

平成25年
2013

11

No.104

2013年11月1日

ふるま



うるま市消防
ふれあい広場（10月18日）

「放水始め！」

狙った場所に打てるかな!?

うるま祭り	P 2-3
まちの話題	P 4
公立・私立認可保育所（園）平成26年度園児募集	P 5
保健活動一口メモ	P 6
年金だより	P 7
厳しい財政運営状況 うるま市の国民健康保険	P 8
11月・12月は「市税等納付推進月間」です	P 9
うるま市母子家庭生活支援モデル事業/ 11月は児童虐待防止月間です/知ってますかDV ...	P 10
子ども医療費助成児童償還方式がスタートします ...	P 11
公民館だより/としょかんだより	P 12
くらしの情報	P 13~P 19
第2回うるま市景観緑化祭	P 20

るま祭り

プレミアムアーティストフェスティバル

がねこ
我如古より子さん

みやざわかずみ
宮沢和史さん

おおしろ
大城クラウディアさん

ひーぷー沖縄にーびち余興王決定戦

U-1グランプリ
綱引き大会

現代版組踊「肝高の阿麻和利」

みんなが主役「うるま祭り」

今年で第8回を迎えるうるま祭りが、10月19日、20日の両日、具志川総合グラウンドを主会場に開催されました。

石川多目的ドームで闘牛大会も行われたほか、メインステージとサブステージでは多くの市民が舞台に立ち会場を盛り上げ、また初日はTHE B OOMのボーカルとしてお馴染みの宮沢和史さんが出演すると、会場からは歓喜の声が上がりました。

2日目は獅子舞や太鼓、三線の音が鳴り響き、2013年ミスうるまが紹介されると、会場は華やかな雰囲気になりました。

2013 ミスうるま

第8回 う

ミスカトレア
まつどろ
松堂 友季さん

ミススカイブルー
しりい
比嘉 紗里衣さん

ミスグリーン
あけな
安慶名 亜世さん

たくさんの出演者が会場を
盛り上げました。

ゴミ分別のご協力ありがとう
ございました。

祭りのフィナーレを飾ったのは、中高生を中心に活動している現代版組踊「肝高の阿麻和利」。プロ顔負けの演舞に観客全体が引き込まれ、会場の熱気は最高潮に達しました。

満月も見つめる中、最後には夜空いっぱいに大輪の花火が打ち上げられ、2日間にわたって行われた祭りに終わりを告げました。



【島袋市長も生徒と一緒に試食しました】

うるま市のオクラ生産振興と消費拡大を目的に、9月9日から週間「オクラッキングウィーク」を開催しました。市内の全小中学校約14,000食の給食献立にオクラ麺（沖縄そば・冷やし中華・冷やしうどん・ジャジャ麺・ちゃんぽん）が提供され、生徒たちは美味しそうに食べていました。また、ちゃんぽん市場ではオクラの青果やオクラ麺の試食・販売を行い、期間限定の販売とあつて、多くのお客様で賑わいました。

9/9

オクラを食べて残暑を乗り切ろう



【40代男子円盤投 優勝 外間 勝 選手】

市内8支部対抗による同大会が、具志川総合グラウンドで開催されました。今大会の1位は、一般男子が勝連支部、一般女子が具志川東中学校区支部、壮年の部が伊波中学校区支部となりました。また、夏季大会を含めた平成25年度のうるま市体育大会の総合優勝は、9年連続であげな中学校区支部となりました。

10/13

第9回 うるま市陸上競技大会



【不法投棄されたタイヤを回収】

海中道路へ続く道路として、観光客がドライブする際に目にする照間海岸（県道37号線沿い）の美化清掃が、沖縄県農林水産部中部農林土木事務所の主催のもと行われました。同活動にはうるま市民もボランティアとして参加し、清掃前には海岸沿いに多く見受けられた漂着ゴミや不法廃棄物が、清掃後にはきれいに回収され、海岸本来の美しさを取り戻しました。

9/20

うるま市照間海岸清掃



【煙体験ハウスで模擬訓練!!みんな頑張りました】

幼年期に防火意識を身につけてもらうことを目的として、保育園児を対象とした「うるま市消防ふれあい広場」がうるま市民芸術劇場前に行われました。園児たちは煙の疑似体験を行い、また炎に見立てた的を狙い放水活動を行うなど、煙の恐さ、水の勢いに戸惑いながらも一生懸命消防活動を行いました。

（財）自治総合センターからの宝くじの社会貢献広報事業助成金で、『煙体験用資機材』を整備しました。

10/18

園児たちが消防活動を体験

公立・私立認可保育所(園)平成26年度園児募集



平成26年4月からの保育所(園)入所申込みを次のとおり受付します。

※現在、入所中の児童、待機中の児童も改めて申込みが必要になります。

入所対象児童

うるま市民で、生後3ヶ月から小学校就学前までの「保育に欠ける乳幼児」です。

受付日時・入所希望園・受付場所

受付月日	入所希望施設名(第1希望)	受付場所・時間
11/21(木)	すくすく保育園・にじの色保育園	健康福祉センター うるみん (3階 大ホール) 午前9時～午後4時
11/22(金)	ハッピーネス保育園・輝宝保育園	
11/25(月)	ひまわりっ童ほいくえん・あかな保育園・つくしんぼ保育園	
11/26(火)	すこやか保育園・のびのび保育園	
11/27(水)	百合が丘保育園・夢の子保育園	
11/28(木)	あかるい子保育園・希望の星保育園・あかつき保育園	
11/29(金)	こぞくら保育園・豊原保育所・安慶名保育所	
12/ 2(月)	野の花保育園・ふくよか保育園・かなさ保育園 きむたか保育所・与那城保育所	シビックセンター (勝連地区公民館) 午前9時～午後4時
12/ 3(火)	大育保育園・美原保育園・ラスカル保育園 なかよし保育園・石川保育所	石川保健相談センター (2階 ホール) 午前9時～午後4時
12/ 4(水)	たいら保育園・伊波保育園・つくし保育園・むぎの子保育園	

*受付日程は、混雑を避けるために保育所ごとに受付日を設けてあります。

*上記の期間中は、保育課窓口での受付は行いませんので、ご了承下さい。

平成26年度 障がい児保育入所受付

保育課窓口では心身に障がいのある児童の保育所への入所受付を行います。

●入所対象児童

心身に障がいのある児童で保護者が仕事や家庭の事情で、保育に欠ける乳幼児。

●入所条件

- ・「特別児童扶養手当」の支給を受けているか、「身体障害者手帳」もしくは「療育手帳」の交付を受けていること。(申請中の場合は、保育課にご相談下さい。)
- ・集団保育が可能であること。

●保育所・保育園での受け入れ

- ・保育所(園)では、それぞれのお子さんの発達状況に応じた保育が行われますが、あくまでも集団での保育となります。障がい児保育は、障がいのあるお子さんに保育士が1対1で対応するものではありません。

●受付期間：平成25年11月19日(火)～11月20日(水)

午前9時00分～午後4時00分まで

受付場所：うるま市役所 保育課窓口(本庁 2階)



- ★ 注意 ★ 申込み書類等は各保育所(園)、保育課窓口にて用意しております。
期間以後の申込みは、各園の状況で空き待ちになる場合があります。
書類に不備がある場合は受付できません。(事前に準備をお願いします。)

■問い合わせ 保育課 保育係 ☎973-5427

保健活動 一口メモ



健康支援課
☎973-3209

糖尿病月間！ 予防が大切です！

十一月は、糖尿病月間です。病院やデパートなどさまざまな場所でも、血糖値の測定、講演会、栄養士による相談会などのイベントが行われます。この機会に糖尿病の予防について考えましょう。

糖尿病には、1型糖尿病（インスリン欠乏によるもの）と、2型糖尿病（インスリンの分泌はあるが不足の状態にあるもの）があります。そのうち2型糖尿病が占める割合は、9割に及びます。ここでは、予防が大切な2型糖尿病について考えましょう。

インスリン分泌障害のある方

多くの日本人の糖尿病発症の大きな要因になっています。

通常、血糖のコントロールは、膵臓からインスリン分泌され、空腹時でも基本的に流れている基礎分泌と、食物摂取によるインスリンの追加分泌により食後も、140mg/dl以下になるように調整しています。

食事をした後は直ちに、インス

リンが分泌され、血糖を下げようと努力しますが、分泌量が少なかったり、食べた後すぐに必要な時に分泌されず、後からゆっくり分泌したりすることを分泌障害といいます。

このような状態の方でも、きちんと自分のインスリンの分泌の特徴を理解し、適切な医師の指導を受け（食事療法、運動療法等）生活習慣を見直し糖尿病を予防することが出来ます。

家族に糖尿病を発症している方がいる場合、インスリン分泌障害が見つかることがあります。

特定健診、生活習慣病健診で
HbA1c値：5.6～であっても

- ①経口糖負荷試験
- ②インスリン分泌の測定

医師の指導を受けましょう！

インスリン抵抗性のある方 （インスリンの効きが悪い状態です）

インスリンの分泌の量は、十分分泌されていても、インスリンの効き

インスリンの効きが活性化した様子



- インスリン感受性が高いと、細胞は少ないインスリンでも糖を取りこむことができる。

インスリン抵抗性（効きが悪い様子）



- インスリンが効きにくくなり、細胞は糖を取りこみにくくなる。
- このため高血糖となる。

「病気がみえる3」発行：メディックメディア

が悪い状態（インスリン抵抗性）だと、インスリンの効果が発揮されず、血糖値を下げる事ができません。

筋肉や肝臓に取り込まれない血糖は、しばらく血管の中をただよいます。「酸化した血糖」は、血管壁の内膜にしみこみ血管にこぶのように膨らみ（ブランク形成）血管を詰まらせます。また、血管を厚くさせ、弾力を失わせて、「心筋梗塞」「脳梗塞」などの発症を進めます。

効きが悪いインスリンだと、脳は「不足だ」と判断。さらに分泌しようと働きます。

高インスリン血症となって、肝臓での脂質合成を進め高脂血症になったり、腎臓のナトリウムの排泄が低下し、血圧が上昇することが明らかになってきました。



☆糖尿病の予防3つのポイント

①内臓脂肪を減らすと効果的

腹腔内に内臓脂肪の蓄積したタイプの肥満は、インスリンの抵抗性を引き起こしやすいことがわかっています。内臓脂肪の蓄積は、肥満者だけでなく、正常体重の範囲内にある方でも見られることが研究より明らかになってきました。

②運動をすることで、インスリンの効きが活性化

③運動と食事は血糖コントロールの両輪

1日3回の食事、必要な補食以外の、つまみ食いや、ジュース類は、一口でも、血糖を上昇させます。

また、「砂糖は入っていないから大丈夫」ではありません。1回の食量と、バランスの良い食事が、大切です。

詳しくは、健康支援課まで、お問い合わせ下さい。

☎973-3209

健康福祉センター（つるみん）

年金だより

市民課国民年金係 ☎973-5498

国民年金保険料は社会保険料控除の対象になります

～年末調整・確定申告まで大切に保管を～

国民年金保険料は、納付した全額が所得税及び住民税の社会保険料控除の対象となります。

年末調整や確定申告の手続きで国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合は、今年1年間（1月1日から12月31日まで）に納付（納付見込みを含む）した国民年金保険料を証明する書類の添付等が必要です。

毎年11月初旬に送付

このため、生命保険会社等が発行する控除証明書と同様に、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書（ハガキ）」が日本年金機構から毎年11月初旬に送付されます。

証明内容は、今年1月から9月30日までに納付された国民年金保険料と、年内に納付が見込まれる場合の納付見込額です。

納付忘れがある場合も、年内に納付す

れば、今年分の控除として申告することができます。

2月初旬に送付される場合

年の途中から国民年金に加入した場合など、10月1日以降に今年初めて国民年金保険料を納付された方については、翌年の2月初旬に同様の証明書が送付されます。結果として、平成25年中に国民年金保険料を納付した方全員にこの証明書が送付されます。

ご家族の保険料を納付した場合

ご家族の国民年金を納付した場合は、その納付額の全額が納付した方の所得税等の控除対象となります。ご自身の社会保険料の額と合算することができますので、ご家族分の控除証明書も申告する方の申告書に添付して申告してください。

控除証明書をなくされた場合

基礎年金番号（必ず必要です）を準備のうえ、「ザ年金事務所へお問い合わせください。」

☎03-3333-3437・9333-3438

年金受給者の皆さまへ

『扶養親族等申告書』は

期限までに提出しましょう！

老齢や退職を支給事由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています。（障害年金・遺族年金は課税されていません）

課税対象となる受給者の方には、毎年11月上旬までに日本年金機構等から扶養親族等申告書が送付されますので、12月1日の提出期限までに必ず提出してください。

この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収税額が決まります。もし、提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額

が多くなる場合がありますのでご注意ください。

なお、年金以外に収入がある方は確定申告が必要です。

平成26年分「扶養親族等申告書」が送付される方

年 齢	年金額
65歳未満	108万以上
65歳以上	158万以上



付加保険料を納めて

年金額を増やそう！

毎月の国民年金保険料に付加保険料（月額400円）をプラスして納めると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せして受け取ることができます。

【対 象】

- ①国民年金第1号被保険者の方
- ②60歳以上65歳未満の方など、国民年金の任意加入者の方

※保険料を免除されている方や国民年金基金に加入中は付加保険料を納めることはできません。

詳細は市民課国民年金係までお問い合わせください。 ☎973-5498

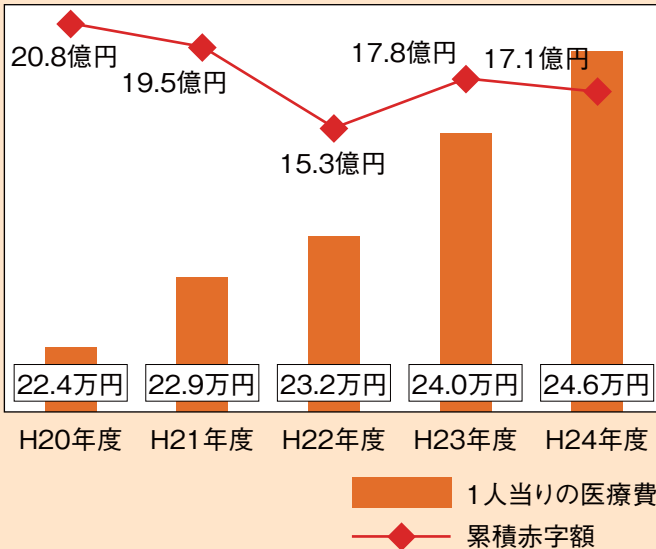
厳しい財政運営状況！うるま市の国民健康保険制度があぶない！

国民健康保険（以下、国保）は病気や怪我など、いざというとき安心して医療を受けるために国保加入者が納める国保税を主な財源とした助け合い（ユイマール）の制度です。

現在、うるま市国保は下記のグラフのとおり1人当たりの医療費が毎年増え続けています。その一方で、平成24年度決算時の累積赤字額は約17億円と依然厳しい財政運営が続く危機的な状況となっています。

うるま市としては、特定健診をはじめとする保険事業の推進によって国保

1人当たりの医療費と国保累積赤字額の推移



うるま市国民健康保険 収納対策緊急プラン(抜粋)

うるま市では「うるま市国民健康保険収納対策緊急プラン」を作成して、国民健康保険税の未納者に対する指導を強化しています。国保税の未納がある方は、納期内に納付していただくようお願い致します（平成25年7月1日作成）

1. 滞納状況の解消

- (1) 窓口相談、納税指導員による訪問指導及び広報等により他保険加入者の発見に努め、早期に資格喪失届の提出を勧奨する。
- (2) 年2回、催告書を発布し納付の勧奨を行う。
- (3) 未申告者のリストを作成し、納税指導員の訪問や、窓口来所時に申告の指導を行う。

2. 徴収方法の改善等

- (1) 電話催告センターを設置し、初期滞納者への早期接触を図り、滞納の累積を防止する。
- (2) コンビニ収納や離島地域での公民館徴収等により納税者の利便性の向上を図る。
- (3) 期間を定めて、業務時間内に来所できない市民のために、毎週木曜日に時間延長窓口を開設する。
- (4) 税の徴収をやめて、納税指導員による納税指導を強化する。
- (5) 納税指導員の訪問指導や広報誌等により口座振替の勧奨を行う。

3. 滞納処分の実施

- (1) 滞納者が転出した場合は、その転出者の転出先住所での居住を確認するとともに、転出者の財産調査を行う。
- (2) 1年以上の長期滞納者については、財産調査を行う。
- (3) 納税課滞納整理班と連携して、財産の差押え、預貯金、給与、国税還付金、軍用地料の差押え等を実施する。

国保Q&A

Q1 なぜ赤字なの？

A1 大きな原因として医療費の伸び、国保税の収納額の伸び悩み、不況による所得の減少があります。

Q2 どうしても納期内に納付が困難なときは？

A2 そのままにせずにお早めに国保課窓口までご相談ください。分割納付のご相談や、申請によって受けられる減免制度などがあります。

「お問い合わせ」
うるま市役所国民健康保険課
☎098-973-3202

●夜間相談窓口実施中!!

国保課では下記の日程で、午後8時までの時間延長窓口を開設しております。納税のことでお困りのことがありましたら、この機会にご相談くださるようお願い致します。

【とき】平成26年3月末までの

毎週木曜日

※年末年始、祝祭日を除く

【場所】国保課窓口（本庁舎1階）

市税等納付推進月間です

(平成25年11月～12月)



納め忘れはありませんか？

市県民税・固定資産税・軽自動車税などの市税および
国民健康保険税・介護保険料



うるま市では、11月・12月を市税等納付推進月間とし、期限内納付の協力を呼びかけております。
“新たに飛躍するまち”として“人と歴史が奏でる自然豊かなやすらぎと健康のまち”づくりを実現するために必要な財源は私たちの「市税等」によってまかなわれています。

わたしたちの市税等はこのようにに使われています！



- 道路・公園・教育施設・文化施設などにかかる費用
- 福祉の向上を図るための費用
- 医療保険や介護保険の適正な制度運営
- 日常生活に必要なゴミ処理にかかる費用・・・など

Q&A



Q.市税を滞納するとどうなるの？

A.市税の納付がなされない場合はやむを得ず「財産の差押」等のペナルティーが科せられる場合があります。不動産（土地・家屋）、債権（預金・給与・軍用地料）などが差押えの対象になります。

Q.国民健康保険税を滞納するとどうなるの？

A.短期被保険者証（通常の保険証より有効期間の短い保険証）が交付されたり、かかった医療費がいったん全額自己負担になったりします。

Q.介護保険料を滞納するとどうなるの？

A.介護サービスを利用する際に、自己負担が1割から3割に引き上げられるなど、ご自身の負担が多くなることがあります。

Q.どうしても一度に納められないけどどうしたらいいの？

A.納付の件でお困りのことがありましたら、一人で悩まず納めやすい方法を一緒に考えましょう。いつでもお気軽にご相談ください。

納税課で昼休時間や夜間に納付相談をご希望の際には、事前に電話でお問い合わせください。

(本庁のみの対応になりますので、ご了承ください。)

※お知らせ

国民健康保険課では、毎週木曜日、本庁において「時間延長窓口」を午後8時まで設け、業務を行っています。【延長窓口期間：平成26年5月末迄】

関係各課のお問い合わせ先

市税の納付に関すること	納税課 (☎973-1099)
市県民税・軽自動車税・法人市民税に関すること	市民税課 (☎973-5382)
固定資産税に関すること	資産税課 (☎973-5394)
国民健康保険税に関すること	国民健康保険課 (☎973-3202)
介護保険料に関すること	介護長寿課 (☎973-3208)

納付は便利な口座振替をおすすめします

うるま市母子家庭生活支援モデル事業ご案内

うるま市では、母子家庭の子どもの心身の健全な発達を支援するため、生活、住宅、教育、就労などさまざまな課題を抱えている母子家庭に対して、民間アパート等を借上げ、地域の中で自立した生活を送れるように、「うるま市母子家庭生活支援モデル事業」を実施致します。

○対象支援者

子どもの生活環境の改善を中心に支援を必要としている母子家庭で、以下の要件をすべて満たす方。

①市内に住所（原則3ヶ月以上）があり児童扶養手当を受給していること。

②18歳未満の児童を養育していること。

③支援期間内に自立に向けた具体的な目標及び意欲のある方。

〈優先される方〉 児童が3人以上いる方、または1才未満の乳児がいる方。

※生活保護法の住宅扶助を受けている方や公営住宅に入居している方は支援対象外になります

○支援内容

住宅支援のほか、専任のコーディネーターにより、生活、子育て、就労など支援対象母子家庭の各個別事情に応じた自立支援計画を作成し、総合支援を行います。

《住宅支援とは》

拠点事務所「マザーズスクエア うるはし」のある、うるま市みどり町近隣地域に借り上げたアパート等の支援居室を提供します。

その際の敷金・礼金や月々の家賃の費用負担はありませんが、毎月の生活費（食費、光熱水費、駐車場代など）や退所時の原状回復に要する費用は自己負担となります。

○支援期間

原則1年ですが、必要と認めた場合は延長される場合もあります。

○対象母子家庭世帯数

概ね10世帯を予定しています。支援対象母子家庭が10世帯を超えた場合は支援が出来ないこともあります。

◆お問合せ先◆

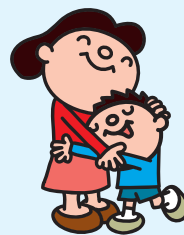
「マザーズスクエア うるはし」 ☎098-972-7900

住 所：うるま市みどり町6-2-8

相談日時：月曜日～金曜日 9:00～19:00 土曜日 9:00～17:00

（年末年始、日曜、祝祭日を除く）

※本事業は、うるま市（児童家庭課）が沖縄県母子寡婦福祉連合会に委託して行っています。



11月は児童虐待防止推進月間です

「さしのべた その手がこどもの 命綱」

虐待かどうか迷う場合でも、ご連絡ください。連絡者の秘密は守られます。

連絡は告発することではなく、支援のはじまりです。

身体的虐待	なぐる、ける、投げ落とす、激しく揺さぶる、溺れさせるなど
性的虐待	子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノの被写体にするなど
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にするなど
心理的虐待	脅し、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう（DV）など



家庭児童相談室では、虐待の相談の他にも日ごろ悩んでいる育児の事や、お子さん（0歳～18歳未満）本人からの相談も受けております。

家庭児童相談室 ☎973-5041 児童相談所全国共通ダイヤル ☎0570-064-000

知っていますか？DV（ドメスティック・バイオレンス）

DVとは、配偶者やパートナーなど親密な関係にある（あった）者からの暴力のことをいいます。

身体的な暴力のほか暴言や無視、ストーカー行為、性犯罪、売買春・人身取引、セクシュアル・ハラスメント等女性に対する暴力は人の安全・尊厳・健康を脅かす行為であり、どんな間柄（夫婦、恋人、親子など）であっても決して許されるものではありません。

◆ひとりで悩まないでまずご相談を◆

女性相談（児童家庭課）☎973-5041

中部配偶者暴力相談支援センター ☎938-9886



こども医療費助成金支給申請の手続きが変わります！

平成25年11月1日から

こども医療費助成 自動償還方式 がスタートします！

「自動償還方式」とは？

県内の各医療機関での受診の際に、窓口にて健康保険証とこども医療費助成金受給資格者証を提示し、医療費の自己負担分を全額支払うと、診療月の翌々月の末日に指定された口座へ自動的に助成金が振り込まれます。

※「自動償還方式」の対象となるのは、こども医療費助成制度だけです。他の医療費助成制度については、これまで通り償還払いでの取り扱いとなります。

「自動償還方式」を利用するためには？

県内の各医療機関での受診の際に、窓口にて健康保険証とこども医療費助成金受給資格者証を提示してください。毎回の提示が原則となりますので、受給資格者証の提示がない場合は「自動償還方式」による助成金の支給が出来ません。

※「自動償還方式」の取り扱い対象外となるものについては、これまで通りうるま市役所児童家庭課窓口にて領収書を持参の上、支給申請手続きを行ってください。

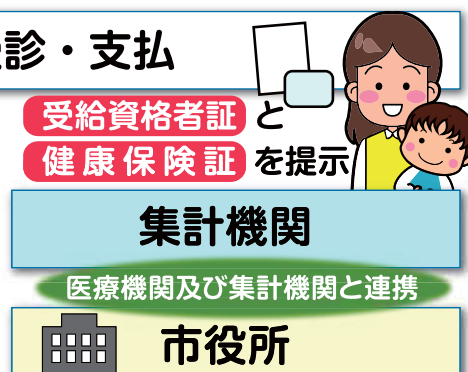
注目！

従来の市役所窓口での支給申請手続きは必要ありません！

償還方式【現行】



自動償還方式【変更後】



受診の際は
受給資格者証
健康保険証
を
お忘れなく！



【石川地区公民館】『集まれ/男声合唱団』
歌が好きな仲間が集まり、独特な男声合唱の世界を体験しました。うるま市老連石川支部主催の趣味クラブ等舞台発表会にゲストで特別参加しました。



【与那城地区公民館】『ハーモニカ初心者講座』
子どもの頃、吹いた懐かしいハーモニカ。講師の一音一音丁寧な指導の下、最終日は、ミニ発表会を迎えました。一生懸命な姿に感動しました。

講座レポート④
8月の講座から



受講生募集!!

公民館講座のご案内

※受講料は無料ですが、講座によっては教材費を徴収する場合があります。お申込時にご確認ください。
※各講座とも、定員を超えた場合は抽選となります。
※日程、内容など変更する場合もございます。ご了承下さい。

ストリートダンス教室

【日 時】12月11日(水)～1月30日(木)
毎週水曜日 ※最終日のみ木曜日(全7回)
午後6時30分～午後8時30分
【場 所】勝連地区公民館
【講 師】比嘉 淳也 氏
【受付期間】11月18日(月)～11月29日(金)
【対象・定員】小学生～高校生 定員なし



【お問い合わせ・申込先】勝連地区公民館 ☎978-7194

サークル活性化講座 フラダンス教室

【日 時】12月4日(水)～12月18日(水)
毎週水曜日(全3回) 午後7時～午後9時
【場 所】与那城地区公民館
【講 師】泉 安子 氏
【受付期間】11月18日(月)～11月22日(金)
【定 員】30名



【お問い合わせ・申込先】与那城地区公民館 ☎978-6836

石川地区公民館 ☎964-3433
勝連地区公民館 ☎978-7194
与那城地区公民館 ☎978-6836

図書館資料を参考に、手作りした作品をご紹介します!

としょかん手作り倶楽部

『誰でもかんたんにできるくす玉ユニット折り紙』

つがわ/みお 著 日本文芸社 (所蔵館: 石川館)

パーツとパーツをつなぎ合わせて全体の形をつくる、くす玉ユニット折り紙です。基本の3枚組・6枚組・12枚組・30枚組の組み方をはじめ、スモールリボン、サボテンなど、全41作品の折り方と組み方を分かりやすく解説しています。まずは基本の折り方と組み方からはじめて、コツをつかめば折り方を応用したりリボン折り、サボテン折りなどに挑戦していくと楽しいですよ。(うるま市在住Cさん作)



薬膳料理で健康に!

薬膳料理の作り方を載せた本をご紹介します。

『こども薬膳』 辰巳 洋 著/緑書房

こどもの健全な発育のため、ご飯、主菜、汁物、副菜、デザートなど、薬膳料理55品を紹介。手軽にできるバラエティーに富んだ薬膳料理が満載のレシピ集。(一般書) 所蔵館 中央・勝連

『薬膳美人』 杏仁 美友 著/マガジンハウス

未病を防ぐ術は毎日の薬膳から。スーパーマーケットで買える食材を使ってカンタンに作れる薬膳64品を紹介。8つの体質に合わせた効果抜群の薬膳レシピ集。(一般書) 所蔵館 石川

としょかんだより



中央図書館 ☎098-974-1112
石川図書館 ☎098-964-5166
勝連図書館 ☎098-978-4321

うるま市立図書館ホームページ <http://www.library.city.uruma.lg.jp/>

今月のおすすめ資料

図書館では、毎月テーマ別に特集を組んでたくさんの資料を展示・紹介しています(おすすめ資料)。

★ 今月のテーマ ★

中央館 暖(一般)
本と旅する 本を旅する(児童)

石川館 図書館のこと(一般)
としょかんでどんなところ?(児童)

勝連館 ことばで遊ぼう

☆館内利用者用コンピュータ端末およびホームページからもご覧になれます。

※今月の図書館行事については各館へお問い合わせください。

☆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。

図書館休館日

・毎週月曜日
・11月5日(火)振替休館・11月23日(土)勤労感謝の日

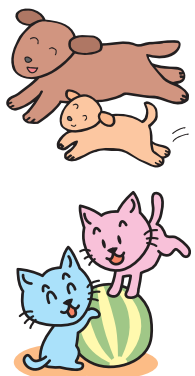
【特別整理期間】

蔵書点検のため、下記の日程で休館させていただきます。

中央館 11月 6日(水)～11月16日(土)

石川館 11月17日(日)～11月27日(水)

勝連館 11月28日(木)～12月 4日(水)



0973-8001

公益社団法人 沖縄県獣医師会

【お問い合わせ】

【募集期限】平成26年1月7日

【申込方法】応募による抽選。詳細は、市環境課窓口で、応募用紙やチラシを配付いたします。

犬の雄：5千円、犬の雌：5千円
猫の雄：3千円、猫の雌：5千円

【助成額】

公益社団法人 沖縄県獣医師会では、飼育犬と飼育猫の避妊・去勢のための手術費用の一部を助成する事業を実施しています。

環境課 973-5594

犬、猫避妊・去勢手術助成金について

お知らせ

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い合わせ先へご確認ください。

市役所 総合案内 TEL 974-3111 FAX 973-9819

沖縄税務署 938-0031

年末調整等説明会のご案内について

年末調整及び法定調書等の作成の方法の説明会を左記の日程で開催します。

【とき】11月13日(水)

【時間および対象地区】

(午前10時～12時30分)

沖縄市、北谷町、読谷村、中城村

(午後1時30分～4時)

宜野湾市、うるま市、嘉手納町、北中

城村

【ところ】

沖縄コンベンションセンター劇場棟

(宜野湾市真志喜4-3-1)

※説明会会場へのお問い合わせは、ご遠慮願います。

※会場駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

市民税課

973-5382

個人住民税の主な税制改正について

平成26年度(平成25年1月1日～平成25年12月31日に得た収入)の個人住民税から適用される主な改正をお知らせします。

①個人住民税の均等割税率の改正

東日本大震災を踏まえて、地方公共団体が実施する防災の施策に要する費用を確保するため、市民税、県民税の均等割にそれぞれ500円が加算されます。

【特例の期間】

平成26年度～平成35年度の10年間

均等割	改正前	改正後
市民税	3,000円	3,500円
県民税	1,000円	1,500円
合計	4,000円	5,000円

②公的年金所得者の寡婦(寡夫)控除に係る申告手続きの簡素化

公的年金等に係る所得のみの方が、寡婦(寡夫)控除を受けようとする場合の個人住民税の申告書の提出が不要になりました。この適用を受けるためには、毎年、日本年金機構等へ提出する「扶養親族等申告書」において寡婦(寡夫)の申告をしていただく必要があります。なお、「扶養親族等申告書」の提出時に寡婦(寡夫)の記載を忘れたり、提出しなかった方は、税務署への確定申告または市への個人住民税の申告が必要で

③給与所得控除の上限設定

給与収入金額が1,500万円を超える場合の給与所得控除額について、245万円の上限が設けられました。

秋の火災予防運動

11/9(土)から11/15(金)

【消すまでは 心の警報 ONのまま】

これから火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、火災予防思想の一層の普及を図り、もって火災の発生を防止し、高齢者等を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的としています。



税理士無料相談会開催について

「税を考える週間」の一環として、今年も税理士による税の無料相談会を開催します。市民税課にて受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください！ 973-5382

【とき】11月13日(水) 午後1時～4時

【ところ】市役所本庁2階 市民税課窓口

【対象】個人事業主(青色・白色)、不動産等の譲渡を検討している方、それ以外にも税に関する事であればどなたでもご相談いただけます。

【定員】9名程度

【申込方法】お電話、窓口等での事前予約が可能です。当日にいらっしゃった方は、お時間に空きがある場合のみ、ご案内となります。

【申込期間】11月11日～13日

文化課 ☎973-4400

①「うるま市ジャズフェスティバル」

スウィングジャズ、ボーカル（テネシーワルツ他）ディキシーランドジャズ、ラテン音楽など、楽しいコンサートです。是非おこしください。

【主催】うるま市教育委員会・ジャズバンド「スピリッツ」

【賛助出演】具志川東中学校吹奏楽部・あげな中学校吹奏楽部・コザディキシーランダーズ

【とき】12月1日（日）

午後2時30分開場 午後3時開演

【ところ】うるま市民芸術劇場 響ホール

【入場券】

一般 1,000円 学生 300円

【入場券販売】市民芸術劇場、石川会館、きむたかホール、うるま市役所売店

②南風原村文書特別展

沖縄振興特別推進交付金（市町村）により沖縄県指定有形文化財の勝連間切南風原村文書が修復されました。これを記念して「受け継がれるシマの宝と技」をテーマに展示会を行います。明治20年～30年代の土地関係文書と伝統的な表具技術による修復の一部を紹介いたします。この機会にぜひお越しください。

【とき】11月1日（金）～12月1日（日）

午前9時～午後5時（最終入館4時30分）

【休館日】月曜日 ※但し11月4日（月）

は開館し、11月5日（火）を休館とします。

【ところ】うるま市立石川歴史民俗資料館

【入場料】無料

【お問い合わせ】文化課

石川歴史民俗資料館 ☎965-3866

農政課 ☎965-5607

人・農地プラン作成の日程

人・農地プランとは、集落・地域が抱える人と農地の問題解決のために、各地区における話し合いにより今後の地域農業のあり方や地域の中心となる経営体について定めていくことを目的としています。11月は「浜・比嘉地区」と「津堅地区」を対象とした話し合いを行ないます。対象行政区で農業を営んでいる方や農地を有している方など、農業関係者はぜひご参加ください。ますよう、お願いします。

地区名 (対象地区)	日 時	場 所
津堅地区 (勝連津堅)	11月7日(木) 午後1時～	津堅公民館
浜比嘉地区 (勝連浜、 勝連比嘉)	11月13日(水) 午後7時～	浜公民館

うるま市農林水産業振興戦略拠点施設事業 実施計画・基本設計策定業務

うるま市は、沖縄県内でも農家数が多いなど第1次産業が盛んな地域であり、ニンジン、オクラなどの野菜類、マンゴーなどの果樹、キクや洋ランなどの花卉類、お茶やい草など多くの農産物及び水産物を代表するモズク、ミーバイなど、多種多様な農水産物があります。

うるま市農水産業振興戦略拠点施設事業は、「安心安全な食材の地元への供給・地産地消の推進」、「6次産業化の推進」、「賑わいや観光産業との連携推進」を基本方針とし、第一次産業の振興及び地域活性化を図る事業です。

県内各地では、「道の駅」や「チャンプルー市場」などの直売所が賑わいを見せています。うるま市の農水産業振興の拠点として、本市の特色を生かし、市民や本市を訪れる方々に喜んでいただける施設づくりを、市民と共に考えながら事業を推進していきます。

施設供用開始までのスケジュールは、次ぎのとおり予定しています。

平成25年度 ☆事業実施計画及び基本設計の作成

→「市民と共に学ぶ直売所の先進事例（仮）講演会」、「施設計画・運営方針等に関する市民ワークショップ」を11月中に予定しています。詳細は市ホームページ等で、別途お知らせします。

☆事業用地の取得及び物件補償

平成26年度 ☆建物及び広場等の実施設計

平成27年度 ☆建物、広場及び外構工事

平成28年度 ☆施設供用開始

【お問い合わせ】

うるま市役所農政課

☎965-5607



【イメージ写真】



【イメージ写真】

国民健康保険課 ☎973-3177

① 肺炎球菌予防接種費用助成事業について

肺炎球菌による肺炎の発病及び病気の重症化を防止し、高齢者の健康の保持増進を図ることを目的とし、肺炎球菌予防接種費用の一部3,000円を助成いたします。

【実施期間】 平成26年2月28日まで

【申込場所】 うるま市役所国民健康保険課 老人医療係

【対象】 接種日において、うるま市の後期高齢者医療被保険者及びうるま市に住所を有する75歳以上の方

※過去5年以内に肺炎球菌予防接種を受けたことがある方は除く

【上限】 1,000名

【申込方法】 国民健康保険課老人医療係（本庁）窓口で申請してください。

※保険証と印鑑をご持参ください。

（電話での受け付けはいたしません）

② 平成25年11月集団健診の案内

11月の集団健診の日程を掲載致しますので、今年度まだ受診されていない方はどうぞご参考にしてください。

【申込方法】 当日受付

【受付時間】 午前8時半～午前11時まで

【集団健診の種類】

・75歳以上 ↓ 『長寿健診』
・40歳～74歳 ↓ 『特定健診』

①被保険者証、②がん検診のハガキ
③特定健診受診券をご持参ください。

（75歳以上の方は長寿健診受診券をご持参ください）

※被用者保険被扶養者に加している40～74歳の方は、加入している保険者から発行された特定健診受診券をご持参ください。加入している保険によって料金は異なります。

・19～39歳 ↓ 『生活習慣病予防健診』
1,000円で血液検査や尿検査といった健診受けることができます。健診の際は、がん検診のハガキをご持参ください。

12月・集団健診日程

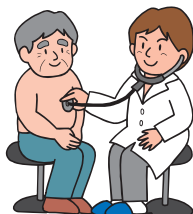
日程：12月1日（日）

場所：健康福祉センターうるま3F
受付時間：午前8時30分～11時
午後1時30分～2時30分

日程：12月3日（火）

場所：健康福祉センターうるま3F
受付時間：午後5時～7時

※12月3日は夜間に実施する健診の日程で、特定健診のみになります。



石川地域活性化センター 舞天館

☎982-15254

舞天館フリーマーケット

【とき】 11月23日（土）午前9時～午後1時
【ところ】 舞天館 1階 多目的ホール

いちゅい具志川じんぶん館 ☎982-4140

① いちゅい具志川じんぶん館 フリーマーケット

【とき】 11月16日（土）午前9時30分～12時30分 ※雨天中止

【ところ】

いちゅい具志川じんぶん館正面駐車場

【出店料】 500円

1ブース（駐車スペース2台分）

【定員】 25組

出店申込随時受付可。定員に達し次第締め切らせていただきます。

詳細はじんぶん館のブログをご覧ください。ただくか、管理室までお問い合わせください。

② 産後ヨガ&ベビーマッサージ教室

【とき】 毎週火曜日開催

※5回クールで継続開催予定。

午前10時～11時30分

【受講料】 5回で3,500円
（保険料込）

【対象】 1ヵ月から12ヵ月の乳幼児がいる父母

※随時申込み可

※体験・途中からの参加も大歓迎です。

※体験の場合は700円、途中からの参加は残りの回数分のお支払いで可。

※参加者同士で育児についての相談や情報交換などができます！

【問い合わせ】 ☎982-4140

第20回 具商デパート！

真心で築く信頼の和 「安心売ります」

【とき】 12月7日（土）・8日（日）

【ところ】 沖縄県立具志川商業高等学校

【内容】 今年は勝連漁業協同組合の協力の元マグロ解体ショーも行います。他にも、舞台の部できむたかの阿麻和利などもありますよ

皆様のご来場お待ちしております ♪♪



受付・募集

うるま市社会福祉協議会

☎973-5459

うるま市家族介護支援事業

要介護高齢者を主に在宅で介護している方が、心のリフレッシュを図り、より過ごしやすい毎日を送っていただけるよう「リフレッシュバスツアー」を開催いたします。

【とき】 11月22日(金) 午前9時30分～午後3時30分着予定(受付、出発時間は地域によって異なります)

【ところ】 おきなわワールド文化王国・玉泉洞見学

【対象】 要介護高齢者を主に在宅で介護している市内在住の方

【定員】 50名 (定員に達し次第、締切)

【参加料】 無料 (昼食付)

【申込・問合せ】 うるま市社会福祉協議会 電話にて平日午前9時～午後5時まで受付。(担当：古波蔵・渡久地)

地域包括支援センター

☎973-5112

①「ウォーキングセミナー」運動が脳に与える良い影響～」のお知らせ

正しいウォーキング方法を身につけていただくとともに、ウォーキングが与える脳への効果などについて学ぶことができます。「正しいウォーキング方法や認知症予防について勉強したい」という方にお勧めです。

【とき】 12月13日(金)～27日(金) 9時～12時(全3回 毎週金曜日)

【ところ】 うるま市具志川ドーム

【対象】 概ね65歳以上のお元気な方

(※介護認定を受けている方、運動制限のある方のご利用はできません。)

(※2km程度のウォーキングができる方が対象となります。)

【定員】 先着20名 【参加料】 無料

【申込方法】 うるま市地域包括支援センターにお電話で本人様がお申し込みください。後日、ご来所していただき、健康状態等の面談をさせていただきます。

②趣味見つけ隊・楽しみ隊！のお知らせ

「趣味見つけ隊・楽しみ隊！」は、様々な体操や運動を二日体験することで自分に合うサークルや新しい趣味を見つけていただく事業です。11月は「うるま活用術講座」「カラオケ教室」「フットケア講座」についてご紹介します。

【とき】 午後2時～4時(受付は午後1時より)

○うるま活用術講座 1月7日(火)

○カラオケ教室 1月14日(火)

○フットケア講座 1月21日(火)

※詳細をご確認したい方は案内チラシを送付いたしますので、地域包括支援センターまでご連絡ください。

☎973-32009

【場所】 健康福祉センターうるま

【対象】 概ね65歳以上のお元気な方

(※介護認定を受けている方、運動制限のある方は、うるま活用術講座のご利用はできません。)

【定員】 先着20名(※うるま活用術講座のみ15名)

【申込期日】 11月25日(月)～26日(火)

【申込方法】 「ウォーキングセミナー」同様

健康支援課 ☎973-3209

健康づくり講習会「女性の美と健康」

昨年大好評だった、20～40代の女性向け健康づくり講習会を行います。今年こそ自分磨き、してみませんか？

①11月26日(火)

(講話)食で魅力！女子力UPな美活生活 講師：宮國由紀江氏

(栄養士・国際中医薬膳師)

②12月4日(水)

(講話と実技講習) 自分に自信を！ポスチュアウォーキング 講師：藤田佳子氏 (ポスチュアスタイリスト)

③12月11日(水)

(調理実習と会食) 美味しく栄養たっぷり！おしゃれカフェ飯 講師：宮國由紀江氏 (栄養士・国際中医薬膳師)

(栄養士・国際中医薬膳師)

【とき】 午後7～9時

【ところ】 健康福祉センターうるま3階 視聴覚室・ホール・調理実習室

【対象】 うるま市内にお住まいの20～49歳の女性で、全3回受講できる方

【定員】 30名(先着)

【入場料】 無料

【申込方法】 電話か健康支援課窓口でお申込みください

【申込期日】 11月11日(月)～18日(月)

※ただし、初めて受講される方を優先とし、定員になり次第受付終了になります。

第6回 うるみん健康・福祉まつり

うるみん健康・福祉まつりは、多くの市民に楽しみながら、健康と福祉への関心を高めていただくと同時に、障がい者の皆さんが、日頃行っている社会復帰・自立促進に関する活動の紹介や作品の販売を行います。

【とき】 11月16日(土) 午前9時30分～午後5時
【ところ】 健康福祉センターうるま及び地域交流センター
【問い合わせ】 うるみん健康・福祉まつり実行委員会 事務局
☎973-5459(社協内)

どなたでも参加できますので、ぜひご来場ください。



☆チャレンジ体験 ☆健康パネル展示
☆市内の保育園の園児による演技
☆その他イベントも企画しています。

うるま市民無料相談所の開設について

①市民無料法律相談

ゆあ法律事務所

【と き】 毎月第2木曜日 午後2時～午後4時
【ところ】 石川庁舎（1階市民相談室）
【予約券配布場所】 石川庁舎市民課前市民ロビー
【予約券配布時間】 午前9時予約券配布開始

【と き】 毎月第4木曜日 午後2時～午後4時
【ところ】 本庁（1階市民相談室）
【予約券配布場所】 本庁舎2階市民生活課
【予約券配布時間】 午前9時予約券配布開始

※法律相談を受けることができるのは先着8名までです。

※予約券を午前9時から配布いたしますが、9時時点でお客様が8名以上並んで待機している場合がありますので、お早目に予約券配布場所へお越しくださいようお願いいたします。

※電話での予約は受付けておりませんのでご了承ください。

※一定の資力に満たない方は、法律相談センター沖縄支部（☎934-5722）で無料相談を利用できる場合があります。詳細はお電話でご確認ください。

②行政相談

国、行政、特殊法人についての意見・要望等の相談を行います。

【と き】 12月5日（木）午前10時～午後4時（午前12時～1時を除く）

【ところ】 与那城庁舎3階第3会議室

③人権週間相談

国連で世界人権宣言が採択された12月10日の「人権デー」を最終日とする1週間は人権週間となっております。

近隣のトラブル、家庭内のもめごと、いじめ等の人権に関する相談を各庁舎一斉に行います。

【と き】 12月5日（木）午前10時～午後4時（午後12時～午後1時を除く）

【ところ】 本庁3階財政課側会議室 [勝連庁舎] 1階社協会議室
[石川庁舎] 1階市民相談室 [与那城庁舎] 3階第3会議室

④消費者相談

消費生活に関する商品やサービスの契約トラブル（悪質商法、架空請求、多重債務等）の相談を行います。

【と き】 毎週水曜日 午前10時～午後4時（午後12時～午後1時を除く）

【ところ】 市役所本庁1階市民相談室

※消費者相談は沖縄県県民生活センター（☎863-9214）でも平日相談可能です。

【問い合わせ】：①～④市民生活課 ☎973-5487

⑤こどもSOS相談メール

子ども本人からの悩み相談や子育て中の親などから子育てに関する悩み全般を受付けします。

【メールアドレス】 kodomo-soudan@city.uruma.lg.jp

⑥子育て教育相談

児童の健全な発達と子育て等の悩みに対し臨床心理士がカウンセラーとして相談を受けます。

【と き】 11月15日（金）午後1時～午後5時

【ところ】 石川保健相談センター（予約制）

【問い合わせ】 ⑤～⑥児童家庭課 ☎973-5041

⑦市民こころの健康相談について

さまざまな悩みでストレスをかかえている方が対象です。

※臨床心理士によるカウンセリング

※毎月第1火曜日（公休日除く）

時間：午後1時から4時

【と き】 12月3日（火）午後1時から4時

【ところ】 健康福祉センター（うるま）3階相談室

※お電話や来所での予約が必要です。

※相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

【問い合わせ】 ⑦健康支援課 ☎973-3209

うるま市教育委員会 学務課
☎978-2159
平成26年度うるま市立彩橋小中学校小規模特認校児童生徒募集案内

小規模校である「うるま市立彩橋小中学校」は、小中連携した特色ある教育活動を進める教育環境の中で、一定の条件のもと、特別に市内全域から入学・転入学を希望する児童生徒を募集します。

【申込期限】

11月18日（月）～12月10日（火）

【申込み先】 うるま市教育委員会 学務課（勝連庁舎1階）

【受付時間】 午前9時～午後5時15分まで ※ただし土日・祝日は除く。

【申込み方法】 平成26年度うるま市立彩橋小中学校小規模特認校入学・転入学申込書」の提出をもって申込みとします。

【対象】 うるま市内全域の児童生徒

【定員】 各学年で異なっているため、ホームページを参照。なお、受入予定人数を超過した場合は、公開抽選となります。ただし、兄弟姉妹が既に在籍している児童生徒は優先されます。

【学校見学・説明会】 11月24日（日）午後9時～10時30分（受付：8時30分～）※学校見学・説明会に参加された方は、11月20日（水）までに学務課（☎978-2159）まで連絡をお願いいたします。

【面接日】 12月15日（日）午後10時～12時 場所：彩橋小中学校

生涯スポーツ課 ☎989-3110
ファミリートランポリン体験教室
受講者募集

トランポリンは全身の筋肉を使用するスポーツで、高い運動効果があります。この機会にぜひ親子で体験してみませんか。

【とき】 ①12月10日（火）・②12月（木）計2回 午後6時30分～8時

【ところ】 うるま市員志川ドーム

【対象】 市内在住の親子（子は小学生）

【定員】 10組（約20名）

【参加料】 1人200円（保険料含む）

【申込み方法】 生涯スポーツ課（員志川運動公園管理事務所）または員志川・石川・勝連・与那城の各体育施設事務所へ。 ※各体育館施設、夜間・土日対応可。 火曜休館

【申込期限】 11月13日（水）～12月6日（金）
児童家庭課 ☎964-6051

ベビープログラム（BP）参加募集

はじめて子どもを育てる（第1子）お母さんの「仲間づくり・親子の絆づくり」学びのプログラムです（前期2～5か月）

【とき】 11月20日（水）、11月27日（水）、12月4日（水）、12月11日（水）

午前10時～12時（後半30分は質問・交流タイム）

【ところ】 いしかわ児童館 学童クラブ室

【対象】 第1子（2～5か月）とその母親 ※4回とも参加できる方

【定員】 10～20組 【参加料】 無料
お電話で申し込みください

男女共同参画コーナー ど〜おもう？



男の子と女の子の違いは
身体のつくりだけだよね。

企画課 ☎973-5005

企画課

☎973-5005

①「第5期男女共同参画懇話会委員」募集について

うるま市の男女共同参画社会づくりの推進について、広くご意見を頂くため、第5期男女共同参画懇話会委員を市民の皆さまから募集します。

【応募資格】 男女共同参画社会に関心があり、年に4回程度会議に出席できる市民または職場を市内に有する20歳以上の男女

【任期】

委員の任期は委嘱から2年

【申込方法】

企画課及び各庁舎に設置してあります応募用紙又はうるま市ホームページより応募用紙をダウンロードしご記入の上、企画課へ申し込んで下さい。

【申込受付期間】

11月1日(金)～11月29日(金)

【選考方法】「うるま市男女共同参画懇話会委員選考委員会」で応募者から提出された意見を審査し決定します。

②2014年版沖縄県民手帳の購入申し込みについて

企画課では、「2014年版沖縄県民手帳」(沖縄県統計協会発行)の購入申し込みを受け付けています。資料編として沖縄県の概要や市町村一覧等、また日常生活に役立つ資料等も収録されています。

大型判(9cm×14cm) 700円
小型判(7cm×11cm) 400円

【申込先】

うるま市役所企画課(具志川庁舎3階)

【申込期限】 11月21日(木)

うるま市役所企画課(具志川庁舎3階)

【販売時期】 11月下旬予定

【連絡先】

うるま市役所企画課(具志川庁舎3階)
☎973-5005

③「外国人魔女たちのホームレメディ(家庭療法)ワークショップ」参加者募集

沖縄県対米請求権事業協会地域活性化助成事業の一貫として、国や文化によって異なる御先祖様から伝承されてきたホームレメディ(薬草など)による家庭療法を、諸外国の方々と一緒に比較、意見交換をしながら共有し、グループコミュニケーションを通して体感できる異文化ワークショップを開催します。(本場インドのチャイティづくりの実践ワークショップ有り。)

【とき】 11月23日(土) 午後2時～5時

【ところ】 うるま市健康福祉センター

うるま市

【定員】 20人(中学生～一般)

※児童同伴可

【参加費】 無料

【申込方法・問い合わせ】

沖縄ハズオンNPO ☎936-6868

【申込期限】 11月21日(木)

うるま市社会福祉協議会
うるま市ボランティアセンター
☎973-5459

「傾聴」～気持ちに耳を傾ける～
講座参加者募集
心に寄り添う傾聴の意味や意義を学び、基本的なスキルを身につけ、より良い人間関係を築いていく為の講座です。

【とき】
1日目：12月3日(火)午後2時～5時
2日目：12月10日(火)午後2時～5時
※2日間の連続講座です。

【会場】 うるま市健康福祉センター
うるま 2F 第1、2会議室

【対象】 うるま市在住又はうるま市で勤務している方で地域で見守り活動をしている方。ボランティア活動で人と接する事が多い方。その他、傾聴に興味があり、2日間連続して受講可能な方。

【定員】 30人 【受講料】 無料

※団体の場合複数名での参加をお勧めします。

【申込方法】 所定の参加申込書に必要事項をご記入のうえFAXして頂くか、電話または直接窓口へ申込みください。

【申込期限】 11月22日(金)まで

※但し定員に達し次第締切り致します

【申込先】

うるま市健康福祉センターうるま 2F

うるま市社会福祉協議会

うるま市ボランティアセンター

☎973-5459(内線215)

FAX 974-5306

ご寄付・ご寄贈ありがとうございます

うるま市社会福祉協議会へ

- ☆仲本 義廣 様 (勝連平敷屋) より3,400円の寄付
☆安慶名 光秀 様 (宇宇堅) より10万円の寄付
☆具志川なつメロ友の会 様より750,017円の寄付
☆西新屋 光男 様 (勝連平敷屋) より10万円の寄付

うるま市の人口

平成25年10月1日		前月比
人口	120,860人	+48
男	60,490人	+33
女	60,370人	+15
世帯数	47,358戸	+68

消防活動状況 (平成25年9月)

救急出場件数 486件 (4,824件)
搬送人員 454人 (4,453人)
火災件数 6件 (30件)
()は平成25年1月からの累計。

- ◎大切な命を守るため、住宅用火災報知器を設置しましょう。
- ◎あなたも救命リレーに参加しませんか。※AEDは誰でも使える救命の道具です。応急手当講習会を受講して使い方を覚えましょう!
- ◎救急出動が増加傾向です。軽いケガの時は近くの医院、診断での受信をおすすめ致します。
(救急車の適正利用をお願いします)

石川青少年の家主催事業
☎964-3263
「親子でカーサームービーづくりを
楽しもう」参加者募集

【とき】 12月15日(日)

午前9時～正午頃まで

【ところ】 沖縄県立石川青少年の家

【対象・定員】 小学生以上の家族
20組40名

【参加費用】 500円/1人

※材料費、保険料

【申込方法】 県立石川青少年の家に電話にてお申込下さい。

【申込期間】 12月3日(火)～12月12日(木)

【持ち物】 個人用エプロン

秘書広報課より謝罪と訂正

広報うるま10月号のP5の全国少年少女レスリング選手権大会の記事におきまして、小学校名の誤りがありました。お詫びいたしますとともに訂正させていただきます。
(誤) 上間美希さん (兼原小学校) 上間太一君 (兼原小学校)
(正) 上間美希さん (中原小学校) 上間太一君 (中原小学校)

国民健康保険課より謝罪と訂正

広報うるま10月号のP15「平成25年度うるまの夜のエッセイ教室」受講生募集について、一部誤りがありました。お詫びいたしますとともに訂正させていただきます。
【とき】 (誤) 9月4日～10月9日
→ (正) 11月6日～12月4日

GREEN FESTIVAL

第2回うるま市景観緑化祭

平成25年11月17日(日)10:00～18:00

うるま市地域交流センター

前日16日(土)に「うるみん健康・福祉祭」も開催!

みどりの講演会 講師:植物研究家 嘉弥真 国男 氏

第2回うるま市景観賞表彰式

各種ステージ催し物

来場者の
皆様に
苗木の
プレゼント!

お問い合わせ:うるま市 都市計画課 TEL:098-965-5620