

おきなわ市民カレンダー

Okinawa Citizen Calendar

9月

2023
令和5年

令和5年度の
市民集団健診は 予約制です
予約受付窓口/市民健康課 ※要予約・定員あり(先着順)
TEL.098-939-3126(土日・祝日を除く)

沖縄市出前児童館 無料
ご利用日時 月～金 16:00～18:00
対象 小学生または親子 場所 各公民館
(お問い合わせ/こども相談・健康課) こどもの居場所づくり支援担当(内線2282)

納付期限のお知らせ 介護保険料4期分
国民健康保険料3期分 後期高齢者医療保険料3期分
納期限及び口座振替日は**10月2日(月)** 前日までに残高確認をお願いいたします。

毎月1日は
飲酒運転の根絶運動の日

3日は
ちゅうらさん運動の日

第3日 曜日は
ファミリー読書の日

日	月	火	水	木	金	土
8/27 旧7/12 赤口	8/28 旧7/13 先勝	8/29 旧7/14 友引	8/30 旧7/15 先負	8/31 旧7/16 仏滅	1 旧7/17 大安	2 旧7/18 赤口
3 旧7/19 先勝 5 乳幼児健診 受付時間/9:00～11:00 13:00～15:00	4 旧7/20 友引	5 旧7/21 先負	6 旧7/22 仏滅 11 離乳食ステップアップ教室 時間/13:30～16:00	7 旧7/23 大安	8 旧7/24 赤口 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	9 旧7/25 先勝 9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/10:00～12:00 13:30～15:30
10 旧7/26 友引	11 旧7/27 先負 5 親子deヨガ教室 時間/10:30～12:00	12 旧7/28 仏滅 8 産後ママ教室 時間/10:00～12:00 9 すこやか教室(両親学級)① 時間/13:30～15:30 10 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	13 旧7/29 大安 1 親子リトミック体験会 時間/10:30～11:30	14 旧7/30 赤口 2 市民健康相談(成人) 時間/14:00～16:00 3 びよん!びよん!トランポリン教室 時間/10:30～12:00 6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	15 旧8/1 友引 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00 4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00	16 旧8/2 先負
17 旧8/3 仏滅	18 旧8/4 大安 敬老の日	19 旧8/5 赤口	20 旧8/6 先勝 1 親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30～11:30	21 旧8/7 友引	22 旧8/8 先負 4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	23 旧8/9 仏滅 秋分の日
24 旧8/10 大安	25 旧8/11 赤口	26 旧8/12 先勝 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45～14:20 8 産後ママ教室 時間/10:00～12:00 9 すこやか教室(両親学級)② 時間/13:30～15:30	27 旧8/13 友引 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45～14:20 1 親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30～11:30	28 旧8/14 先負 7 3歳児健診 受付時間/12:45～14:20 2 子育て講座①(全2回)～おもちゃの選び方～ 時間/10:30～12:00 6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	29 旧8/15 仏滅 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00 7 3歳児健診 受付時間/12:45～14:20	30 旧8/16 大安
10/1 旧8/17 赤口	10/2 旧8/18 先勝	10/3 旧8/19 友引 10 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	10/4 旧8/20 先負 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45～14:20	10/5 旧8/21 仏滅 7 3歳児健診 受付時間/12:45～14:20 2 子育て講座②(全2回)～おもちゃの与え方～ 時間/10:30～12:00	10/6 旧8/22 大安 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	10/7 旧8/23 赤口 1 市民集団健診 場所:沖縄市役所 時間:8:00～10:30

健診・健康相談

1 市民集団健診 ※予約制
場所/沖縄市役所
時間/8:00～10:30
お問い合わせ/市民健康課(内線2246)

2 市民健康相談(成人)
場所/市立図書館 まなびの部屋
時間/14:00～16:00
お問い合わせ(申込)/市民健康課(内線2262)

3 市民運動相談(成人)
4 市民健康・運動相談(成人)
場所/保健相談センター
時間/13:30～15:00
お問い合わせ(申込)/市民健康課(内線2262)

出産・こども健診・教室等

5 乳幼児健診 ※予約制(アプリ)
場所/沖縄市役所
受付時間/9:00～11:00・13:00～15:00
・ブックスタート 時間/9:00～16:00
・子育て講座「子育てわらべうた」時間/9:30～11:30
お問い合わせ/こども相談・健康課(内線2283)

6 1歳6か月児健診 ※要予約(アプリ)
7 3歳児健診 ※要予約(アプリ)
場所/沖縄市武道館(コザ運動公園内)
受付時間/12:45～14:20
お問い合わせ/こども相談・健康課(内線2283)

8 産後ママ教室 ※要予約
時間/10:00～12:00
9 すこやか教室(両親学級)①② ※要予約
時間/13:30～15:30
すこやか教室(両親学級)③ ※要予約
時間/10:00～12:00・13:30～15:30
場所・お問い合わせ(申込)/
母子未来センター TEL.098-938-1103

10 離乳食スタート教室 ※要予約
11 離乳食ステップアップ教室 ※要予約
場所/沖縄市福祉文化プラザ
時間/13:30～16:00
お問い合わせ(申込)/こども相談・健康課(内線2284)

児童館・児童センター・各種教室

1 親子リトミック・ベビーリトミック体験会 ※要予約
親子リトミック 時間/10:30～11:30
対象・定員/ひとり歩き～5歳までの子と保護者・15組
ベビーリトミック 時間/10:30～11:30
対象・定員/6か月～よちよち歩き(抱っこ)までの子と保護者・10組

2 子育て講座 ～おもちゃの選び方～
時間/10:30～12:00
対象・定員/子と保護者・8組
3 びよん!びよん!トランポリン教室 ※要予約
時間/10:30～12:00
対象・定員/1歳～5歳の子と保護者・15組
場所・お問い合わせ(申込)
沖縄市福祉文化プラザ児童センター
TEL.098-930-1695

4 トランポリン教室 ※要予約
対象・定員/就学前の子と保護者・15組
時間/10:30～12:00
5 親子deヨガ教室 ※要予約
対象・定員/生後3か月～1歳半の子と保護者・15組
時間/10:30～12:00
場所・お問い合わせ(申込)
沖縄市宮里児童センター TEL.098-989-4655

6 親子ピラティス ※要予約
時間/10:30～12:00
対象・定員/生後3か月～就学前の子と保護者・8組
場所・お問い合わせ(申込)
沖縄市あげだ児童館 TEL.098-934-4643

特集

市政トピックス

連載コラム

市民カレンダー

おかけカレンダー

おしらせ