



あやはしまちづくり会議



申込フォーム

申 問 プロジェクト推進2課 ☎923-7606

勝連・与那城地域の地域活性化を目的とした「勝連・与那城地域まちづくり推進計画」について、「あやはしまちづくり会議」(プロジェクト進捗報告会)を開催します。地域住民の皆様、ぜひご参加ください。

- 日時 2/24(火) 15:00～16:30
- 場所 あまわりパーク多目的室
- 参加料 無料
- 申込期限 2/24(火) 12:00まで



ちゃ〜がんじゅう！！ 健康まるごと測定会

申 問 健康支援課 ☎973-3209

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？

- 日時 2/26(木) 9:30～13:00
 - 場所 うるマルシェ2階 会議室
 - 内容 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
 - 服装 動きやすい服装
 - 対象 65歳以上のうるま市民
 - 参加費 無料 ●事前申込 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。
- ※健診ではないため、朝食を通常どおり召し上がってからお越しください。飲み物はご持参ください。



島ぜんぶが舞台！ 浜比嘉島と平安座島で宝さがし！



申込フォーム

申 問 プロモーションうるま ☎923-5995

ロゲイニングの手法を活用した、チーム対抗・島での宝さがしイベント。ご家族でもグループでも、参加スタイルは自由。うるま市初開催です！！

- 日時 2/21(土) 11:00～受付
(17:00アフターパーティー終了)
- 場所 浜比嘉島地域交流拠点施設(旧浜中学校)
- 対象 ご家族・ご友人・グループなど
(お1人での参加はできません)
- 定員 先着30組(1組2～6名でエントリーください)
- 受講料 1組5,000円
- 申込期限 2/14(土)まで



主要業種変更・希望業種 追加申請受付について



市HP

申 問 契約検査課 ☎923-7605

令和7・8年度うるま市入札参加資格者名簿に登録されている市内本店業者を対象として、「主要業種変更」および「希望業種追加」の申請受付を行います。

- 申請期間 2/2(月)～27(金)
- 申請方法 市HP上の専用フォームから申請
※申請資格、提出書類等、詳細は市HPから



市民健康講座「ゲートキーパー養成講座」 受講者募集！



申 問 健康支援課 ☎973-3209

毎年3月は自殺対策強化月間です。新年度を前に環境の変化が多いこの時期。一人ひとりが正しい知識を持ち、身近な人のSOSに気づき、支えるための知識を学びませんか？「ストレスについて、側にいることの大切さ、1人で抱えず繋ぐ大切さ」について貴重な内容が学べます。ぜひ、お申込みをお待ちしております。

- 日時 3/16(月) 18:30～20:30(受付18:00～)
- 場所 うるま市役所本庁舎東棟3階 大講堂
- 対象 市民および市内在勤者、その他関心のある方
- 定員 60名 ●受講料 無料
- 講師 琉球こころのクリニック おおつる たく 大鶴 卓先生
- 申込期間 2/2(月)～3/13(金)
※定員に達し次第、締切
- 申込方法 申込フォーム、電話、窓口



認知症サポーター 養成講座のご案内



申込フォーム

申 問 介護長寿課 ☎973-5112

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族をできる範囲でそっと見守り、そっと手助けする「認知症サポーター」が増えることを目指して開催しています。認知症について一緒に学びませんか？

- 日時 2/13(金) 10:00～12:00
- 場所 ゆらてく(研修室2)
- 対象 18歳以上のうるま市民
- 内容 ①認知症を理解する(疾患と症状)
②認知症の方への対応方法 ③認知症サポーターとは 等
- 受講料 無料 ●定員 15名
※定員に達し次第、締切
- 申込期間 2/2(月)～2/12(木) 9:00～16:00
- 申込方法 申込フォーム、電話、窓口