

令和3年度の市民集団健診は**予約制**です。
※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)

●市県民税2期分 ●国民健康保険料2期分
●介護保険料3期分 ●後期高齢者医療保険料2期分
納期限及び口座振替日は**8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
対象/小学生または親子 参加費/無料

- 月 知花公民館・美里公民館・センター公民館
- 火 胡屋公民館・古謝公民館・越来公民館
- 水 登川公民館・宮里公民館・海邦町公民館
- 木 比屋根公民館・明道公民館・泡瀬公民館
- 金 松本公民館・中の町公民館・池原公民館

健診・健康相談・各種教室 等

- 1** 市民集団健診
場所/産業交流センター
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
場所・お問い合わせ(申込)
保健相談センター Tel.098-938-2564
- 5** 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
- 6** 1歳6か月児健診
- 7** 3歳児健診
場所/沖縄市武道館(コザ運動公園内)
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)
- 8** 産後ママ教室 ※要予約
時間/13:20~16:00
- 9** すこやか教室(両親学級)①② ※要予約
時間/10:00~12:00
すこやか教室(両親学級)③ ※要予約
時間/9:30~12:00・13:30~16:00
- 10** 妊産婦のための歯の健康教室 ※要予約
時間/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
- 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2283)

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

日	月	火	水	木	金	土
1 仏滅 旧暦 6/23 5 乳児健診 受付時間/9:00~11:00・ 13:00~15:00	2 大安 旧暦 6/24	3 赤口 旧暦 6/25	4 先勝 旧暦 6/26 1 市民集団健診 時間/8:00~10:30 6 1歳6か月児健診 受付時間/13:00~14:00	5 友引 旧暦 6/27 7 3歳児健診 受付時間/13:00~14:00	6 先負 旧暦 6/28 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:30	7 仏滅 旧暦 6/29
8 先勝 旧暦 7/1	9 友引 旧暦 7/2	10 先負 旧暦 7/3	11 仏滅 旧暦 7/4	12 大安 旧暦 7/5 2 市民健康相談(成人) 時間/14:00~16:00	13 赤口 旧暦 7/6 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:30	14 先勝 旧暦 7/7
15 友引 旧暦 7/8 8 産後ママ教室 ※要予約 時間/13:20~16:00 9 すこやか教室(両親学級)①② ※要予約 時間/10:00~12:00 すこやか教室(両親学級)③ ※要予約 時間/9:30~12:00・13:30~16:00 10 妊産婦のための歯の健康教室 ※要予約 時間/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	16 先負 旧暦 7/9	17 仏滅 旧暦 7/10	18 大安 旧暦 7/11 7 3歳児健診 受付時間/13:00~14:00	19 赤口 旧暦 7/12 6 1歳6か月児健診 受付時間/13:00~14:00	20 先勝 旧暦 7/13 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:30	21 友引 旧暦 7/14
22 先負 旧暦 7/15 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2283)	23 仏滅 旧暦 7/16	24 大安 旧暦 7/17	25 赤口 旧暦 7/18 2 できたことノート&カラーセラピー 時間/10:30~12:00	26 先勝 旧暦 7/19	27 友引 旧暦 7/20 4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30~15:30	28 先負 旧暦 7/21
29 仏滅 旧暦 7/22 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	30 大安 旧暦 7/23	31 赤口 旧暦 7/24	9/1 先勝 旧暦 7/25	2 友引 旧暦 7/26 6 親子ピラティス 時間/10:30~12:00	3 先負 旧暦 7/27	4 仏滅 旧暦 7/28
5 大安 旧暦 7/29 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 赤口 旧暦 7/30	7 友引 旧暦 8/1	8 先負 旧暦 8/2	9 仏滅 旧暦 8/3 6 親子ピラティス 時間/10:30~12:00	10 大安 旧暦 8/4	11 赤口 旧暦 8/5