

# おきなわ市民カレンダー

Okinawa Citizen Calendar

# 1月

2024  
令和6年

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)  
☎098-939-3126 (平日のみ)

**沖縄市出前児童館** 無料  
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  
ご利用日時 月～金 16:00▶18:00  
対象 小学生または子と保護者(場所)各公民館  
〈園)こども相談・健康課)こどもの居場所づくり支援担当(内線2282)

納付期限のお知らせ 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**1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
12/31 旧11/19 大安	1 旧11/20 赤口 元日	2 旧11/21 先勝	3 旧11/22 友引	4 旧11/23 先負 官公庁 仕事始め	5 旧11/24 仏滅 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:00	6 旧11/25 大安
7 旧11/26 赤口	8 旧11/27 先勝 成人の日	9 旧11/28 友引 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 旧11/29 先負 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45~14:20	11 旧12/1 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 6 親子ピラティス 時間/10:30~12:00	12 旧12/2 先勝 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:00	13 旧12/3 友引 9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/10:00~12:00 13:30~15:30
14 旧12/4 先負	15 旧12/5 仏滅 5 親子deヨガ教室 時間/10:30~12:00	16 旧12/6 大安 10 離乳食スタート教室 時間/13:30~16:00	17 旧12/7 赤口 7 3歳児健診 受付時間/12:45~14:20	18 旧12/8 先勝 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45~14:20 3 びよん!びよん!トランポリン教室 時間/10:30~12:00	19 旧12/9 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12/10 先負
21 旧12/11 仏滅 5 乳児一般健診 受付時間/9:00~11:00 13:00~15:00	22 旧12/12 大安	23 旧12/13 赤口 1 市民集団健診 場所:沖縄市体育館 時間:8:00~10:30 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12/14 先勝 1 市民集団健診 場所:沖縄市体育館 時間:8:00~10:30 11 離乳食ステップアップ教室 時間/13:30~16:00 1 親子リトミック体験会 時間/10:30~11:30	25 旧12/15 友引 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12/16 先負 4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30~15:00	27 旧12/17 仏滅
28 旧12/18 大安	29 旧12/19 赤口	30 旧12/20 先勝	31 旧12/21 友引 1 親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30~11:30	2/1 旧12/22 先負	2/2 旧12/23 仏滅 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:00	2/3 旧12/24 大安
2/4 旧12/25 赤口 5 乳児一般健診 受付時間/9:00~11:00 13:00~15:00	2/5 旧12/26 先勝	2/6 旧12/27 友引 10 離乳食スタート教室 時間/13:30~16:00	2/7 旧12/28 先負 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45~14:20	2/8 旧12/29 仏滅 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 びよん!びよん!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	2/9 旧12/30 大安 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30~15:00	2/10 旧1/1 先勝 9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/10:00~12:00 13:30~15:30

**健診・健康相談**

**1 市民集団健診 ※予約制**  
場所/カレンダー内に記載  
時間/8:00~10:30  
園 市民健康課(内線2246)

**2 市民健康相談(成人)**  
場所/市立図書館 まなびの部屋  
時間/14:00~16:00  
園(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  
園(申込)/市民健康課(内線2262)

**出産・こども健診・教室等**

**5 乳児一般健診 ※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  
園 こども相談・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  
園 こども相談・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  
園(申込)/母子未来センター  
☎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  
園(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・ベビーリトミック体験会 ※要予約**  
親子リトミック体験会 時間/10:30~11:30  
対象・定員/ひとり歩き~5歳までの子と保護者・15組  
親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30~11:30  
対象・定員/6か月~よちよち歩き(抱っこ)までの子と保護者・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/子と保護者・8組

**3 びよん!びよん!トランポリン教室 ※要予約**  
時間/10:30~12:00  
対象・定員/1歳~5歳の子と保護者・15組  
園(申込)/沖縄市福祉文化プラザ児童センター  
☎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  
時間/10:30~12:00

**5 親子deヨガ教室 ※要予約**  
対象・定員/生後3か月~1歳6か月までの子と保護者・15組  
時間/10:30~12:00  
園(申込)/沖縄市宮里児童センター  
☎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6か月までの子と保護者・8組  
園(申込)/沖縄市あげだ児童館  
☎098-934-4643

特集

市政トピックス

連載コラム

市民カレンダー

おかけカレンダー

おしらせ