2021
令和3年
1月

おきなわ市民カレンダー

MEMO

日	月	火	水	木	金	土
1月／納付期限のお知らせ（納め忘れにご注意！） 納期です ・市県民税4期分　・介護保険料8期分 ・国民健康保険料7期分　・後期高齢者医療保険料7期分 納期限及び口座振替日は**2月1日** 前日までに残高確認をお願いいたします。		**沖縄市出前児童館** **お問い合わせ こども相談・健康課（内線2282）** ご利用日時/毎週月～金 16:00～18:00 活動団体/・沖縄ハンズオンNPO ・NPO法人たのしい教育研究所 （1月12日～18日の★印の公民館等） 対象/小学生または親子　参加費/無料 ・月曜日/知花公民館・美里公民館・★センター公民館 ・火曜日/胡屋公民館・古謝公民館・★越来公民館 ・水曜日/登川公民館・山里公民館・★海邦町公民館 ・木曜日/比屋根公民館・明道公民館・★泡瀬公民館 ・金曜日/松本公民館・中の町公民館・★池原公民館			**1** 仏滅　旧暦 11/18 元日 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリートエイサー会館	**2** 大安　旧暦 11/19 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート
3 赤口　旧暦 11/20 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**4** 先勝　旧暦 11/21 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**5** 友引　旧暦 11/22 11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	**6** 先負　旧暦 11/23 5 夜間運動相談（水コース） 時間/18:00～20:00 7 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00 休館 エイサー会館	**7** 仏滅　旧暦 11/24 8 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 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	**8** 大安　旧暦 11/25 3 市民運動相談（成人） 時間/13:30～15:30	**9** 赤口　旧暦 11/26 10 すこやか教室（両親学級）③ 時間/13:30～16:00
10 先勝　旧暦 11/27	**11** 友引　旧暦 11/28 成人の日 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**12** 先負　旧暦 11/29 9 産後ママ教室 時間/13:20～16:00 休館 市立図書館	**13** 赤口　旧暦 12/1 5 夜間運動相談（水コース） 時間/18:00～20:00 8 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 休館 エイサー会館	**14** 先勝　旧暦 12/2 2 市民健康相談（成人） 時間/14:00～16:00 7 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00	**15** 友引　旧暦 12/3 3 市民運動相談（成人） 時間/13:30～15:30 5 夜間運動相談（金コース） 時間/18:00～20:00 7 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00 4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00	**16** 先負　旧暦 12/4 1 市民集団健診 ※予約制 （対象地区/中の町） 受付時間/8:00～10:30 13:00～14:00
17 仏滅　旧暦 12/5 6 乳児健診 受付時間/9:00～11:00 13:00～15:00	**18** 大安　旧暦 12/6 冬至（トゥンジー） 5 親子 de ヨガ教室 時間/10:30～12:00 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**19** 赤口　旧暦 12/7	**20** 先勝　旧暦 12/8 鬼餅（ムーチー） 5 夜間運動相談（水コース） 時間/18:00～20:00 8 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 1 親子リトミック体験会 時間/10:30～11:30 休館 エイサー会館	**21** 友引　旧暦 12/9 10 すこやか教室（両親学級）② 時間/13:30～16:00 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	**22** 先負　旧暦 12/10 3 市民運動相談（成人） 時間/13:30～15:30 4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00	**23** 仏滅　旧暦 12/11
24 大安　旧暦 12/12	**25** 赤口　旧暦 12/13 1 市民集団健診 ※予約制 （対象地区/古謝・泡瀬第一） 受付時間/8:00～10:30 4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**26** 先勝　旧暦 12/14 1 市民集団健診 ※予約制 （対象地区/南桃原・園田・山内・久保田） 受付時間/8:00～10:30 9 産後ママ教室 時間/13:20～16:00	**27** 友引　旧暦 12/15 5 夜間運動相談（水コース） 時間/18:00～20:00 12 離乳食ステップアップ教室 時間/13:30～16:00 2 できたことノート&カラーセラピー 時間/10:30～12:00 休館 エイサー会館	**28** 先負　旧暦 12/16 10 すこやか教室（両親学級）③ 時間/13:30～16:00 3 トランポリン教室 時間/10:30～12:00 休館 市立図書館	**29** 仏滅　旧暦 12/17 4 市民健康・運動相談（成人） 時間/13:30～15:30 5 夜間運動相談（金コース） 時間/18:00～20:00	**30** 大安　旧暦 12/18
31 赤口　旧暦 12/19	**1** 先勝　旧暦 12/20 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**2** 友引　旧暦 12/21 11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	**3** 先負　旧暦 12/22 5 夜間運動相談（水コース） 時間/18:00～20:00 7 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00 休館 エイサー会館	**4** 仏滅　旧暦 12/23 1 市民集団健診 ※予約制 （対象地区/全地区） 受付時間/8:00～10:30 8 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 10 すこやか教室（両親学級）① 時間/13:30～16:00 6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	**5** 大安　旧暦 12/24 御願解き（ウガンブトゥチ） 3 市民運動相談（成人） 時間/13:30～15:30 5 夜間運動相談（金コース） 時間/18:00～20:00	**6** 赤口　旧暦 12/25 1 市民集団健診 ※予約制 （対象地区/東・宮里） 受付時間/8:00～10:30 13:00～14:00
7 先勝　旧暦 12/26 6 乳児健診 受付時間/9:00～11:00 13:00～15:00	**8** 友引　旧暦 12/27 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	**9** 先負　旧暦 12/28 9 産後ママ教室 時間/13:20～16:00	**10** 仏滅　旧暦 12/29 5 夜間運動相談（水コース） 時間/18:00～20:00 8 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 休館 エイサー会館	**毎月** ・1日は 飲酒運転の根絶運動の日 ・3日はちゅらさん運動の日 ・第3日曜日は ファミリー読書の日	令和2年度の市民集団健診は予約制です（P23へ） ※定員あり（先着順） 予約受付窓口（市民健康課） TEL 098-939-3126 （土日・祝日を除く）	各種健診・教室などのお問い合わせ先・詳細は右記の一覧をご覧ください ※掲載内容は新型コロナウイルス感染症予防のため、日程変更・中止になる場合があります。予めご了承ください。

健診・健康相談・各種教室等

1 市民集団健診 ※予約制
対象地区/中の町・古謝・泡瀬第一・南桃原・園田・山内・久保田・東・宮里・全地区
お問い合わせ/市民健康課（内線2240）

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

3 市民運動相談（成人）時間/13:30～15:30

4 市民健康・運動相談（成人）
時間/13:30～15:30

5 夜間運動相談　※要予約　定員/15人
時間/18:00～20:00
場所・お問い合わせ（申込）
保健相談センター TEL 098-938-2564

6 乳児健診
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「子育ちわらべうた」
時間/9:30～11:30

7 1歳6か月児健診　**8** 3歳児健診
場所/保健相談センター
受付時間/13:00～14:00
お問い合わせ/こども相談・健康課（内線2283）

9 産後ママ教室　※要予約
時間/13:20～16:00

10 すこやか教室（両親学級）①②③ ※要予約
時間/13:30～16:00
場所・お問い合わせ（申込）
母子未来センター
TEL 098-938-1103

11 離乳食スタート教室 ※要予約
12 離乳食ステップアップ教室 ※要予約
場所/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 親子リトミック体験会　※要予約
時間/10:30～11:30
対象・定員/生後6か月～5歳の親子・15組

2 できたことノート&カラーセラピー
※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・10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・10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～1歳半の子と保護者・6組
場所・お問い合わせ（申込）
沖縄市あげだ児童館
TEL 098-934-4643