9	そだちのきほん	P14	うるままるごと音楽祭	P24

私たちは
うるま市の未来を
創造築
ります



#挑戦

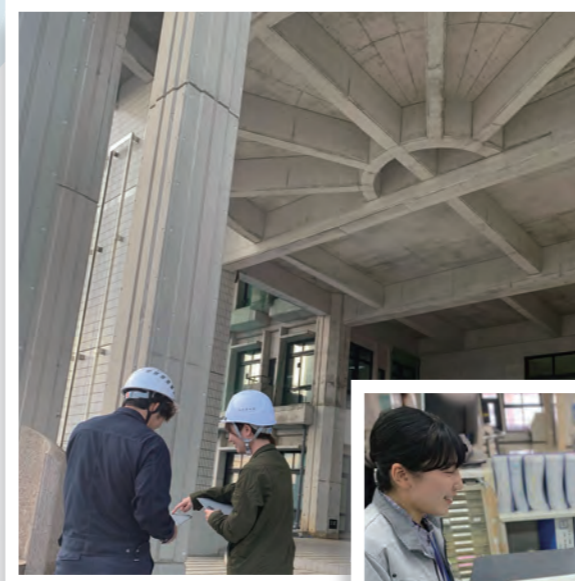
#感動をつくる

#チームワーク

うるま市には
優秀な人材が必要です！

声を大にして、言わせてください。

「うるま市民のために全力になれる
あなたを待っています」



#ワーク・ライフ・バランス

#うるま市

#技術職



うるま市役所
職員募集(技術職)

職種 / 区分

技術職 (土木・建築・電気・機械)

試験要項

令和5年6月1日以降、HPに公開します。

受付期間

令和5年6月8日～6月22日

お問合せ

総務部職員課 人材育成係 ☎098-973-5251

4/26 支えあう住みよい社会地域から
新たな民生委員・児童委員が決まる



民生委員・児童委員として新たに、伊波庸子氏(旭)、吉田紀子氏(旭)、宮里清子氏(上平良川)、宇良恵子氏(兼箇段)、兼城吉治氏(照間)、大城輝子氏(屋慶名)、徳元辰子氏(喜仲)、横田亜矢加氏(みどり町三・四丁目)が厚生労働大臣の委嘱を受けました。

5/2 「いのちを救う」活動へ役立てます
赤十字活動資金募集うるま市地区出発式



5月1日から赤十字会員増強運動月間が全国一斉に展開されるのに合わせ、中村地区長、赤十字奉仕団をはじめ、関係者が参加し「赤十字活動資金募集 うるま市地区出発式」が本庁西棟玄関前で行われました。
出発式終了後、市内事業所などを訪問し、募金の協力を呼びかけました。

5/12 チームで勝ち取った嬉しい優勝！
具志川東中学校野球部 優勝報告



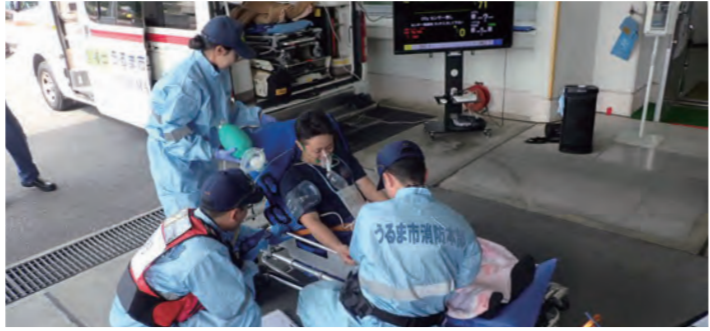
4月23日に開催された、「第12回うるま市長杯中地区中学校軟式野球選手権」において、みごと優勝を果たした具志川東中学校が、市役所を訪れ中村市長へ報告を行いました。
今大会で、打撃賞・殊勲賞もチームの中から選ばれており喜びの声をあげました。

4/17 心技体で頂点つかむ
全国高等学校相撲選抜大会 優勝報告



3月19日に開催された、「全国高等学校相撲選抜大会」において、眞榮里優翔さんが県勢初優勝(個人80キロ級)の素晴らしい成績を収めたとして、新垣博之校長先生をはじめ中部農林高等学校相撲部が市役所を訪れ、中村市長へ喜びの報告を行いました。

4/28 連携を高め、いのちを救う
ドクターカー連携訓練



石川消防署において、中頭病院ドクターカーとの訓練を行い、連携強化を図りました。
訓練は、アナフィラキシー・交通外傷の2想定で行い、傷病者の後遺症軽減および救命率の向上を目指し、早期医療介入や情報共有の重要性を認識する取り組みを行いました。

5/1 掴み取った勝利！！
極真連合杯世界空手道選手権大会優勝報告



4月8～9日、開催の「第5回 世界空手道選手権大会」において、女子軽量級優勝、金城芽唯美さん(中央)同準優勝、金城杏奈さん(写真左)、男子40歳代4位、砂川寛英さん(写真右)が市役所を訪れ、中村市長へ喜びの報告を行いました。

5/14 石川多目的ドームに316インチの大型ビジョン
第118回「春の全島闘牛大会」にてお披露目



5月14日(日)に開催された第118回「春の全島闘牛大会」において316インチの大型ビジョンがお披露目されました。
この大型ビジョン設置は石川多目的ドームの石川インターチェンジ周辺という魅力ある立地を生かし、施設の利用向上・観光誘客及び経済波及効果に取組むことを目的に、年間通じてイベントは開催が可能となる施設整備として行われました。
闘牛大会の際には牛の入場を盛り上げ、今日の牛が対戦しているかが一目で分かり、会場を大いに盛り上げてくれました。
今後もイベント企画などで活用し、地域の活性化を図っていきます。

4/21 うるまの空に笑顔ひろがる
こいのぼり掲揚式



21日、「こいのぼり掲揚式」が本庁西棟玄関前で行われ、あげなこども園と天願こども園の園児や多くの関係者が参加しました。
式典では、朝から元気いっぱいの園児らによる手遊びやウルマダグスが披露され、空高く泳ぐこいのぼりに大歓声とたくさん笑顔がみられました。

4/21 競技力向上へ貢献
トランポリン・タンブリング競技成績報告



九州トランポリン競技選手権大会女子高生の部優勝・全日本ダブルミニトランポリン2位、又吉夢奈さん(中央)と全日本タンブリング男子オープン3連覇、又吉健斗さん(左)が市役所を訪れ、中村市長へ喜びの報告を行いました。

4/14 勝連もずく天ぷらの美味しさに感動！
「100年フード」認定お披露目式



文化庁主催の「未来の100年フード 部門」において「勝連のもずくてんぷら」が認定され、4月14日うるまマルシェで100年フード認定お披露目式が執り行われました。
お披露目式では、市の誇れるソウルフードに参加者らは舌鼓を打ちました。

4/14 チーム一丸で全国準優勝
やんちゃドッジボールクラブ大会結果報告



3月26日に開催された、「春の全国小学生ドッジボール選手権全国大会」において、やんちゃドッジボールクラブが市役所を訪れ、準優勝の報告を行いました。
中村市長からは「学校生活・家庭生活すべてにおいて努力の成果が素晴らしい成績へと繋がった。自信を持って今後も取り組んでください。」と激励がありました。

「うるマップ」へのアクセス方法

パソコンやタブレット、スマートフォンから下記URLへアクセスしてください。
また、うるま市のホームページにあるバナーリンクやうるま市公式LINEからもアクセスいただけます。

PC <https://gis.city.uruma.lg.jp/uruma/>

スマホ <https://gis.city.uruma.lg.jp/uruma-sp/>



スマートフォン用 QR コード



市公式LINE

地図情報の閲覧方法

地図情報の閲覧方法は、3ステップです。ポータル画面から見たいマップを選ぶと地図が表示されます。見たい場所等をクリックすると、詳細な情報が確認できます。

マップを選ぶ

STEP 01

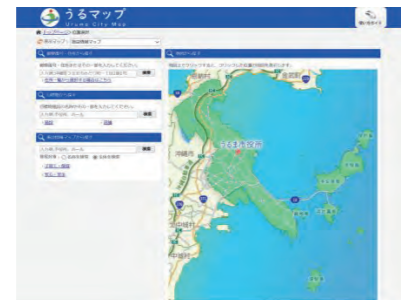
見たいマップをクリック！



場所を選ぶ

STEP 02

住所・目標物などで検索。
イラスト地図から選びます。



情報を選ぶ

STEP 03

地図上の見たい情報を
クリック！



「マップ切替」で、同じ位置の他のマップ情報
に表示変更できます。

案内地図作成サービス「Mappin' Drop」

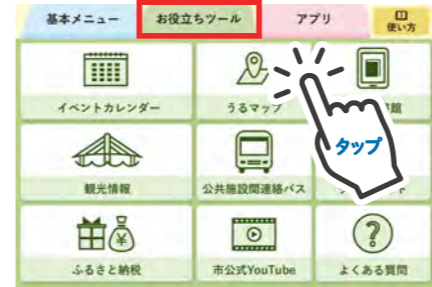
Mappin' Drop

「うるマップ」では、案内地図作成サービス「Mappin' Drop」をご利用いただけます。
うるマップから起動し、おしゃれな地図が作れます。
イベントやお店の案内など、自由にご利用ください！



うるマップ

うるま市公式LINEリッチメニュー

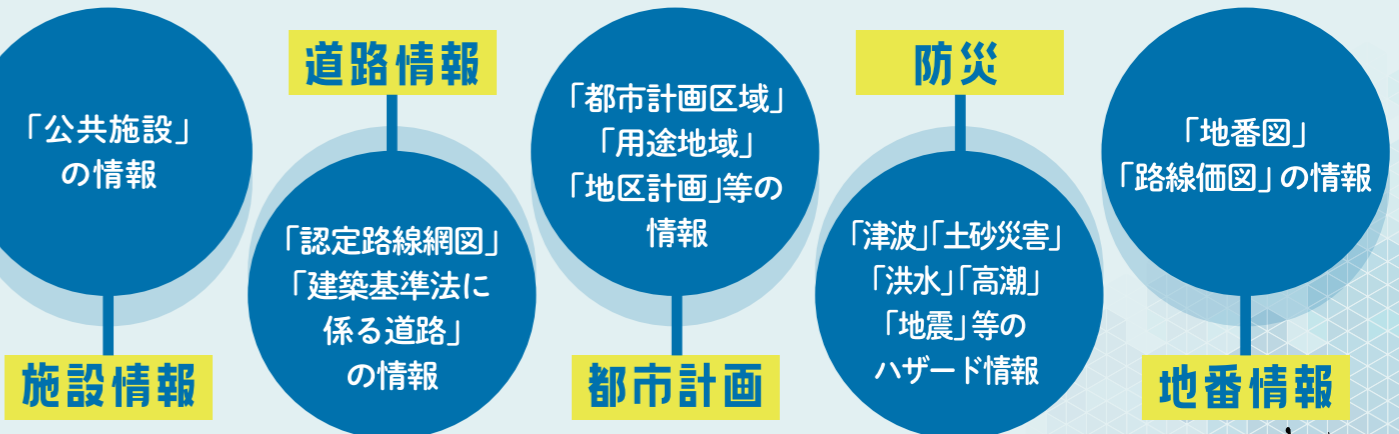


うるま市の行政地図情報がいつでも閲覧できる「うるマップ」の公開を開始します。
ご自身のパソコンやタブレット、スマートフォンから、いつでもうるま市の施設や地番情報、都市計画図や道路情報など、様々な地図情報を確認することができるようになりました。



「うるマップ」で閲覧できる地図情報

市役所へ来庁することなく、インターネットから下記の地図情報が閲覧できます。



～デジタル庁・総務省・厚生労働省からのお知らせ～

お早めにマイナンバーカードを受け取り、 マイナポイントを申込みください！

① **マイナポイントの申込期限は、
2023年9月末です。**

9月末よりも早く
申込みを締め切る
決済サービスも
あるから注意！



② **ポイントの申込みには、2023年2月末までに
申請したマイナンバーカードが必要です。
市区町村から交付通知書が届いたら、
お早めにカードを受け取りにお越し下さい。**

③ **ポイント申込期限(9月末)間際には窓口が混雑し
ますので、お早めのカード受け取りを重ねて願
いします。**

※ポイント申込サイトも混雑することが考えられるので、
カードを受け取ったらお早めにポイントをお申込みください!!

マイナポイントの申込方法 3 選

① スマートフォン
から申込み場合



「マイナポイント」アプリ
をインストール。
ログイン後、画面の指示
に従ってお申込みください。

② パソコンから
申込み場合



「マイキー ID 作成・登録準
備ソフト」をインストール。
※対応する IC カードリーダライ
ターが必要となります。
画面の指示に従ってお申込みください。

③ 手続スポットから
申込み場合



全国約 7 万箇所の端末で
お手続きが可能です。
■郵便局 ■セブン銀行 (ATM)
■ローソン (マルチコピー機)
■市区町村窓口等

申込み時に
準備するもの

- ・マイナンバーカード
- ・数字4桁のパスワード (暗証番号)
- ・決済サービス ID/
セキュリティコード



詳しくは **マイナポイント** 検索 **または**



※QRコードは
(株)デンソーウェブ
の商標登録です。

令和4年度 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横ばいして微増傾向にありましたが、令和4年度のごみ量は、前年度と比較して減少しておりました。市民1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

* () 内の数値は令和3年度実績です。

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	2億5,777万円	2,046円	4,574円	
負担金	ごみ処理経費	11億6,052万円	9,209円	20,590円
	最終処分費	2,977万円	236円	528円
ごみ処理総事業費	14億4,806万円 (15億13万円)	11,491円 (11,947円)	25,692円 (27,111円)	



リサイクルちゃん

2. ごみ搬入量

ごみの種類	令和3年度	令和4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	34,808t	34,545t	-263t	751.0g	1,679.2g	
不燃ごみ	966t	888t	-78t	19.3g	43.2g	
粗大ごみ	776t	793t	17t	17.3g	38.5g	
資源ごみ	缶類	345t	287t	-58t	6.2g	14.0g
	びん類	885t	882t	-3t	19.2g	42.9g
	ペットボトル	437t	433t	-4t	9.4g	21.0g
	古紙類	957t	847t	-110t	18.4g	41.2g
合計	39,174t	38,675t	-499t	840.8g	1,880.0g	

3. 資源化量

種類	令和3年度	令和4年度	前年度比較
缶類	308t	245t	-63t
金属類	494t	490t	-4t
びん類	829t	840t	11t
ペットボトル	394t	392t	-2t
古紙類	797t	634t	-163t
古布類	6t	8t	2t
蛍光管	19t	16t	-3t
乾電池	31t	27t	-4t
スラゲ	2,323t	2,289t	-34t
メタル	25t	41t	16t
合計	5,226t	4,982t	-244t

* 令和5年3月末(人口126,023人、世帯数56,363世帯)、令和4年3月末(人口125,570人、世帯数55,333世帯)

* 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。

* 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。

4. 最終処分量

種類	令和3年度	令和4年度	前年度比較
飛灰	1,199t	1,191t	-8t

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 **リフューズ**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 **リデュース**のR → ごみを減らす。

- 必要なものを必要な量だけ購入する。
- 食品を買いすぎない、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 **リユース**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 **リサイクル**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。

うるま市長 中村正人 日本初！「感動産業特区」を宣言

劇団 現代版組踊「肝高の阿麻和利」をアンバサダーに
首都圏向け シティプロモーションを本格始動



令和5年4月26日(水)あまわりパークにて、「感動産業特区」宣言を行いました。

この「感動産業特区」の掛け声のもと、

うるま市民の皆様をはじめ地元事業者や生産者、市にゆかりある著名人と行政が一つになって、
沖縄観光のブランドイメージ”青い海””白い砂浜”とは違う角度から新たな沖縄観光を打ち出し
「感動」で「産業」を元気にするまちづくりを推進していきます。

感動産業特区宣言の背景

県内3番目の人口を誇るうるま市。

そこには豊かな自然環境、歴史的な観光地や文化・芸能が多くあります。

しかしながら、その魅力を十分伝えられていないという課題も同時にあります。

そこで、私たちは全てに内包される「感動」というものを一つの軸にすることを考えました。

うるま市では、今も息づく「肝高き」精神が人をつくり、感動をつくり続けています。

私たちは感動を産業とすることで自然や文化を守り、未来と世界に届けることが可能と信じています。

感動の波紋は、やがて波となり、うるまの青い海を輝かせます。

東京公演応援ツアー(事前予約制)～うるま市シティプロモーション×現代版組踊「肝高の阿麻和利」～

「感動産業特区アンバサダー」に任命された現代版組踊「肝高の阿麻和利」が東京公演を行います。
20年以上続く”奇跡の舞台”の応援ツアーにみんなで参加しよう！

公演情報

日時 8月20日(日) 1回目 13時開演 / 2回目 18時開演
8月21日(月) 3回目 11時開演 / 4回目 15時開演

場所 東京都文京区文京シビックホール 大ホール

申込 レキオツーリスト(TEL:973-2002)

※ツアー料金、行程等の詳細はQRコードよりご確認ください。(ツアーは定員に達し次第締め切りいたします。)



<QRコード>

うるま市「感動産業特区」コンセプトムービーについて

「感動産業特区」のコンセプトムービーは以下から視聴可能です。
URL: <https://www.youtube.com/watch?v=u5yf9JnHZKA>

市公式YouTubeチャンネル▶



令和5年度 敬老関連事業について(お知らせ)

市では、「トーチカ」「カジマヤー」「新百歳」を迎えられる方に慶祝記念品および敬老祝金の支給を行っております。令和5年度の支給対象者は下記のとおりです。

対象者	トーチカ(満87歳)	昭和11年4月1日～昭和12年3月31日生まれ
	カジマヤー(満96歳)	昭和2年4月1日～昭和3年3月31日生まれ
	新百歳(満100歳)	大正12年4月1日～大正13年3月31日生まれ
	百歳以上(101歳以上)	大正12年3月31日以前にお生まれの方 ※祝金のみ

※年齢要件の他、住居要件等を確認し対象者を決定しております。
※対象者には別途案内通知を送付しております。詳細は通知書にてご確認ください。

高齢期に備えた住まいの講習会

人生折り返しこれからの住まいと暮らしを考えてみませんか。健康寿命を延ばすことのできる住環境、介護対応期に必要な住まいなどをテーマに講習会および個別相談会が開催されます。多くのご参加をお待ちしております。

- 日時 7月1日(土)午後2時30分～3時50分 ■個別相談 午後4時～4時40分
- 会場 うるま市生涯学習・文化振興センター ゆらてく(仲嶺187番地) ■定員 200名
- 参加料 無料 ■講師 一般社団法人 高齢者住宅協会 ■申込開始 5月15日(月)
- 申込方法 メールもしくはFAXにてお申し込み。
メール: oozorakikaku@helen.ocn.ne.jp FAX: 965-0863
- お問合せ 沖縄建築士会 うるま市部 大空企画(有) ☎975 6656



令和5年度 情報公開制度・個人情報保護制度の運用状況 令和4年4月1日～令和5年3月31日 を公表いたします。

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
		公開	一部公開	非公開	公文書不存による請求拒否			開示	一部開示	不開示	個人情報不存による請求拒否			
総務部	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
企画部	9	4	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	
財務部	1	0	1	0	0	0	2	1	0	0	1	0	0	
福祉部	0	0	0	0	0	0	11	9	0	0	2	0	0	
子ども未来部	3	1	2	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	
市民生活部	6	1	2	0	2	1	9	6	0	0	3	0	0	
経済産業部	12	3	4	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	
農林水産部	7	2	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	
都市建設部	14	2	7	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	
水道部	5	0	1	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	
会計課	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
小計	57	13	21	4	11	8	24	16	2	0	6	0	0	
教育委員会	3	2	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	
選挙管理委員会	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	
農業委員会	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	
消防長	6	0	4	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	
議会	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
小計	9	2	5	0	2	0	1	0	1	0	0	0	0	
合計	66	15	26	4	13	8	25	16	3	0	6	0	0	

☆情報の公開等の請求は、うるま市役所本庁西棟3階 市政情報センター(総務部総務政策課内)へお越しく下さい。

【お問合せ】 ☎098-973-0606 (総務政策課 文書情報係)

今月のおすすめ 脳と時間をコントロール

01 『自分の時間を取り戻そう』

ちきりん 著 / ダイヤモンド社
さまざまな理由で忙しすぎる生活を「避けられないもの」、「自分で乗り越えなくてはならないもの」と捉えている人が多いのではないのでしょうか。このような生活を改善する手助けになるのが本書です。時には体や心を壊すまで頑張ってしまう現代人。ゆとりある豊かな人生を歩むきっかけにお勧めの一冊です。
(一般書) 所蔵館 中央

02 『一生頭がよくなり続ける すごい脳の使い方』

かとう としり
加藤 俊徳 著 / サンマーク出版
加齢とともに物覚えが悪く、脳が衰えてきたと感じている方に朗報です。大人の脳は学生時代の脳に比べて圧倒的に調子がいいそうです！何かを学び始めるにも最適で脳の成長は右肩上がりだと著者は書かれています。大人脳の使い方や習慣術、さらに年代別の脳の取扱説明書が分かりやすく紹介されています。目指せ、脳力アップ!!
(一般書) 所蔵館 石川

03 『忙しすぎて辞める人。 暇すぎて病める人。』

ねもと ひろゆき
根本 裕幸 著 / 主婦の友社
学生だった頃は「やる事がなくて暇だな」と思い、いざ社会人となり働き出すと「忙しすぎて遊ぶ暇がない」と誰しもが思ったことがあるでしょう。ネガティブにもポジティブにもなる「暇」とは何なのか？このキーワードを軸に考えすぎる思考を管理し、心のメンテナンスの方法を教えてください。それぞれに合ったライフワークをデザインしてみませんか。
(一般書) 所蔵館 勝連

慰霊の日特別行事

おはなし会 「絵本から平和を伝える」

講師 すだち
日時 6月24日(土) 午前10時30分～
場所 中央図書館
※お問い合わせは中央図書館へお願いします。

英語多読読書会のお知らせ

英語に接する機会が少ない、英語を学習しようと努力したけどうまくいかなかったなどの経験はありませんか？
中央図書館では、英語多読読書会を開催しています。絵が多く、文字が少ない『オックスフォードリーディングツリー』や、読む人の英語レベルに合ったものを選ぶ『オックスフォードブックワームライブラリー(CD付き)』等の資料を読むことで徐々に英語力をつけていきます。皆様のご参加をお待ちしております。

日時 毎週木曜日 午後3時～(休館日を除く)
場所 中央図書館 2階会議室
対象 中学生以上

行事案内(6月中旬～7月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	あかちゃんのためのおはなし会	6月15日(木) 午前11時～	すだち
	おはなし会	7月8日(土) 午後3時～	図書館スタッフ
石川	おはなしワールド	6月17日(土) 午前10時30分～	コスモスの会
	Let's go としょかん	7月1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	7月8日(土) 午前11時～	ラビット

定期的に「歯」のチェックしてますか？

みなさんは歯と口の健康を意識してますか？健康長寿のために80歳で20本の歯を残すことを目標にした「8020ハチマルニイマル」運動における沖縄県の達成率は全国の約半分(全国40.2%、沖縄19.1%)と低い状況です。
歯を失う主な原因は、むし歯と歯周病です。お口の清潔を保つことは、インフルエンザ等の感染症予防にも有効となります。普段の生活から「歯と口の健康を守るポイント」を実践しましょう！

むし歯の3つの原因



歯と口の健康を守る4つのポイント

1. だらだら食いは虫歯の原因に。食事やおやつを食べる時間を決めましょう。
2. 歯磨きに合わせてフッ素やデンタルフロス等を活用しましょう。(正しい歯磨きの方法などはかかりつけの歯科医院で教わりましょう)
3. 幼児は毎日寝る前に仕上げ磨きを忘れずに！
4. かかりつけの歯科医院をもち、定期的に歯科検診を受けましょう。

わくわく6月は 子ども だより 「歯と口の健康週間」と「食育月間」 家庭でできるこどもの食育体験

食育の目的は「食に関する知識と望ましい食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人を育てること」です。例えば「食事を残さないように食べること」、「地場産物を知ること」、「子どもと一緒に料理をすること」も食育の一環です。

こどもの食に関する相談で多いのは「なかなか食事を食べてくれない」ことです。噛み切れなくて「べーっ」と出す、野菜や肉などの食材に慣れてなくて見ただけでも食べない、食べた食感を痛いと感じてしまうなど、理由は子どもによって様々です。これが保護者のストレスになることもあります。

子どもに食事の手伝いをしてもらうことは、食を身近に感じる貴重な体験であり、子どもが苦手なものを食べてくれる良いきっかけになることもあります。お手伝いをする時は、大人が見守りながら「上手だね」、「助かるな〜」と声をかけてあげてください。食育月間の機会に、暮らしの中でできることから、始めてみるのはいかがでしょうか？

子どもと一緒につくってみよう! 火を使わない朝ごはんレシピ

ゆかりとチーズのおにぎり



食事・料理の前にはしっかり手洗いをしましょう。

アレンジとして葉野菜を入れることもおすすめ！大葉やレタスを洗う・手で細かくちぎる、といったことを子どもにお手伝いしてもらうこともいいですね

《おにぎり1個(60g当たり)》
エネルギー124kcal / たんぱく質 2.8g / 脂質 2.0g
食塩 0.4g / 鉄 0.2mg / カルシウム 46mg

《材料2個分》
ごはん…100g
ゆかり…1g
ベビーチーズ…1/2個 7.5g
炒りごま…小さじ1

《作り方》
①ごはんゆかり・炒りごま・食べやすい大きさに切ったチーズを入れて混ぜ、おにぎりを作る。

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 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	

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。

6月から介護保険料の納付が始まります!



介護保険制度は、住み慣れた地域でいつまでも健やかに暮らせるように、また介護が必要になっても、安心して自立した生活を送れるように社会全体で支えていこうという助け合いの制度です。令和5年度の介護保険料納付通知書を6月中旬に65歳以上の普通徴収(納付書による納付)の方へ、お送りしますので、通知書は必ず開封して内容をご確認の上、期限内に納付をお願いします。

年金が
年額18万円以上の方

年金から天引き
になります(特別徴収)

令和5年度の介護保険料の納期限

1期	6月30日	2期	7月31日	3期	8月31日
4期	10月2日	5期	10月31日	6期	11月30日
7期	1月4日	8期	1月31日	9期	2月29日
10期	4月1日				

どうしても納付が困難な時は...

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。

失業や営業不振、病気等による著しい所得の減少や、災害等のため著しい被害にあった場合、減免制度の対象となる場合があります。介護長寿課までご相談ください。

納め忘れがないように、口座振替をご利用ください。

必要なもの

- 介護保険料の納付書 または 納付通知書
- 身分証 ● 届出印 ● 預貯金通帳
- 金融機関のキャッシュカード

手続き場所

介護長寿課または県内の金融機関



* 郵送でも手続き可能です。ご希望の場合、ご自宅へ申請書を送付しますので、介護長寿課までご連絡ください。

* ゆうちょ銀行については、郵送および市役所窓口での対応はできませんので、直接郵便局での手続きをお願いします。



【お問合せ】 介護長寿課 介護保険料係 ☎973-3208

そだちのきほん

生活リズムと心の安心感

そだちのきほん1

生活リズム



生活リズムのカギは「脳幹」にあった!?

生活リズムの調節は「脳幹」が担っています。脳幹は呼吸・循環・生活リズムを調節する役割があります。

日中に太陽の光を浴びることで昼夜のリズムがとれ、適切な時間に食事や睡眠をとることで体温や消化のリズムが整います。十分な睡眠をとると頭も体もすっきりとするのは、「脳幹」の働きを整えることで、「大脳辺縁系」(適切な判断、やる気を起こす)や「大脳新皮質」(考える、言葉や行動で表現する)が、適切に機能するからです。

早寝・早起き・バランスの取れた食事と運動の習慣がとても重要なんですね!

大脳新皮質

「考える脳」

考える、言葉を使う行動する

大脳辺縁系

「こころの脳」

快/不快や安全/危険の判断
やる気を起こす、記憶する

脳幹

「からだの脳」

睡眠リズム、体温や呼吸の調節
生活リズム、生理的機能の調節

そだちのきほん2

「こころ」「気持ち」を受け止め、「安心」「安全」感を与える

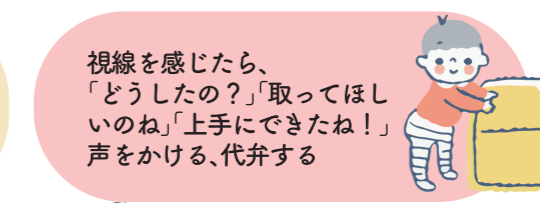
あなたの「大丈夫だよ」その言葉が子どもの成長発達を促す

子どもの成長発達の促しを行う中で重要なのが、大人がその子の「こころ」を認め「気持ち」を受け止めることです。「それでいいのよ」「どんなあなたもだいすきよ」この言葉が安心感・安全感につながります。この関係性が基本となり、あらゆる成長発達につながります。(発語、学習、運動、思いやり、相手に共感する、自分の気持ちをコントロールする力、など)

赤ちゃんが泣いたら、抱っこしたり、声をかける



視線を感じたら、「どうしたの?」「取ってほしいのね」「上手にできたね!」声をかける、代弁する



子どもが関心に向けていることに、大人が共感して言葉を添える



かんしゃくを起こしたら、「嫌だったね」「悔しいね」「もっとやりたかったね」と気持ちは認めてから、ルールを教える



お子さんへの声掛けやかかわり方の例をぜひ参考にされてください(^ ^)

【お問合せ】 子育て世代包括支援センター ☎098-989-0220

令和5年度 地域計画意見交換会

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



※都合により日程等を変更する場合がありますが、その際はホームページなどでお知らせします。
※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。

人・農地プラン地区名	対象大字	農地所在地 開催日時(予定)
南風原地区	勝連南風原(場所:南風原公民館)	7月 7日(金) 14時~16時
津堅地区	勝連津堅(場所:津堅公民館)	7月12日(水) 10時30分~12時30分
伊計地区	与那城伊計(場所:伊計公民館)	7月19日(水) 14時~16時
浜比嘉地区	勝連浜、勝連比嘉(場所:浜公民館)	7月26日(水) 14時~16時

※8月以降の日程につきましては、詳細が決まり次第、お知らせします。

その他の地区については 詳細が決まり次第、お知らせします。

【お問合せ】 ☎923-7607 (農林水産部 農林水産政策課 うるま市農業委員会 共催)

みなさまの大切な農地をお貸しください!

農地中間管理機構とは

農地の出し手(地主)と受け手(農家)の仲介役として、農地集積・集約化に取り組む「信頼できる農地の中間的受け皿」として事業を行う公的機関です。

農地中間管理事業の概要

- ① 出し手から農地を借受け、集約化して受け手へ貸付け
- ② 預かった農地は、借り手が見つからない場合でも最長2年間の適正管理
- ③ 必要と判断される場合の農地の利用条件整備

農地中間管理事業を活用するメリット

- ① 賃料の徴収・支払いは農地中間管理機構が責任をもって行いますので、未納の心配がありません。
- ② 農地借入れ契約期間の満了時には、農地所有者に確実に返ってきます。
- ③ 借り入れた農地は、借り手が見つかるまで、最長で2年間適切に管理し、その間の出し手への賃料は、機構が支払います。
- ④ 公的機関を仲介して行いますので、当事者間のトラブルを回避することができます。
- ⑤ 農地を10年以上貸し付ける等 一定の要件を満たせば、賃借料とは別に「機構集積協力金」の交付を受けられる場合があります。

農地所有者のみなさまへ

現在、農地を借りたいという農家さんはたくさんいますが、そのほとんどに農地を貸すことができていません。そこで、活用されていない農地、または後継者のいない農地を有効活用できればと考えていますので、ご協力よろしくお願ひします。



【お問合せ】 農林水産政策課 TEL: 923-7607

年金
だより

国民年金保険料の納付が困難な方へ
保険料の免除制度・納付猶予申請が可能です!

7月3日から免除申請受付開始となります!

令和5年度の国民年金保険料 **16,520円/月額**〈全国一律〉

経済的な理由などで、国民年金保険料の支払いが困難な場合、保険料の全部または一部が免除となる『保険料免除制度』や『納付猶予制度』があります。

ただし、保険料の免除を受けるには、申請が必要です。また、本人や配偶者、世帯主の前年度所得などの要件があります。

必要書類

- ① マイナンバーカード等の本人確認書類
- 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」

申請先

うるま市役所
市民課 国民年金係



※令和4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5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。

●免除が承認された場合の免除額と保険料

	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除	納付猶予
対象	20歳~60歳未満				20歳~50歳未満
所得の審査対象者	・本人 ・配偶者 ・世帯主			・本人 ・配偶者	
免除額	16,520円	12,390円	8,260円	4,130円	16,520円
保険料	0円	4,130円	8,260円	12,390円	0円

※納付猶予は年金を受け取るために必要な期間(受給資格期間)に含まれますが、老齢基礎年金額には反映されません。

※ご不明な点がございましたらコザ年金事務所か国民年金係へお問い合わせください。

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

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 TEL 974-3111
総合案内 FAX 973-9819

健康

モ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】

キックボクシングをエクササイズ風にアレンジして行います。パンチやキックを打ち込むことで筋肉が引き締まり、筋肉量が増えることで代謝が上がり、脂肪が燃焼しやすい体になります。

- 日時** 7月29日・8月5日・12日・19日・26日・9月2日・9日・16日
- 土曜日** 午前10時～11時30分
- 場所** 健康福祉センターうるみん1階 スタジオ
- 対象** 19歳～64歳国保加入者 ※託児あり・定員3組
- 定員** 14名
- 参加料** 無料
- 持ち物** タオル、飲み物、室内シューズ、軍手
- 申込方法** 6月20日～7月26日

- 申 問** うるみん3階健康支援課 保健事業係 ☎973-14960 (午前9時～午後5時)

これから運動を始めた方のための教室

【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て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学びます。

- 日時** 8月8日・15日・22日・29日・9月5日・12日・19日・26日
- 火曜日** 午後2時～3時30分
- 場所** 石川保健相談センター1階 機能訓練室
- 対象** 19歳～74歳国保加入者
- 定員** 12名
- 参加料** 無料
- 持ち物** タオル、飲み物
- 申込期限** 6月20日～8月5日

お腹やせエクササイズ

【国保加入者福利厚生事業】

気になる「ポッコリお腹」「くびれないウエスト」も上手に運動を取り入れお腹まわりを刺激し、効果実感!! お腹スッキリ、動ける体を取り戻す。

- 募集** 6月1日(木)～19日(月)
- 期間** 6月22日～7月20日 (全5回) 毎週木曜日
- 時間** 午後2時～3時30分
- 場所** 勝連地区公民館
- 料金** 無料
- 定員** 15名
- 対象** 19歳～74歳のうるま市国保加入者
- 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 問** うるみん3階健康支援課 保健事業係 ☎973-14960 (午前9時～午後5時)

教室・講座

発達が気になる子どもを持つ親のためのペアレントトレーニング

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子どもの適応行動の増加を目指します。

- 日時** 6月27日・7月11日・25日・8月15日・9月5日・19日・10月3日・24日 (全8回)
- 火曜日** 午前10時～12時
- 定員** 8名
- 受講料・参加料** 無料
- 対象** 発達障がい、発達の困り感を持つ(小学生)の保護者
- 申込期限** 6月20日(火)

- 申 問** うるま市みどり町児童センター ☎972-16200

出張ウォーキング個別レッスン

【国保加入者福利厚生事業】

ウォーキングは手軽にできる運動です。腰痛、膝痛のある方でも大丈夫!!個人の症状や目的に合ったフォームやペースを見つけ、自分に合ったウォーキングを楽しみましょう。

- 期間** 随時(令和6年2月末)
- 内容** 個別レッスン1回～7回フォローします
- ★手話のできる運動指導者がいます★
- 場所** 市内運動施設へ出向き個人・グループ指導
- 料金** 無料
- 定員** 1回5名以内
- 対象** 15名
- ①19歳～74歳のうるま市国保加入者
- 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 問** うるみん3階健康支援課 保健事業係 ☎973-14960 (午前9時～午後5時)

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月30日(金)

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

申 問

クックパッド活用料理教室

【国保加入者福利厚生事業】

うるま市公式キッチンがクックパッドにあることをご存知ですか?管理栄養士監修でレシピを公開されていて、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みん3階調理室
- 対象** 国保加入者の19～74歳の方で、今年度健診済み、または予定、予約されている方
- 定員** 16名
- 参加費** 無料
- 申込期限** 6月15日(木) (土日祝を除く)

- 申 問** うるみん3階健康支援課 保健事業係 ☎973-14960

認知症サポーター養成市民講座のご案内

認知症の知識、認知症の方への正しい接し方を学び、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者になりませんか?市民講座では、これまで10代～80代までの幅広い年齢層のサポーターが誕生しています。

- 日時** ①6月20日(火) ②7月18日(火) 午後2時～4時
- 場所** 生涯学習・文化振興センター(ゆらく)
- 対象** 18歳以上のうるま市民
- 定員** 15名(定員に達し次第締め切ります)

お知らせ

よろず相談窓口の開設について

よろず相談窓口は中小企業・小規模事業者の経営上のあらゆる悩み相談に対応する窓口です。各分野の専門家に無料で相談を行うことができますので、経営の悩み解決にぜひ活用ください。なお相談は事前予約制となっております。詳細は本ホームページをご確認ください。

- 日時** 6月16日(金)～(毎月第3金曜日) 午前9時～午後17時
- 場所** 本庁舎東棟1階 国民健康保険課となり相談室3
- 対象** 中小企業・小規模事業者等
- 相談料** 無料

- 申 問** 商工振興課商工係 ☎923-17634



マイナンバーカードの休日申請・交付日

- 6月
- 4日(日) 午前9時～午後1時
- 11日(日) 午前9時～午後1時
- 25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

【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では、障がいをお持ちの方に就職に必要な知識・技能を習得してもらい、早期就職を目的とした委託訓練を実施しております。

- コース名 CADオペレーター養成科
- 募集期間 6月1日(木)～26日(月)
- 定員 10名
- 訓練期間 8月1日(火)～10月31日(火)
- 募集対象者 身体障害(上肢・下肢(車いす不可))聴覚、内部障害、精神障害、発達障害、高次脳機能障がい、難病
- 訓練場所 (有)ビーンズ(沖縄市)
- 受講料 無料(ただし教科書代、検定代、保険料などは自己負担)

『環境パネル展』開催

テレビで取り上げられることの多い「地球温暖化問題」や「ごみ問題」、「不法投棄問題」、「ペットに関する問題」などについて、パネル展を開催します。家庭でできる温暖化対策や、悪質な不法投棄、犬猫などのペットに関するものを展示していますので、来庁の際には、お気軽にご覧ください。

- 日時 6月1日(木)～16日(金) 午前8時30分～午後4時
- 場所 本庁舎西棟1階市民ロビー

申請 環境政策課
環境政策係 ☎973-15594
不法投棄対策室 ☎923-17682

令和5年住宅土地統計調査の 調査員を募集しています！

令和5年10月1日を基準日として、5年に1度の住宅・土地統計調査が全国で一斉に実施されます。この調査に当たり、うるま市では約60名の調査員を募集しています。

- 仕事内容 調査対象世帯への調査書類等の配布及び記入依頼
- 調査対象世帯からの調査書類等の回収及び記入内容の確認など
- 従事期間 8月下旬～10月下旬予定
- 定員 約60名
- 報酬 1調査区あたり3万円程度(調査区数などにより変動あり)
- 申込期限 6月16日(金)
- 申込方法 申込書に必要事項を記入し、うるま市役所東棟3階企画政策課までご持参ください。申込書は、企画政策課にて配布、または市HPからダウンロードしてください。

企画政策課政策調整第2係 アカミミガメと アメリカザリガニの 規制が始まります！

アカミミガメ(ミドリガメ)やアメリカザリガニは一般的なペットとして広く親しまれていますが、法律により、令和5年6月1日から条件付特定外来生物に指定されました。これにより、野外に放したり、新しく購入すると罰金や罰則の対象となりますので注意が必要です。(法律で禁止されること) 生きた個体を野外に逃がしたり、放したりすること。

うるま市産品即売会 inイオン具志川

7月は県産品奨励月間!! 市産品の消費喚起をするため、即売会を実施します。うるまの特産品が抽選で当たるスタンプリーも実施!!

- 開催期間 6月30日(金)～7月2日(日) 午前10時～午後7時(2日(日)は午後6時迄)
- 場所 イオン具志川店

平和資料展 「戦後にふれる」開催

終戦直後の衣食住に焦点を当て、混沌とした時代をたくましく生き抜いたウチナンチュの生活風景を、写真や実際に使用されていた生活道具などで紹介します。展示会タイトルのように、実際に資料にふれ、歴史にふれながら、沖縄の戦後について、感じてみませんか？

- 場所 石川歴史民俗資料館
- 期間 5月30日(火)～7月17日(月)
- 開館時間 午前9時～午後5時
- 最終入館 午後4時30分
- 入館料 無料

休館日 月曜日 ・公休日の翌日(月曜日が公休日の場合はその翌日)

問 石川歴史民俗資料館
☎965-13866



うるま市民 各種無料相談のご案内

- 1 弁護士による法律相談【問合せ】市民協働政策課 ☎973-5487**
とき 6月8日(木)、15日(木)、22日(木)、7月13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)
受付場所 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)
- 2 消費生活相談(予約不要)【問合せ】消費生活センター ☎973-5692**
電話や窓口で、消費契約トラブルなどの相談ができます。
とき 平日(月～金)9時～12時/13時～16時
ところ 本庁舎西棟1階 消費生活センター(市民協働政策課内)
- 3 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)
- 4 司法書士による法律相談【問合せ】沖縄県司法書士会 ☎867-3577**
不動産登録や会社設立、多重債務などの相談ができます。
とき 6月21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)
- 5 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
- 6 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
- 7 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
- 8 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
- 9 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

春の行政相談所を開設します!このような場合はぜひご相談を!相談無料!秘密厳守

- ① どこに相談したらいいのかわからない
 - ② 説明に納得できない
 - ③ 直接は苦情を申し出にくい
 - ④ 処理が遅い
- 日時 2023年6月27日(火) 13:30～16:00
場所 うるま市役所 東棟1階 市民相談室 (国民健康保険課隣り)

総務省沖縄行政評価事務所 (総務省行政相談センターきくみみ沖縄)
☎(098) 867-1100又は0570-090110 (受付時間 平日8:30～17:15)

あなたの最後の健診はいったったかな? 人は年に1回受けマシヨウ!

集団健診の予約受付しています!日程等はホームページや健診ガイドをご確認ください。

ご予約・お問合せ
健康支援課(うるみん3F)
TEL:973-4960



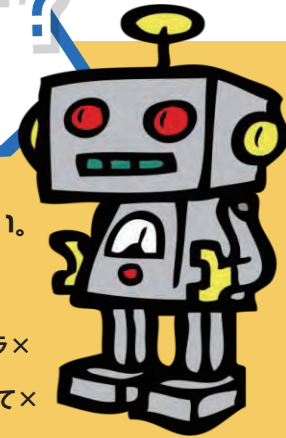
受診方法の詳細



集団健診WEB予約

※指定医療機関の一部に変更があります。
よしくクリニック:胃カメラ×
さくもと内科クリニック:
人間ドック、がん検診すべて×

うるま市公式LINEの電子申請から予約できます!



ご寄付ありがとうございました。

社会福祉協議会へ

株式会社 P.E.C 様 (勝連南風原) より 10万円の寄付

ゆらてく通信 生涯学習のススメ

● 講座名 旅する料理～台湾編・韓国編

● 日時 ①7月 4日(火)午前10時～午後1時(台湾編)
②7月11日(火)午前10時～午後1時(韓国編)
毎週火曜日

● 場所 ゆらてく 調理室

● 講師 ①(台湾編) 陳愛玲 氏
②(韓国編) marusoya 徐ヒョンミン 氏・徐明菜 氏

● 定員 ①12人 ②15人

● 受付期間 6月19日(月)まで

● 材料費 ①1000円(台湾) ②1500円(韓国)

● お問合せ

生涯学習・文化振興センターゆらてく お申込みは、お電話かこちらから
☎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。



6月1日は 人権擁護委員の日です。

あなたの街の相談パートナー
「人権擁護委員」をご存知ですか？

人権擁護委員は、人権擁護委員法に基づいて、人権相談を受けたり人権の考えを広めたりする活動をしている民間のボランティアです。

現在市では13名の人権擁護委員が活躍しています。



ひとりで悩まずご相談ください！
秘密は守ります。相談は無料です。

いじめ・差別などの人権に関する相談に応じています。

電話相談窓口

みんなの人権110番 ☎0570-003-110
子どもの人権110番 ☎0120-007-110
女性の人権ホットライン ☎0570-070-810

6月23日～6月29日は 男女共同参画週間です

令和5年度 内閣府「男女共同参画週間」キャッチフレーズ

無くそう思い込み、守ろう個性
みんなで作る、みんなの未来。



うるま市では、「共に創ろう！一人ひとりの個性が輝くまち、みんなが主役の男女共同参画社会」を目指し、男女共同参画に対する取り組みを進めています。

(1) パネル展：6月22日(木)～6月29日(木)

男女共同参画関連法令等の紹介、ワーク・ライフ・バランスの推進、女性団体の活動状況の紹介、地域で活躍する女性の取材レポートなど

【場所】本庁舎西棟1F市民ロビー

※中央図書館では、男女共同参画に関する図書を紹介もしています。

【お問合せ】共生推進室(男女共同参画センター) ☎973-8927

九州一斉住宅用火災警報器 普及啓発キャンペーン実施中！

命を守る 住宅用火災警報器 設置してますか？点検してますか？



■ 設置する場所(例)

設置が必要な場所は、寝室階段等です。
※階段は、寝室が2階以上にある場合に必要です。



■ 点検方法

ひもを引っ張ったり、ボタンを長押しすると音声などで正常に作動するかどうかを知らせてくれます。



沖縄県内すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられ6月1日で12年が経過しました。
※古くなった住宅用火災警報器は、電子部品の寿命や電池切れなどで火災を検知しなくなることがありますので、機器本体を取り替えましょう。

【お問合せ】消防本部 予防課 ☎975-2119



うるま市の人口

	令和5年5月1日現在	前月比
人口	126,008人	-15
男	63,160人	40
女	62,848人	-55
世帯数	56,481世帯	118



消防活動状況

令和5年4月()		令和5年1月からの累計	
救急出動件数	605件	(2,641件)	
搬送人員	515人	(2,223件)	
火災件数	1件	(9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21歳未満の高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)	7月1日～10月11日	10月21日
防衛医科大学校看護学科学学生(自衛官候補看護学生)		7月1日～10月4日	10月14日
防衛大学校学生(推薦)		9月5日～9月8日	9月16日・17日
防衛大学校学生(総合選抜)		7月1日～10月18日	9月16日
防衛大学校学生(一般)			10月28日
航空学生(航空要員)	18歳以上23歳未満の高卒者(見込含)又は高専3年次修了者(見込含)	7月1日～9月7日	9月18日
航空学生(海上要員)		7月1日～9月5日	9月15日～24日(いずれか1日)
一般曹候補生(男女)			
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。

【お問合せ】自衛隊沖縄地方協力本部 沖縄募集案内所 ☎937-1608

男女共同参画コーナー どーおもう? 「固定概念」



共生推進室 (男女共同参画センター) ☎973-8927



宮沢和史

大城クラウディア / 前濱YOSHIRO /
Uruma Special Band



かりゆし58



パーシャクラブ



うるま なるごと音楽祭



デラックス × デラックス

2023.6.25日

OPEN 13:00 START 14:00

石川公園多目的広場

(うるま市石川石崎一丁目6-1)



たびんちゅ



and more...

フードカーの
飲食出店も!

food&drink



主催 / うるま市 制作 / SOUND PACKAGE うるま市営業所

問い合わせ / 098-923-7612 (うるま市役所 経済産業部 観光イベント課 イベント係)

※駐車場の混雑が予想されますので、ご来場の際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。

@uruma marugoto 会場までのルート Google map

