

申 申込先 問 問い合わせ



申 問 まちの保健室in与勝郵便局

地域住民の皆様が、気軽に心や体の健康について、相談できる場所として与勝郵便局で「まちの保健室」を開設しています。

日時 毎週木曜日
午前10時～午後3時
(正午から午後1時を除く)
※12月中は休止、令和5年1月12日(木)から再開

場所 与勝郵便局

料金 無料

内容 骨密度・血圧・体脂肪測定
健康・子育て・介護相談含め30分程度
※事前予約をお勧めします。

沖縄県看護協会
☎070-316118762

暮らしの情報

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

マイナンバーカードの 休日申請・交付日

11月6日(日)、13日(日)、27日(日)
時間: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。

【問】市民課 ☎989-5410

申 問 カラダをほぐすストレッチ教室

ストレッチや自重で行える筋力トレーニング、ストレッチポールやテニスボールを活用した筋膜リリースなどを行い、カラダをほぐします。

日時 12月13日・20日・1月10日・17日・24日
毎週火曜日 午前10時～11時30分

場所 石川保健相談センター

※コロナワクチン接種会場の為、日程の延期または中止となる場合もありますのでご了承ください。

対象 19歳～74歳 国保加入者
※前年度健診受診済の方・今年度健診受診予定の方

定員 15名

参加料 無料

持ち物 タオル、飲み物、ストレッチマットもしくはヨガマット

申込期間 11月14日(月)～12月10日(土)

申込方法 お電話もしくは窓口にてお申込み。

健康支援課 保健事業係
☎973-14960

問 コンビニ等での証明書交付サービスの二時停止について

左記の期間はコンビニ等における証明書交付サービスは利用できません。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解を承りますようお願いいたします。

日時 11月30日(水)終日
12月16日(金)午後5時～
12月18日(日)午後11時～

市民課 ☎973-32006

問 子育て・教育

第8回うるま市「こどもキッズフェスタ」開催について

市内の障がい児通所支援事業所を利用している児童の作品展示や舞台発表等と障がいへの理解を深めることを目的としたフェスタです。

講演会も予定しています。皆様のこ来場お待ちしております。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

日時 11月26日(土) 午前11時～午後5時

場所 うるま市民芸術劇場
響ホール・橙ホール

にっここキッズフェスタ実行委員会
(事務局:石川学院山城)
☎964-12286

通院していたら健診は受けなくてもいいのでは?

長引くコロナ禍で治療中以外の生活習慣病が進行している可能性があります。健診を受診しましょう!

健診受診の方法はこちら↓

集団健診のお申込み・検診についてのお問合せ / 健康支援課(うるみん3階) ☎973-4960

11月・12月は「市税等納付推進月間」です

うるま市では、11月・12月を市税等納付推進月間とし、納付の協力を呼びかけております。
“愛してます 住みよいまち うるま”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。

市税等の種類は次のとおりです

固定資産税、市県民税、軽自動車税(種別割・環境性能割)、法人市民税、市たばこ税、入湯税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料。

わたしたちの市税等はこのように使われています!

- 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

☑ 固定資産税・市県民税・軽自動車税を滞納すると...

法律に基づいて財産の差押えが実施される場合があります。
不動産(土地・家屋)、債権(預金・給与等)、動産(軽自動車・テレビ等)などが差押えの対象となります。

☑ 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料を滞納すると...

財産の差押えが実施される場合があるほか、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、かかった医療費がいったん全額自己負担となる場合もあります。

☑ 介護保険料を滞納すると...

介護サービスを利用する際に、自己負担の割合が3割に引き上げられるなど、ご自身の負担が多くなる場合があります。また、法律に基づいて財産の差押えが実施される場合もあります。

納付の件でお困りのことがありましたら、担当課までおたずねください

【納税課・国民健康保険課では】生活が困難な場合や事業不振などのため、どうしても納期限内に納税ができない場合には、お早めに納付方法等についてご相談ください。なお当該業務は本庁舎のみの対応となりますので、ご了承ください。

【後期高齢者医療係・介護長寿課では】納付相談は本庁舎のみの対応となりますので、事前にお電話でお問い合わせ下さい。お手続きの際は、印鑑と本人確認書類をご準備ください。

◆◆◆◆ 納付は便利な口座振替をおすすめします ◆◆◆◆

口座振替をご利用いただくと、納めに行く手間が省け、納め忘れがありません。
口座振替のお手続きの方法や、各種お問い合わせに関しましては下記連絡先をお願いします。

<お問い合わせ先>

市税の納付に関すること..... 納税課 (☎973-1099)

国民健康保険税に関すること..... 国民健康保険課 (☎989-5372)

後期高齢者医療保険料に関すること..... 後期高齢者医療係 (☎973-3177)

介護保険料に関すること..... 介護長寿課 (☎973-3208)