

# おきなわ市民カレンダー

Okinawa Citizen Calendar

# 2023 令和5年 5月

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

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

知花・美里・センター  
胡屋・古謝・越来  
登川・宮里・海邦町  
比屋根・明道・泡瀬  
松本・中の町・池原

(お問い合わせ/子ども相談・健康課) 子どもの居場所づくり支援担当(内線2282)



## 軽自動車税

納付期限のお知らせ

納期限及び口座振替日は**5月31日(水)**

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
4/30 旧3/11 先勝	1 旧3/12 友引	2 旧3/13 先負	3 旧3/14 仏滅 憲法記念日	4 旧3/15 大安 みどりの日	5 旧3/16 赤口 こどもの日	6 旧3/17 先勝
7 旧3/18 友引	8 旧3/19 先負 5 親子deヨガ教室 時間/10:30～12:00	9 旧3/20 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	10 旧3/21 大安 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45～14:20 1 親子リトミック体験会 時間/10:30～11:30	11 旧3/22 赤口 2 市民健康相談(成人) 時間/14:00～16:00 7 3歳児健診 受付時間/12:45～14:20 3 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	12 旧3/23 先勝 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	13 旧3/24 友引 9 すこやか教室(両親学級)③ 受付時間/10:00～12:00 13:30～15:30
14 旧3/25 先負	15 旧3/26 仏滅	16 旧3/27 大安	17 旧3/28 赤口 1 市民集団健診 場所:産業交流センター 7 3歳児健診 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	18 旧3/29 先勝 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45～14:20	19 旧3/30 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	20 旧4/1 仏滅
21 旧4/2 大安 5 乳幼児健診 受付時間/9:00～11:00 13:00～15:00	22 旧4/3 赤口	23 旧4/4 先勝 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	24 旧4/5 友引 11 離乳食ステップアップ教室 時間/13:30～16:00 1 親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30～11:30	25 旧4/6 先負 2 子育て講座～ちいさい頃から 身につけたい!さんすうの力～ 時間/10:30～12:00 6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	26 旧4/7 仏滅 4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	27 旧4/8 大安
28 旧4/9 赤口	29 旧4/10 先勝	30 旧4/11 友引 1 市民集団健診 場所:保健相談センター	31 旧4/12 先負	6/1 旧4/13 仏滅 2 子育て講座～ちいさい頃から 身につけたい!さんすうの力～ 時間/10:30～12:00	6/2 旧4/14 大安 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	6/3 旧4/15 赤口
6/4 旧4/16 先勝 5 乳幼児健診 受付時間/9:00～11:00 13:00～15:00	6/5 旧4/17 友引 1 市民集団健診 場所:産業交流センター	6/6 旧4/18 先負 10 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	6/7 旧4/19 仏滅 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45～14:20	6/8 旧4/20 大安 2 市民健康相談(成人) 時間/14:00～16:00 7 3歳児健診 受付時間/12:45～14:20 3 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	6/9 旧4/21 赤口 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	6/10 旧4/22 先勝 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歳までの親子・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)までの親子・10組 2 子育て講座～ちいさい頃から身につけたい!さんすうの力～ ※要予約 時間/10:30～12:00 対象・定員/子育て中の保護者・8人 3 トランポリン教室 ※要予約 時間/10:30～12:00 対象・定員/1歳～5歳の親子・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 5 親子deヨガ教室 ※要予約 対象・定員/生後3か月～1歳半の親子・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

### 健診・健康相談

- 1 市民集団健診 ※予約制**  
場所/産業交流センター・保健相談センター  
お問い合わせ/市民健康課(内線2246)
- 2 市民健康相談(成人) ※予約制**  
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/市民健康課(内線2262)

### 出産・子ども健診・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/子ども相談・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/子ども相談・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)/子ども相談・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歳までの親子・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)までの親子・10組
- 2 子育て講座～ちいさい頃から身につけたい!さんすうの力～ ※要予約**  
時間/10:30～12:00  
対象・定員/子育て中の保護者・8人
- 3 トランポリン教室 ※要予約**  
時間/10:30～12:00  
対象・定員/1歳～5歳の親子・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
- 5 親子deヨガ教室 ※要予約**  
対象・定員/生後3か月～1歳半の親子・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

おでかけカレンダー

お知らせ