

おきなわ市民カレンダー

MEMO

日 月 火 水 木 金 土

<p>毎月</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日は 飲酒運転の根絶運動の日 ・3日はちゅうさん運動の日 ・第3日曜日は ファミリー読書の日 	<p>1 赤口 旧暦 1/18</p> <p>休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート</p>	<p>2 先勝 旧暦 1/19</p> <p>1 市民集団健診 ※予約制 (対象地区/知花・池原) 受付時間/8:00~10:30</p>	<p>3 友引 旧暦 1/20 二十日正月 (ハチカソゾグッチ)</p> <p>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 休館 エイサー会館</p>	<p>4 先負 旧暦 1/21</p> <p>7 1歳6か月児健診 受付時間/13:00~14:00 6 親子ピラティス 時間/10:30~12:00</p>	<p>5 仏滅 旧暦 1/22</p> <p>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 6 親子ピラティス 時間/10:30~12:00</p>	<p>6 大安 旧暦 1/23</p> <p>10 すこやか教室(両親学級)③ 時間/13:30~16:00</p>
<p>7 赤口 旧暦 1/24</p> <p>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</p>	<p>8 先勝 旧暦 1/25</p> <p>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</p>	<p>9 友引 旧暦 1/26</p> <p>9 産後ママ教室 時間/13:20~16:00 11 離乳食スタート教室 時間/13:30~16:00</p>	<p>10 先負 旧暦 1/27</p> <p>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 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</p>	<p>11 仏滅 旧暦 1/28</p> <p>2 市民健康相談(成人) 時間/14:00~16:00 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 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</p>	<p>12 大安 旧暦 1/29</p> <p>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 4 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</p>	<p>13 友引 旧暦 2/1</p>
<p>14 先負 旧暦 2/2</p> <p>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</p>	<p>15 仏滅 旧暦 2/3</p> <p>休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート</p>	<p>16 大安 旧暦 2/4</p> <p>11 離乳食スタート教室 時間/13:30~16:00</p>	<p>17 赤口 旧暦 2/5</p> <p>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</p>	<p>18 先勝 旧暦 2/6</p> <p>7 1歳6か月児健診 受付時間/13:00~14:00 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</p>	<p>19 友引 旧暦 2/7</p> <p>3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:30 6 親子ピラティス 時間/10:30~12:00</p>	<p>20 先負 旧暦 2/8 春分の日</p> <p>休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート</p>
<p>21 仏滅 旧暦 2/9</p> <p>6 乳児健診 受付時間/9:00~11:00 13:00~15:00</p>	<p>22 大安 旧暦 2/10</p> <p>休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート</p>	<p>23 赤口 旧暦 2/11</p> <p>9 産後ママ教室 時間/13:20~16:00</p>	<p>24 先勝 旧暦 2/12</p> <p>5 夜間運動相談(水コース) 時間/18:00~20:00 休館 エイサー会館</p>	<p>25 友引 旧暦 2/13</p> <p>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)③ 時間/13:30~16:00 休館 市立図書館</p>	<p>26 先負 旧暦 2/14</p> <p>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</p>	<p>27 仏滅 旧暦 2/15 二月ウマチー (ニンギアチウマチー)</p>
<p>28 大安 旧暦 2/16</p>	<p>29 赤口 旧暦 2/17</p> <p>休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート</p>	<p>30 先勝 旧暦 2/18</p>	<p>31 友引 旧暦 2/19</p> <p>5 夜間運動相談(水コース) 時間/18:00~20:00 休館 エイサー会館</p>	<p>1 先負 旧暦 2/20</p>	<p>2 仏滅 旧暦 2/21</p>	<p>3 大安 旧暦 2/22</p>
<p>4 赤口 旧暦 2/23</p>	<p>5 先勝 旧暦 2/24</p> <p>休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート</p>	<p>6 友引 旧暦 2/25</p>	<p>7 先負 旧暦 2/26</p> <p>休館 エイサー会館</p>	<p>8 仏滅 旧暦 2/27</p> <p>2 市民健康相談(成人) 時間/14:00~16:00 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</p>	<p>9 大安 旧暦 2/28</p>	<p>10 赤口 旧暦 2/29</p>

健診・健康相談・各種教室等

- 市民集団健診 ※予約制
対象地区/知花・池原・全地区 (7日・14日)
お問い合わせ/市民健康課(内線2240)
- 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)
- 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:30
- 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30~15:30
- 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

- 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「子育てわらべうた」
時間/9:30~11:30

- 1歳6か月児健診
 - 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)

- 産後ママ教室 ※要予約 時間/13:20~16:00
 - 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

- 離乳食スタート教室 ※要予約
 - 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

- 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
 - 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
 - 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
- 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
 - 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
- 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

3月 納付期限のお知らせ

納期です

- ・介護保険料10期分
- ・後期高齢者医療保険料9期分

納期限及び口座振替日は**3月31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
(3月15日~19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

令和2年度の市民集団健診は**予約制**です(P22参照)

※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。