

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)

沖縄市出前児童館
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)
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 場所/各公民館

- 月 知花・美里・センター
- 火 胡屋・古謝・越来
- 水 登川・宮里・海邦町
- 木 比屋根・明道・泡瀬
- 金 松本・中の町・池原



健診・健康相談・各種教室 等

- 1** 市民集団健診 ※予約制
場所/かりゆし園・沖縄市役所・沖縄市体育館
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)
- 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/子ども相談・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/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・10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・10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～就学前の子と保護者・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

場所・お問い合わせ(申込)
沖縄市あげだ児童館 TEL.098-934-4643

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
28	29	30	1 赤口 旧暦 10/27	2 先勝 旧暦 10/28	3 友引 旧暦 10/29	4 大安 旧暦 11/1
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="width: 60%;"> <p>納付期限のお知らせ</p> <ul style="list-style-type: none"> ●固定資産税3期分の納期限及び口座振替日は12月27日 ●介護保険料7期分 ●国民健康保険料6期分 ●後期高齢者医療保険料6期分の納期限及び口座振替日は1月4日 </div> <div style="width: 35%; border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; color: white; text-align: center;"> <p>前日までに残高確認を お願いいたします。</p> </div> </div>						
5 赤口 旧暦 11/2	6 先勝 旧暦 11/3	7 友引 旧暦 11/4	8 先負 旧暦 11/5	9 仏滅 旧暦 11/6	10 大安 旧暦 11/7	11 赤口 旧暦 11/8
5 乳児健診 受付時間/9:00～11:00 ・13:00～15:00	5 親子 de ヨガ教室 時間/10:30～12:00	11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	6 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00	2 市民健康相談(成人) 時間/14:00～16:00	4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00	1 市民集団健診 場所/沖縄市役所
12 先勝 旧暦 11/9	13 友引 旧暦 11/10	14 先負 旧暦 11/11	15 仏滅 旧暦 11/12	16 大安 旧暦 11/13	17 赤口 旧暦 11/14	18 先勝 旧暦 11/15
1 市民集団健診 場所/沖縄市役所	8 産後ママ教室 時間/13:20～16:00	7 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	6 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/9:30～12:00 ・13:30～16:00
19 友引 旧暦 11/16	20 先負 旧暦 11/17	21 仏滅 旧暦 11/18	22 大安 旧暦 11/19	23 赤口 旧暦 11/20	24 先勝 旧暦 11/21	25 友引 旧暦 11/22
5 親子 de ヨガ教室 時間/10:30～12:00	1 市民集団健診 場所/沖縄市体育館	1 市民集団健診 場所/かりゆし園	2 できたことノート&カラーセラピー 時間/10:30～12:00	6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30
26 先負 旧暦 11/23	27 仏滅 旧暦 11/24	28 大安 旧暦 11/25	29 赤口 旧暦 11/26	30 先勝 旧暦 11/27	31 友引 旧暦 11/28	1/1 先負 旧暦 11/29
8 産後ママ教室 時間/13:20～16:00	9 すこやか教室(両親学級)② 時間/10:00～12:00	1 市民集団健診 場所/沖縄市武道館	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	4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30
2 仏滅 旧暦 11/30	3 赤口 旧暦 12/1	4 先勝 旧暦 12/2	5 友引 旧暦 12/3	6 先負 旧暦 12/4	7 仏滅 旧暦 12/5	8 大安 旧暦 12/6
6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/9:30～12:00 ・13:30～16:00				