

OKINAWA CITY NEWS
広報



おきなわ

2024 Sep

9

No.603



潮乃森ビーチフェスタ

P2 特集 よい食生活ですこやかに

P10 きらめき P12 自殺予防週間

今月の市民 人口 141,756人 男性 68,797人 女性 72,959人 世帯数 67,255世帯 (令和6年8月1日現在)

よい食生活ですこやかに

～私たちの健康は私たちの手で～

皆さんは日頃から健康を意識していますか。9月は「食生活改善普及運動月間」です。
食を通した健康づくりに取り組む“沖縄市食生活改善推進協議会”を紹介します。

自己紹介をお願いします

沖縄市食生活改善推進協議会で会長をしている名嘉眞貴子です。越来自治会の書記をしている時に、地域の推進員に「あなたもやってみない」と誘われ、平成19年から推進員として活動しています。

食生活改善に取り組む際のポイントを教えてください

「野菜中心の料理」「油を控える」「減塩」を心がけること。

かつおだしだけで十分美味しい料理ができます。ただ、急に食生活を変えるのは難しいので、使用する化学調味料を少しずつ減らして、普段の料理に野菜をプラスするなど週に何回かヘルシー料理を取り入れられるといいですね。無理をせず気楽に。

活動している中でやりがいを感じる場面を教えてください

やっぱり“こどもたちの笑顔”ですね。こどもたちが自分の家にいるみたいに「おかわり」と言ってくれるとすごく嬉しい。

苦手なものでも自分で料理すると

食べられます。給食ではナメコを残すのに、自分で料理すると3杯食べた子もいました。

どのような活動をしているのでしょうか

公民館等で食生活改善のためのヘルシーメニュー等の普及活動(調理実習等)を行っています。

市の食育推進事業では、中学生を対象にした「ヘルスサポーター教室」で調理実習を行っており、市販のジュースにどれくらいの砂糖が入っているかを見せたり、朝食をしっかり食べることで頭が冴えることなどを伝えたりしています。

こどもの時から自分で料理をする機会があると、食育への関心が高まるため、親子を対象にした調理実習も実施しています。

読者へのメッセージをお願いします

私たちは「“私たちの健康は私たちの手で” ～のぼそ健康寿命 つなごう郷土の料理～」をスローガンに活動しています。自分の健康は自分が一番よくわかっています。食生活で気になることがあれば私たちがお手



インタビューにこたえる名嘉眞会長

伝いますので、気軽に連絡してください。

今後も活動を行うために仲間が必要ですが、年々、推進員の人数が減っています。仕事をしている方でも推進員になれますので、興味のある方から連絡をもらえたら嬉しいです。

私たちの健康は私たちの手でつくりましょう。

※沖縄市食生活改善推進協議会は、平成元年に設立した協議会で、これまでに328名が推進員として地域の健康づくりに貢献しています。

食生活改善推進員を募集します

私たちと一緒に、食を通した健康づくりを担える方を募集しています。
養成講座を受講することで、推進員として活動することができます。

- 講座期間** 9月29日(日)～令和7年2月(全8回)
- 場 所** 保健相談センター、沖縄市役所、福祉文化プラザ他
- 対 象** ①食育及び健康づくりに関心のある18歳以上の方
②養成講座(20時間)を受講できること
③養成講座終了後「沖縄市食生活改善推進協議会」に加入し、地域でのボランティア活動に参加できる方

- 申込期限** 9月27日(金)正午まで
- 申込方法** 申込フォーム・電話・窓口



▲申込フォーム

問 市民健康課 健康推進係 ☎098-939-1212 (内線 2265)

キッズクッキング教室

興味津々に見入るこどもたち



こちらは市民健康課主催の料理教室です。
サポートを推進員にお願いしています。

ヘルシーメニュー講習会



減塩しつつ美味しく料理しています

この日のメニューはきびごはん、ホイコウロウ、切り干し大根の和え物、卵スープ、揚げない大学かぼちゃです。ポイントは切り干し大根は細めのものを使用することで、味がよくなじんでおいしく召しあがれます。卵スープは沸騰させてから卵を入れることで、きれいなふんわり卵が出来ます。

参加者の感想



未来翔(みきと)くん

サラダとグラタンがおいしかった。新しいお友達と一緒に作れて楽しかった。またみんなで料理したい。



知念 トシ子さん

かぼちゃが大学芋みたいな味付けで美味しかった。今回作った切り干し大根を散歩仲間たちに自慢したい。

地域活動 / 食育クッキング



切るって楽しい♪
親子で一緒に
トントントン♪

パクパク食べちゃう
“おにぎらず”と味噌汁、
キンキンに冷えた
はちみつ入り
ヨーグルトアイス



ポイントのご飯を炊きたてで使用すると、蒸気で海苔がよれたり、切れてしまうので、粗熱をとってから使用すること。ヨーグルトはしっかり水切りすることです。



公民館や市の施設等で推進員がヘルシーメニュー等の調理実習を実施しています。ヘルシーメニューの他にも、缶詰を使ったお手軽メニューや子どもにぴったりのピザトースト・モズク丼等の単品メニュー、ポリ袋を使用した非常食レシピ等、多彩なメニューがあります。興味のある方は市民健康課までお問合せ下さい。

地域の推進員におつなぎし、調理実習の実施に向けて調整させていただきます。



Enjoy★おうちごはん「cookpad」



沖縄市健康づくりキャラクター
おきはくん

市民健康課では「cookpad」で、管理栄養士監修のお手軽レシピを多数紹介しているよ。美味しいのはもちろん、栄養バランスを考えたメニューを紹介。減塩、ヘルシー、カルシウムUP、親子で楽しめるメニューなどで毎日の献立作りをサポートします。

問 市民健康課 保健指導係 ☎098-939-1212(内線2249)



こちらから
チェック!

7/20 エキゾチックな夜の動物園

沖縄の新たな夜間観光地の創出や、地域の誇りとなる憩いの場を作ることなどを目的とした夜の動物園「NIGHT ZOO」の開始に伴い、沖縄こどもの国でライトアップ点灯式が行われました。

今年の夏のテーマは『オキナワエキゾチックナイト』。

ライトアップが行われると、園内のあらゆる所が幻想的な雰囲気に包まれ、5月にオープンしたばかりのスプラッシュパークではこどもたちが歓声をあげてはしゃぐ姿が見られました。

ステージでは、3月に誕生したジャガーの赤ちゃん2頭の命名式が行われ、名前は「ニライ」「カナイ」と発表されました。13人から同名での応募があり、名付け親の一人となった市内在住の照屋賢士郎君(6歳)は「沖縄らしくて、双子にぴったりだから」と名前に込めた思いを述べました。

全国初となる常設での夜間開園は、夏以降も毎週土日と祝日に行われます。



7/13 第39回ピースフルラブ・ロックフェスティバル2024



コザロックの祭典沖縄市市制施行50周年記念「第39回ピースフルラブ・ロックフェスティバル2024」がコザ・ミュージックタウン1階の特設ステージで行われました。

高校3年生で構成する「LOUD SPEAKER」からはじまり、本市と兄弟都市の大阪府豊中市のクラシカルロックを演出した「RABI」。沖縄市出身、同じ中学の同級生で構成する「轟」。沖縄県唯一のグループサウンズバンド「SSカンパニー」。胡屋のライブハウスZigzagをメインに活動している「Okinawan Rock Trio」。オールディーズやディスコナンバーを中心に演奏した「REVERSE」。トリは昨年30周年を迎えたベテランバンドの「JET」が飾り、熱いステージを繰り広げ約1,000人の観客を魅了しました。



7/
19・20

第8回沖縄フェスティバル

東海市に沖縄の風を巻き起こす



姉妹都市である愛知県東海市において「第8回沖縄フェスティバル」が開催されました。

19日に、登川青年会によるエイサー演舞を皮切りにフェスティバルが始まりました。なかのまちヤカラーズによる「綾庭の宴」では、琉球王朝時代に舞い戻り、薩摩侵攻、沖縄戦と歴史をたどりながら琉球舞踊など沖縄の伝統芸能を鮮やかに披露沖縄の風を吹かせました。

20日は、東海地方の沖縄県出身者やエイサーが好きな人々で構成するエイサー団体らが出演。東海市の職員らで構成される「東の町エイサー」は、中の町青年会とコラボレーションで演舞を披露しました。

2日間にわたる沖縄フェスティバルの最後、登川青年会の演舞で会場の興奮は最高潮に達しました。カチャーシー後にアンコールがかかり、2度目のカチャーシーに突入。東海市に沖縄の夏を届けました。

「鉄とランの街」
東海市

東海市は愛知県の知多半島の西北部に位置する人口約11万3千人の都市です。中部圏最大の鉄鋼基地として発展しており、洋ランの栽培も盛んであることから「鉄と洋ランの街」と呼ばれています。



7/14・21 沖縄の夏の風物詩 エイサーまつり



市内各地でエイサーまつりが開催されました。

14日に若夏公園で「第17回あがりな〜ざとエイサーまつり」が行われ、東青年会や美里青年会など市内外から8つの青年会が出演し、勇壮可憐な演舞を披露しました。

21日に山内中学校で「第22回風山祭」が行われました。風山の会の南桃原青年会、久保田青年会、山里青年会、諸見里青年会、市内外のエイサー団体のほか、ダンス団体も出演。「第5回やまもも花火祭」が同時開催されました。

会場は心待ちにした多くの来場者で賑わいました。



50th おきなわ市トピックス

7/21 第1回ちゅら島清掃 in 潮乃森

空き缶や吸い殻等のごみの散乱を防止し、快適で美しい生活環境を実現するため「第1回ちゅら島清掃 in 潮乃森」が開催されました。

潮乃森ビーチフェスタ2024の会場となる県内最大級900mのロングビーチを78団体175人が清掃し、もやせるごみや草木など2,200kgのごみを集め、ごみの散乱防止・環境美化に関する意識の高揚を図りました。



7/31 潮乃森イベントを前に避難訓練

ビーチフェスタ開催を前に、潮乃森ビーチにて避難訓練が行われました。イベント実施団体の他、バリアフリーネットワーク会議や自治会等から約100人が参加しました。

最大クラスの津波発生を想定し、ビーチから約250mの距離にある高さ7.9mの盛り土(一時避難場所)までの避難、誘導を行いました。全員が盛り土へ到着し、消防への通報まで約7分で完了しました。



8/3 潮乃森ビーチフェスタ2024



「特別な体験を潮乃森ビーチフェスタで!」をキャッチフレーズに「潮乃森ビーチフェスタ2024」オープニングセレモニー及び海開きが行なわれました。

潮乃森は整備が進む中、8月の毎週土・日曜日は特別にビーチが開放され海水浴のほか、今年はバナナボート、SUP、海上アスレチック、スラックライン等のマリナクティビティの無料体験が行われました。

8月8日に日向灘で発生した地震の影響により8月10日、11日のイベントは9月7日、8日に順延となりました。



潮乃森のSDGs



ゼロカーボンシティ宣言をしている潮乃森地区では、ビーチフェスタ期間中、県内初の完全循環型トイレ「エコまるくん」*の実証実験を行っています。

*上下水道、電力不要で汚水を浄化するトイレ(株式会社エコまるくん)

7/24 エアリアルフープ世界大会で優勝

中村絆愛さん(安慶田小5年)が市役所を訪れ、4月にアメリカで行われた「世界大会エアリアルリンピックス」のプロフェッショナル部門8~10歳クラスで優勝したことを報告しました。同部門の出場および優勝は日本人初です。

中村さんは「ひじで回転する技が好き」と話しました。今後の活躍にも期待が高まります。

*エアリアルリンピックスは、空中に下がったフープを使って回転、坂上り等のパフォーマンスを行う競技「エアリアルフープ」の大会です。



7/29~30 宮里児童センターに鬼ヶ島出現

宮里児童センターで夏休みのイベント、巨大迷路『CAVE QUEST~ももたらう~』が開催されました。

このイベントは、宮里児童センターで活動する「こども運営委員会はびすま」が児童館職員と一緒に考えて手作りで製作し、当日はイベントのキャストとして参加者を楽しませました。

イベントは、参加者が「桃太郎」に任命され、全長10メートルの暗い迷路の中でカードゲームで仲間を増やし、最後に集めた「犬」「猿」「雉」のカードで鬼退治をするゲームの世界のような迷路です。



7/9 「少年の主張大会」で堂々発表

第39回沖縄市「少年の主張大会」が沖縄市農研研修センターで行われました。

市内中学校の9人の代表生徒は、これまで経験したことやこれからの夢、希望などを保護者や関係者らが見守る中、堂々と発表しました。最優秀賞を受賞した仲村優菜さん(越来中3年)、知花柚李さん(宮里中3年)は沖縄市代表として9月2日に行なわれる中頭地区大会に出場します。



7/9 市青年団協議会の活動報告

各自治会青年会をまとめ、地域の発展と街づくりに努める沖縄市青年団協議会の仲間良成会長と新役員が市役所を訪れ、平田副市長に今年度の活動を紹介しました。

仲間会長は「市制50周年記念という貴重な体験をさせてもらうので、全島エイサーまつりや青年まつりで盛大に盛り上げていきます」と意気込みを語りました。



7/18 市女性団体連絡協議会の活動報告

男女共同参画社会の実現及び市の活性化等を目的に活動する沖縄市女性団体連絡協議会の久高由起子会長らが市役所を訪れ、活動を報告しました。

久高会長は「昨年度はきらめきフェスタのパネルディスカッションにパネリストとして参加し、家庭内の身近な男女共同についての理解を深めた。楽しく活動している姿を見せることで、若い世代にも興味を持ってほしい」と話しました。



7/19 引越し手続きのワンストップ化

沖縄市と株式会社NTTデータ九州、株式会社NTTデータとの引越し手続きのワンストップ化の推進に関する協定の締結が市役所で行われました。

引越し手続きのワンストップ化とは、マイナンバーカードを活用して引越し手続きの効率化を図るもので、この協定を締結するのは全国で4番目になります。



7/25 沖縄県マンゴーコンテスト受賞報告

果樹農家の仲村盛宏さんと新城麻衣子さんが7月11日に行われた第17回沖縄県マンゴーコンテストでの受賞報告とマンゴーの贈呈のため市役所を訪れました。

仲村盛宏、政将さん兄弟は、共同栽培を行い優秀賞、新城さんが優良賞を受賞しました。沖縄市は平成20年にマンゴー拠点産地認定を受けており、令和元年度より沖縄市ふるさと納税の返礼品として活用されています。



7/26 おはなしの森でまってるよ

さまざまな手法で物語の楽しさを伝え、図書館や本により深く親しんでもらうことを目的に「夏休みブックフェスティバル」が、市立図書館で開催され、家族連れや地域のこどもたちなど65人が参加しました。

みんなが参加できる手遊びやクイズが興味を引くとともに、大型絵本の読み聞かせやペープサート(紙人形劇)では、子どもたちは真剣におはなしに聞き入っていました。



50th おきなわ市トピックス

7/27 災害時協力協定締結

沖縄青年会議所と沖縄市社会福祉協議会による災害時における協力体制の協定締結式が沖縄青年会議所会館で行われました。

沖縄青年会議所の大庭恵梨花理事長は「自然災害や大規模事故の災害時応急活動に努めたい」と抱負を語り、沖縄市社会福祉協議会の島田薫会長は「迅速かつ総合的な支援活動を円滑に行えることは心強い」感謝を述べました。



7/30 防災教育プロジェクト

災害時に援護が必要となる障がい者への避難支援訓練が、沖縄東中学校平和ボランティア部などが参加して行われました。

早稲田大学の古山周太郎准教授の指導の下、700mの距離を車イス利用者や弱視の方などへ支援を行いながら避難しました。実習後のまとめ発表で生徒からは、「日ごろは気づかない、ちょっとした段差などの支援の難しさやタオルやロープ等の利用方法などを知り勉強になった」と感想がありました。



7/30 沖縄市老人クラブ大会

「第49回沖縄市老人クラブ大会」が沖縄市民会館大ホールで行われ、市内にある老人クラブ29団体の約600人の会員が参加しました。

大会では、今期90歳を迎える正会員85人に感謝状が贈られ、その他老人クラブ活動の進展等に功績のある個人および団体に対しても表彰状などが贈呈されました。



7/31 名嘉さん親子地域貢献

名嘉千優さん、千菜さん姉妹と父健一さんは、地元の池原、登川、松本公民館や児童センターなどで夏休みの子どもたちに計1,500食の弁当を無償提供しました。地元企業7社から協賛を募り、ゆかり弁当(市登川)へ1回あたり300食、計1500食を注文し、無償提供につなげました。

姉妹は、報道でのゆかり弁当の活動に感銘を受け、「私たちが微力ながら子どもたちの貧困対策に貢献できれば」と今回の活動に至りました。



7/31 比屋根タイガース九州大会出場

少年野球チームの比屋根タイガースが第149回沖縄県学童軟式野球大会で準優勝を収め、11月23、24日に大分県にて開催される「第22回王貞治杯九州学童軟式野球大会」への出場報告のため市役所を訪れました。

キャプテンの宮城潤平さんは「サポートしてくれた方への感謝の気持ちを忘れず沖縄に優勝旗を持って帰って来ます」と意気込みを語りました。



8/1 平和月間開始セレモニー

平和月間開始セレモニーが市役所1階ロビーで行われ、山内副市長の開始宣言とともに平和月間が始まりました。

セレモニーでは、平和大使を代表して中学生大使のガルシア琉菜さん(球陽中2年)が「平和の実現に向けて行動していきたい」とあいさつし、その後全員で平和大使ソング「時代の語り部」を手話とともに披露しました。





8/8 “はっきよい”大相撲沖縄場所開催

大相撲沖縄場所が12月21日に沖縄アリーナで開催されることが決まりました。日本相撲協会の立浪親方、二所ノ関親方らが市役所を訪れました。

立浪親方は「生で見る大相撲の迫力を楽しんでほしいです」、二所ノ関親方は「沖縄アリーナの大きなスクリーンや照明を使った演出が、どうなるか楽しみです」とPRしました。

市役所1階ロビーでは、市内の企業・団体による応援隊の結団式が行われ、開催を後押しします。

県内では5年ぶりの開催となり、巡業には横綱照ノ富士や大関豊昇龍、大関琴櫻など幕内力士ら約200人が参加を予定しています。

沖縄場所では普段の巡業とは違い、トーナメント形式の取組や、禁じ手を演じる「初切」、力士が歌う「相撲甚句」などが楽しめます。



～寄付・寄贈等～

皆さまのご厚意に感謝申し上げます。

寄付金等贈呈式を行った皆さまをご紹介します。
いただいた寄付金等は、有効活用いたします。

7/9 沖縄バスケットボール株式会社 (代表取締役社長 白木 享)

沖縄市へ
沖縄市市制施行
50周年記念
ユニフォーム



7/16 有限会社三省電気工事 (取締役会長 新城 安雄)

沖縄市育英会へ
寄付金 1,000,000円



7/17 三建設備株式会社 (代表取締役社長 宮里 真由美)

沖縄市育英会へ
寄付金 500,000円



7/23 琉球物流株式会社 (代表取締役社長 金城 樹)

沖縄市社会
福祉協議会へ
サンリオキャラクター
フェスチケット
入場招待券 100枚
プレイ券 400枚



7/23 沖縄アリーナ株式会社 (代表取締役会長 白木 享)

沖縄市社会
福祉協議会へ
サンリオキャラクター
フェスチケット
入場招待券 500枚
プレイ券 900枚



7/24 沖縄バスケットボール株式会社 (代表取締役社長 白木 享)

市内中学校8校へ
琉球ゴールデン
キングスがチーム
練習で使用した
バスケットボール 48個





きらめき

Kirameki

発行
 沖縄市 市民部
 平和・男女共同課
 沖縄市男女共同
 参画センター
 〒904-0003 沖縄市住吉1-14-29 3階
 TEL.098-937-0170

第97号

「男女共同参画週間パネル展開催報告」～だれもがどれも選べる社会に～

男女共同参画社会とは、誰もが性別、年齢、国籍、慣習等にかかわらず、意欲に応じてあらゆる分野で活躍できるとともに、喜びと責任を分かち合える社会です。去る6月24日から7月5日までの期間において、沖縄市男女共同参画センターをはじめ、沖縄市役所ロビーや沖縄リハビリテーションセンター病院ロビー、沖縄市立図書館にて、家庭や職場、学校、地域などのあらゆる場面において、男女共同参画について理解を深め、できることから取り組んでもらうきっかけづくりとして、パネル展や関連図書を紹介する賛同企画展を開催しました。



新着図書の紹介

沖縄市男女共同参画センターでは、男女共同参画に関する図書を扱っています。

国際セクシュアリティ教育ガイダンス【改訂版】 —科学的根拠に基づいたアプローチ—

編：ユネスコ 訳：浅井春夫/良 香織/田代美江子/福田和子/
渡辺大輔 出版：明石書店

性教育をすすめていくうえで世界のスタンダードとして定評のある手引きの改訂版。本書は、セクシュアリティ教育を人権、ジェンダー平等という枠組みの中で再認識し、若者にとっての利益が最大となる、「性と人間関係」についての包括的な学びを提供している。

せかいでさいしょに ズボンをはいた女の子

作：キース・ネグレー 訳：石井睦美
出版：光村教育図書

今から約150年前、女性はズボンをはいてはいけないという常識に疑問を投げかけ、非難されても抵抗した人がいました。後に女性初の軍医として活躍し、フェミニストとして知られたメアリー・Eウォーカーをモデルにした絵本。

対 象	貸 出 数	期 間
市内在住 在勤・在学	1人5冊以内	14日以内
市内団体等	1団体10冊以内	1か月以内



他にも多数の著書を入荷しています。
ご利用の際は当センター窓口まで
お気軽にお声掛けください。

特設人権相談所を開設しています

ハラスメントやDV等に関する相談、家庭内でのめもごとなど、人権に関する相談を人権擁護委員がお受けしています。

相談は無料、秘密は固く守られます。事前予約も必要ありませんので、安心して気軽にご相談下さい。

日 時 9月2日(月)、10月1日(火)、11月1日(金)
午前10時～午後4時

場 所 市役所 1階 ロビー

きらめきフェスタ2024

今年のきらめきフェスタは、「輝く女性」をテーマに地域から世界を舞台に活躍する女性の講演会を開催。女性団体の紹介もありますのでぜひお越しください。

日 時 10月19日(土)午後2時

場 所 沖縄市民小劇場 あしびなー

空家等の除却費補助

沖縄市では、空き家の所有者等による適切な管理を推進し、地域住民の生活環境の保全を図ることを目的に空家等を除却する所有者等に対し、除却費の一部を補助します！

補助対象の空き家

- 市の認定する特定空家等
- 不良住宅に該当する空家等
※不良住宅に該当するか、事前調査の申請が必要です。

申請期間

7月31日～11月15日

※先着順で予算が無くなり次第受付終了

補助金額上限

- 補助対象工事費の4/5(上限70万円)
※補助額については、上記の他、国土交通大臣が定める1平方メートル当たりの補助上限額があります。

主な補助対象条件

- 沖縄市内にある特定空家等又は不良住宅に該当する空家等
- 空家等の所有者又は相続人、もしくは空家の所有者又は相続人から同意を受けた者など
- 交付決定の通知を受けた後に着手する工事
- 沖縄市に本社がある法人または沖縄市に事務所を有し、本市に住民登録している建設業法及び建設リサイクル法に係る許可等を受けた者が行う工事
- 補助対象空家等のすべてを除却し、その敷地を更地にする工事
- 補助対象経費は、補助対象空家等の除却に要した費用。なお、補助対象空家等に付随する工作物の除却及び同一敷地内にある立木の伐採処分に要する費用を含む。ただし、家財道具(家具、電化製品、家庭ごみ等)、車両、機械等の処分は除く

補助金交付までの主な流れ

①事前調査の申請

事前調査申請

- 事前調査申請書(第1号様式)に必要書類を添付して提出。

事前調査結果通知

- 市から事前調査の結果を通知します。
不良住宅に該当すると判定を受けた場合は、②補助金申請へ。

②補助金申請

補助金交付申請

- 補助金交付申請書(第3号様式)に必要書類を添付して提出。
- 添付書類に不足がある場合、受付ができません。

補助金交付決定通知

- 市から補助金交付決定の通知を受けた後、工事の契約・着手を行う。

完了実績報告書

- 工事完了後、完了実績報告書(第9号様式)に必要書類を添付して令和7年2月10日までに提出。

お問い合わせ 住まい建築課 住まい係(内線2645)

詳しくはこちら



ブロック塀等の撤去費補助

通学路区域内の道路に面するブロック塀等の撤去費を一部補助します。

補助額

- A【基礎撤去無】ブロック塀等の延べ長さ×12,000円
- 【基礎撤去有】ブロック塀等の延べ長さ×19,000円
- B 施工業者からの見積×3分の2
- ※A・Bいずれか低い金額が補助されます。(上限20万円)

申込方法

6階住まい建築課に申請書(添付書類含む)を揃えて提出してください。

主な条件

- ①1.2mを超えるブロック塀等の撤去工事
- ②沖縄市に本社がある法人または沖縄市に事務所を有し住民登録している個人が行う工事であること
- ③申請前に着手していないこと
- ④令和5年度沖縄市住宅リフォーム支援事業を受けていないこと
- ⑤令和7年2月末までに実績報告ができること

お問い合わせ 住まい建築課 住まい係 ☎098-894-6139

詳しくはこちら



令和6年度

沖縄市市政懇談会 (タウンミーティング) 一事前質問募集



沖縄市では広く市民の皆様からの意見・要望・提案をいただき、市民との協働によるまちづくりを進めるため、令和6年度 沖縄市市政懇談会(タウンミーティング)を11月に開催します。

つきましては、開催当日の会場で多くの質問にお答えするため、事前に質問を受け付けます。

提出方法

「氏名・連絡先・自治会名・質問事項」を記入の上、質問フォーム、FAX、メール、窓口のいずれかでご提出ください。質問は、所定の様式以外でもご提出いただけます。

提出期限

10月18日(金)まで

まちづくりへの
意見・要望・提案等
をお聞かせください

お問い合わせ・事前質問受付先

☎ 098-939-1212(内線2371)

✉ a12kouty@city.okinawa.lg.jp

FAX:098-934-0665

窓口:市役所 3階 秘書広報課 広報広聴係

質問フォーム ▶
(スマホなどから)



毎年9月10日～9月16日は「自殺予防週間」です！ ～ひとりで悩まず相談してみませんか？～



☆ 誰にも話せない悩み・・・

☆ 身近な人には話にくいことなど・・・

もしあなたが悩みを抱えていたら、ひとりで悩まず相談してみませんか？
あなたの悩みをきいてくれる人たちがいます。

● 沖縄いのちの電話



098-888-4343

相談時間 (毎日 10:00～23:00) 年中無休



● いのち電話(一般社団法人 日本いのちの電話連盟)



0570-783-556

ナビダイヤル(受付センターへ順次おつなぎします)

● 相談時間: 毎日 10:00～22:00



0120-783-556

フリーダイヤル

● 相談時間: 毎日 16:00～21:00
毎月10日 8:00～11日8:00まで

● こころの電話



098-888-1450

※こころの健康相談統一ダイヤル※



※0570-064-556※

おこなおう まもろうよ こころ

● 相談時間: 月・水・木・金

午前 9:00～11:30

午後13:00～16:30

(火曜日、土日祝日、慰霊の日、年末年始はお休みです。)



● よりそいホットライン



0120-279-338

つ な ぐ さ さ え る



0120-773-776

● 相談時間: 24時間年中無休



● #いのちSOS



0120-061-338

フリーダイヤル お も い さ さ え る

● 電話相談／受付時間: 月・火・水・木・金・土・日
00:00～24:00(24時間)

● WEB相談: 月～日
(8:00～22:30) 受付は22時まで



あなたは、ゲートキーパーを知っていますか？

「ゲートキーパー」ってなに？

ゲートキーパーとは自殺対策では「命の門番」を示しています。

自殺を考えるひとは、何かしらのサインを出しています。

そのサインに、いち早く気づき、声掛け話を聴いて、

必要な支援につなぎ見守る人のことです。

ゲートキーパーによって、救える命があります。

ゲートキーパーって
誰でもなれるの？

特別な資格は
必要ありません。
誰でもできます。



ゲートキーパーのポイント！

気づき

- 最近元気がない
- 酒の量が増えた
- 表情が暗い
- 失業した
- 食欲がない
- 眠れていない

いつもと違うなと**気づいたら声掛けて**話を聴くようにしましょう。

声掛け 声掛けの方法

- 「最近元気がないけどどうしたの？」
- 「何か悩んでいるの？ よかったら聞かせて」
- 「大丈夫？ 疲れているんじゃない？」

あなたの勇気が、話すきっかけになることもあります。

傾聴する

傾聴するために、必要なこと！

- 相手の悩みを真剣な態度で受け止める。
- 相手の話すペースで聞いてあげる。
- 相手の話に共感しながら気持ちに寄り添って。
- 「大変だったね」「よくやってきたね」とねぎらいの言葉をかける。

NGな言葉！

- 「もっと頑張って！あなたなら大丈夫」
- 「あなたに原因があるのでは？みんな辛いよ」
- 「命を粗末にしたらだめ、気持ちの持ちようだよ」などの声掛けはNGです。

つなぎ

傾聴することで、悩んだ人の気持ちは軽くなり、前向きになります。問題はきちんと解決することが大切です。本人の意思を尊重しながら、具体的な相談機関への相談を本人へ勧めて、できれば一緒に同行し**相談機関へつなぎ**をすると、本人も心強いでしょう。

見守り

専門機関へ、**つなぎ**をしたから終わりではなく、見守っていることで相手も「ひとりじゃない」と前向きに進むことができます。是非、可能な限り**見守ってあげてください！**

最後に！

自殺を考えている方は、心の中では「死にたい」という気持ちと「生きたい」という気持ちと葛藤しています。誰かに気持ちを打ち明けられずに「死ぬしかない」という思考回路になり自殺される方が多くいます。

身近な大切な命を救うためには「ゲートキーパー」が必要です！

特別な資格は必要ありません。誰でもできます。

あなたも身近に悩みを抱えた人を見かけたら**勇気**を出して「ゲートキーパー」になってみませんか。

沖縄市自殺対策事業

ゲートキーパー研修会「こころのSOSサインに気づこう！」

講師 道下 聡 氏（ぎのわんメンタルクリニック院長）

日時 10月15日（火）午後3時30分～5時30分

場所 沖縄市農民研修センター 2階 大ホール

対象 市内在住・在勤の方

定員 100人

申込期限 10月8日（火）まで

申込方法 申込フォーム・電話・FAX・メール・URL



▲申込フォーム

問 障がい福祉課（内線 3212・3164） **FAX** 098-939-7739

✉ a41kanri@city.okinawa.lg.jp

URL <https://logoform.jp/f/MAppjf>

プロスポーツコラム
PROFESSIONAL
SPORTS COLUMN

広島東洋カープ



今シーズン前半戦2位 前半戦の振り返りと後半戦に向けての意気込みを伺いました。



開幕前の下馬評はそんなに高くない中で「やってやるぞ!」という気持ちでシーズンに臨みました。常々カープは戦いながら成長し、強くなるチームと言っていますが、全員の力で上位戦いができた前半戦でした。

後半戦を迎え、残り試合も少なくなると、さらに厳しい戦いになっていきます。選手、コーチ、スタッフ、全員の力で乗り切っていきたいと思います。みなさんをワクワクさせるような試合ができるよう頑張りますので、応援よろしくお願いします。



▲ 新井 貴浩 監督

▼ ノーヒットノーランを達成した大瀬良 大地 投手



今季は3度目の右ひじのクリーニング手術明けの中で、リハビリや練習を頑張れば頑張った分だけ自分の力になっているというのを感じていました。

その中で、(捕手の) 會澤さんと話したり、プレートの位置を変えたりすることで、ノーヒットノーランの達成やリーグトップの防御率という結果が出て、やってきたことが間違っていなかったと実感することができています。

チームは2位で前半戦を折り返し、勝負の後半戦を迎えます。僕もチームももっと上を目指したいという気持ちです。しっかり腕を振って、その積み重ねの結果として頂点を目指したいと思っています。

問 観光スポーツ振興課 ☎ 098-939-1212 (内線3293)

(写真提供) 広島東洋カープ

第9回

沖縄市ちゅらロードパートナーズ通信

Okinawa City Chura Road Partners News



美里地区にある就労支援継続B型事務所「ECOCOおきなわ」では利用者とスタッフが一体となって道路沿いの環境美化に取り組んでいます。主な活動内容は、消防本部付近歩道の除草作業やごみ拾いです。

地域の皆様へ「一人でも多くの清掃作業へのご協力」を呼び掛けています。



問 道路課 ☎ 098-939-1212 (内線2615)

図書館だより

定例おはなし会

絵本などの読み聞かせや手遊びなどをしています。
お気軽にどうぞ!

日時 9月14日(土)午後3時

- ・おだんごちょうだい(絵本)
- ・おつきさまはまあるくなくっちゃ!(絵本)

9月21日(土)午後3時

読み聞かせボランティアゆいゆい担当

- ・おつきさまのでんわ(絵本)
- ・すてきな三にんぐみ(大型絵本)

場所 沖縄市立図書館 おはなしの部屋

沖縄市立図書館

☎098-929-4919 ホームページ ▶▶▶▶▶▶



蔵書点検のため休館

期間 9月26日(木)～10月9日(水)

- ・期間中の返却は返却ポストをご利用ください。
※CD・DVD、紙芝居や大型資料、県立図書館や他館の本
は返却できません。
- ・電子図書館はご利用できます。
※有効期限切れの方、パスワード未発行の方はご利用で
きません。
- ※事前にカウンターまたは移動図書館ちえぞう君で、更新
手続きやパスワード発行を済ませてください。
- ・まなびの部屋の利用:午前9時～午後10時(平日のみ)
ご不便をおかけいたしますが、どうぞご理解ください。



薬物はあなたの健康に悪影響をもたらします

健康
コラム

薬物の使用はたとえ1回でも「乱用」です。薬物の乱用は、あなた自身の健康に悪影響をもたらします。絶対に使ってはいけません。

特に、未成年者が薬物を乱用すると、脳や身体の成長が止まり、感情のコントロールができなくなる等、心身の発達が損なわれます。一度ダメージを受けた脳は、治療を受けても回復することは困難です。

ここ数年、県内で薬物による20歳未満の若者の検挙数が急増しています。その原因の一つとしてインターネット等に氾濫する間違った知識や情報の影響が考えられます。薬物乱用の誘惑に対しては、きっぱり断る勇気と強い態度で臨みましょう。



【薬物乱用防止相談窓口】

●沖縄県立総合精神保健福祉センター

☎098-888-1443

●沖縄県 薬務生活衛生課 薬務班

☎098-866-2055



市民健康課 ☎098-939-1212 (内線2241)

こちら沖縄市立郷土博物館

家のお守り「紫微鑾駕」

「紫微鑾駕」をご存じですか。沖縄の木造住宅では、棟木という屋根裏の一番高い所の材木に「紫微鑾駕」という文字を記す中国由来の慣習がありました。

「紫微」とは北極星の神様のことで、「鑾駕」は身分の高い人の乗り物のことです。北極星の神様がやってきて、災いからこの家を守り、家に幸福をもたらしてくれますようにという願いが込められています。

「紫微鑾駕」と書いた板を棟木に釘で打ち付けたり、直接棟木に書いたり、墨書きした紙を貼るものもあったそうです。沖縄への伝来時期は不明ですが、18世紀初頭には知ら

れていたと言われています。

最近鉄筋コンクリートの家が増え「紫微鑾駕」を見る機会が少なくなりましたが、木造住宅の取り壊しの際、屋根裏から発見される場合があります。その際はぜひ郷土博物館へご連絡をお願いします。

学芸係長 尾崎 江利子



▲博物館展示室の「紫微鑾駕」

沖縄市立郷土博物館 ☎098-932-6882

博物館
コラム

おきなわ市民カレンダー

Okinawa Citizen Calendar SEPTEMBER


 2024
令和6年
9月

 令和6年度の
市民集団健診は **予約制** です

問 市民健康課 (内線2246)

※要予約・定員あり(先着順)

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

日	月	火	水
1 飲酒運転の 根絶運動の日 旧7/29 大安	2 旧7/30 赤口	3 ちゅらさん 運動の日 旧8/1 友引 10 離乳食スタート教室 時間/13:30~16:00	4 旧8/2 先負
8 旧8/6 先勝 5 乳児一般健診 受付時間/9:00~11:00 13:00~15:00	9 旧8/7 友引 16 親子deヨガ教室 時間/10:30~12:00	10 旧8/8 先負 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	11 旧8/9 仏滅 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45~14:20 12 親子リトミック体験会 時間/10:30~11:30
15 ファミリー 読書の日 旧8/13 友引	16 旧8/14 先負 敬老の日	17 旧8/15 仏滅	18 旧8/16 大安 7 3歳児健診 受付時間/12:45~14:20 12 親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30~11:30
22 旧8/20 先負 秋分の日	23 旧8/21 仏滅 振替休日	24 旧8/22 大安 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	25 旧8/23 赤口 11 離乳食ステップアップ教室 時間/13:30~16:00 12 親子ベビーリトミック体験会 時間/10:30~11:30
29 旧8/27 仏滅	30 旧8/28 大安	10/1 飲酒運転の 根絶運動の日 旧8/29 赤口	10/2 旧8/30 先勝
10/6 旧9/4 赤口 1 市民集団健診 場所/沖縄市役所 時間/8:00~10:30	10/7 旧9/5 先勝	10/8 旧9/6 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 離乳食スタート教室 時間/13:30~16:00	10/9 旧9/7 先負 6 1歳6か月児健診 受付時間/12:45~14:20

沖縄市出前児童館

月 知花・美里・センター
火 胡屋・古謝・越來
水 登川・宮里・海邦町
木 久保田・明道・泡瀬
金 比屋根・松本・池原

無料

ご利用日時 月～金 16:00▶18:00

対象 小学生または親子 場所 各公民館

〈問〉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)

納付期限
のお知らせ

介護保険料4期分

国民健康保険料3期分

後期高齢者医療保険料3期分

納期限及び口座振替日は9月30日(月)

前日までに
残高確認を
お願い
いたします。

特
集

市
政
ト
ピ
ッ
ク
ス

連
載
コ
ラ
ム

市
民
カ
レ
ン
ダ
ー

お
で
か
け
カ
レ
ン
ダ
ー

お
し
ら
せ

木

5

旧8/3
仏滅

金

6

旧8/4
大安

3 市民運動相談(成人)
時間/13:30~15:00

土

7

旧8/5
赤口

健診・健康相談

1 市民集団健診

場所/カレンダー内に
時間/8:00~10:30

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

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
問(申込)/市民健康課(内線2262)

出産・子ども健診・教室等 ※要予約

5 乳児一般健診 ※アプリで予約

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 ※アプリで予約

7 3歳児健診 ※アプリで予約

場所/沖縄市武道館(コザ運動公園内)
受付時間/12:45~14:20
問 子ども相談・健康課(内線2283)

8 産後ママ教室

時間/10:00~12:00

9 すこやか教室(両親学級)①②

時間/13:30~15:30

すこやか教室(両親学級)③

時間/10:00~12:00・13:30~15:30
問(申込)/母子未来センター
☎098-938-1103

10 離乳食スタート教室

11 離乳食ステップアップ教室

場所/沖縄市福祉文化プラザ
時間/13:30~16:00
問(申込)/子ども相談・健康課(内線2284)

児童館・児童センター・各種教室 ※要予約

12 親子リトミック体験会

時間/10:30~11:30
対象/ひとり歩き~5歳の子と保護者 定員/15組
親子ベビーリトミック体験会
時間/10:30~11:30
対象/6か月~1歳6か月の子と保護者 定員/10組

13 ベビーマッサージ

(予防接種の2日前~2日後は参加できません)
時間/10:30~12:00
対象/0歳の子と保護者 定員/8組

14 ぴよん!ぴよん!トランポリン教室

時間/10:30~12:00
対象/1~5歳の子と保護者 定員/15組
沖縄市福祉文化プラザ児童センター
☎098-930-1695

15 トランポリン教室

対象/就学前の子と保護者 定員/15組
時間/10:30~12:00

16 親子deヨガ教室

対象/3か月~1歳6か月の子と保護者
定員/15組
時間/10:30~12:00
問 沖縄市宮里児童センター
☎098-989-4655

17 親子ピラティス

時間/10:30~12:00
対象/3か月~1歳6か月の子と保護者
定員/8組
問(申込)/沖縄市あげだ児童館
☎098-934-4643



▲公式LINE
から予約



▲公式LINE
から予約

12

旧8/10
大安

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

14 ぴよん!ぴよん!トランポリン教室
時間/10:30~12:00

13

旧8/11
赤口

3 市民運動相談(成人)
時間/13:30~15:00

14

旧8/12
先勝

9 すこやか教室(両親学級)③
時間/10:00~12:00
13:30~15:30

19

旧8/17
赤口

6 1歳6か月児健診
受付時間/12:45~14:20

13 ベビーマッサージ
時間/10:30~12:00

20

旧8/18
先勝

3 市民運動相談(成人)
時間/13:30~15:00

15 トランポリン教室
時間/10:30~12:00

21

旧8/19
友引

26

旧8/24
先勝

17 親子ピラティス
時間/10:30~12:00

27

旧8/25
友引

4 市民健康・運動相談(成人)
時間/13:30~15:00

28

旧8/26
先負

10/3 ちゅらさん
運動の日



旧9/1
先負

10/4

旧9/2
仏滅

3 市民運動相談(成人)
時間/13:30~15:00

10/5

旧9/3
大安

1 市民集団健診
場所/沖縄市役所
時間/8:00~10:30

10/10

旧9/8
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

17 親子ピラティス
時間/10:30~12:00

10/11

旧9/9
大安

3 市民運動相談(成人)
時間/13:30~15:00

10/12

旧9/10
赤口

9 すこやか教室(両親学級)③
時間/10:00~12:00
13:30~15:30

1	日	第4回 すこやか薬局杯 沖縄王将戦 ●開演／10:00 ●場所／沖縄市民会館 中ホール ●入場料／無料 関日本将棋連盟沖縄県支部連合会 ☎090-4988-9054 沖縄市立越來中学校吹奏楽部定期演奏会 ●開演／14:00 ●場所／沖縄市民小劇場あしびなー ●入場料／無料 関沖縄市立越來中学校 ☎098-937-3191 沖縄こどもの国いきものガイド 「 沖縄のカメカメカメ 」 ●時間／14:00～ ●場所／沖縄こどもの国	15	日	休館 市立郷土博物館(燻蒸作業)					
			16	月	休館 市立図書館・ヒストリート 市立郷土博物館(燻蒸作業)					
			17	火	休館 市立図書館					
			18	水	休館 エイサー会館					
			19	木						
2	月	休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	20	金						
3	火									
4	水	休館 エイサー会館	21	土						
5	木		22	日	第1回 受賞者 激励公演 ●開演／18:00 ●場所／沖縄市民小劇場あしびなー ●入場料／前売 1,500円 ※当日500円増 関琉球古典音楽湛水流保存会 ☎090-8760-4921 休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート					
6	金				23	月	休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート			
7	土	ソプラノ・ガラ・コンサート ●開演／16:00 ●場所／沖縄市民小劇場あしびなー ●入場料／前売 一般 1,000円 学生 500円 ※一般当日300円増 ※小学生以下無料 関ソプラノ・ガラ・コンサート実行委員会 ☎090-1946-3212			24	火				
		8			日	ゆたかゆたかコンサート in KOZA 2024 ～いくさ世にさよならを～ ●開演／15:00 ●場所／沖縄市民会館 大ホール ●入場料／一般 3,000円 学生 500円 ※一般当日500円増 ※高校生以下 関美らまちづくりネットワーク ☎098-800-1949 動物9月合同バースデー! コモンリスザル ●時間／10:30～ ●場所／沖縄こどもの国	25	水	休館 エイサー会館	
						26	木	休館 市立図書館		
			27	金		休館 市立図書館				
			28	土		休館 市立図書館				
9	月	休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート	29	日	健康講演会 ●開演／10:30 ●場所／沖縄市民会館 中ホール ●入場料／無料 関沖縄市役所 市民健康課 ☎098-939-1212 青少年チャリティーコンサート ●開演／17:00 ●場所／沖縄市民小劇場あしびなー ●入場料／当日券のみ 一律2,000円 関MOMOプロジェクト ☎090-1944-4646 休館 市立図書館					
10	火				30	月	休館 市立図書館 市立郷土博物館・ヒストリート			
11	水	沖縄市小学校音楽発表会 ●開演／13:50 ●場所／沖縄市民会館 大ホール ●入場料／無料 関沖縄市教育委員会 指導課 ☎098-939-7976 休館 エイサー会館								
		12			木					
		13			金					
		14			土	休館 市立郷土博物館(燻蒸作業)				

イベント & NEWS

沖縄こどもの国イベント情報♪

日本・世界のいきものガイド

『すごいぞ! ユーラシアカワウソ...
ところでユーラシアってどこ?』

ユーラシアカワウソが水中でどのように巧みに動き回り、
自然の中で活躍しているのかを実際にご覧ください。

- 日時 9月8日(日) 15:30~
- 場所 ユーラシアカワウソ舎(里山の迷宮エリア)

ヒツジとヤギ、どこが違う?

~見て、触って、比べてみよう!~

見た目が似ているヒツジとヤギですが、どこが違うかをご
存じですか。毛の感触を触れて実感しながら違いを学びま
しょう。

- 日時 9月14日(土)・15日(日) 13:30~14:00
- 場所 ニホンヌワシ舎近くヒツジ舎(里山の迷宮エリア)
- 定員 5組(1組4名まで、5名以上は2組に分けて申込)
- 料金 1組500円
- 対象 小さなお子さまは、体験時間中お話を
聞くことができる場合参加可

申込はこちら▶



夜間開園 NIGHT ZOO

毎週土日祝は夜9時まで開園しています。



長寿動物祝い

敬老の日になみなみ、ご長寿動物たちに健康を願ったプレゼ
ントを贈ります。長寿動物をテーマにした暗号ゲーム(数
量限定)も開催!

- 日時 9月16日(月・祝) 10:00~15:00
- 場所 園内



チャーン鶏鳴大会

沖縄県指定天然記念物でもある沖縄在来のニワトリ
『チャーン』の鶏鳴大会を行います。

- 日時 9月21日(土) 10:00~14:00
- 場所 ふるさと園
- 料金 張り子の絵付け 500円/ポストカード塗り絵 200円

まるっと繋がる~いのちのおまつり~

育児中のお母さんたちが助産師や支援者と交流する機会
を提供します。どうぶつ広場特設ブースでは、動物たちの
出産映像や、展示、カンガルーのお母さん体験等を通して
子育てについて学べます。

- 日時 9月22日(日) 11:00~15:00
- 場所 水とみどりの広場

※いずれも別途入園料がかかります

沖縄こどもの国 ☎098-933-4190

休園日:毎週火曜日



LET'S GO!! SPORTS OKINAWACITY

#日本一
のスタジアム花火

株式会社 仲本工業
PRESENTS

全島
サッカー
祭り

サッカー系ユーチューバー
スベシャルマッチ開催!

FC琉球 12

8月31日(土)
Inタピック県総合スタジアム
VS ガイナーレ鳥取 18:00 Kick Off

問 FC琉球事務局 ☎098-987-1913

FC琉球 OKINAWA

ホーム戦 試合日程 会場 / タピック県総合スタジアム

公式ホームページ

VS いわてグルージャ盛岡
9月7日(土) 試合開始 18:00
VS アスルクラロ沼津
9月21日(土) 試合開始 18:00
VS FC大阪
9月28日(土) 試合開始 18:00
VS SC相模原
10月12日(土) 試合開始 17:00

琉球ゴールデンキングス

ホーム戦 試合日程 会場 / 沖縄アリーナ

公式ホームページ

VS 福井ブローウィングス(プレシーズンゲーム)
9月17日(火) 試合開始 19:30
9月18日(水) 試合開始 19:30
VS 昌原LG Sakers(韓国)(プレシーズンゲーム)
9月22日(日) 試合開始 16:00
9月23日(月) 試合開始 15:00
VS 三遠ネオフェニックス
10月5日(土) 試合開始 18:05
10月6日(日) 試合開始 18:05

おきなわ市民の皆さまへ



暮

暮らし

子

子育て・教育

健

健康

募

募集・講座

¥

税・保険

催

催し

暮

沖縄市防災訓練

11月5日(火)は沖縄市防災訓練です。

災害時、すぐに避難できるよう**持ち出し袋の準備**しておきましょう。また、4月3日(水)沖縄県全域に津波警報が発表され、車両での避難により渋滞が発生しました。津波からの避難は**原則、徒歩避難**です。ぜひこの機会に訓練へ参加し徒歩での避難経路等を再確認しましょう。

日時 11月5日(火) 午前10時開始

場所 市内全域

対象 全市民対象(自治会・自主防災組織・学校・保育施設・福祉事業所等)

【訓練内容】

午前10時:緊急地震速報(防災行政無線)を合図にシェイクアウト訓練開始

午前10時3分:大津波警報発表(緊急速報メール・防災行政無線)を合図に避難行動訓練開始

※詳しくは市公式ホームページに掲載します。

☎ 防災課(内線2046・2048)

暮

「法の日」司法書士無料法律相談

毎年10月1日は法の日です。沖縄司法書士会は市民の権利保護に役立てるため、以下のとおり無料司法書士法律相談を実施します。

日時 10月1日(火)午前10時～午後4時

場所 市役所 1階 展示コーナー

相談内容 相続・遺言・成年後見に関することなど

対象 沖縄市民

☎ 沖縄県司法書士会 ☎098-867-3577

暮

無料バスの日

県民に路線バスを利用する機会を提供することで、車にはないバスならではの良さを体験してもらい、過度な自家用車利用から適度なバス利用への転換を促進する「**わった～バス利用促進乗車体験**」が実施されます。

【**沖縄県**】路線バスの運賃を終日無料にします。

日時 9月4日(水)から29日(日)までの毎週水曜日と日曜日の計8日間

※「リムジンバス」「定期観光バス」「高速道路を走行するバス(系統番号111番や117番等)」等は対象外

【**沖縄市**】循環バスも無料にします。

日時 9月4日(水)・11日(水)・18日(水)・20日(金)・25日(水)



▲わった～バス利用促進



▲沖縄市循環バス



☎ わった～バス:沖縄県企画部交通政策課 ☎098-866-2045
沖縄市循環バス:都市交通課(内線2520)

暮

行政相談所の開設

総務大臣から委嘱された行政相談委員が相談に応じます。国等の仕事(行政)についてのご意見・ご要望等をお気軽に相談ください。

日時 9月18日(水) 午後2時～4時

場所 山内自治会(山内3-24-3 駐車場あり)

対象 市内在住の方

相談料 無料(予約不要)

☎ 市民生活課(内線2212)



マイナンバーカードの 休日及び平日夜間交付

平日開庁時間内に市役所へ来庁できない方は休日交付
又は平日夜間交付をご利用ください。

日時

9月4・11・18・25日(水) 午後5時15分～ 7時30分

9月15日(日)・21日(土) 午前9時00分～11時30分

場所 市役所 1階 市民課

☎市民課(内線3128)



マイナンバーカード 訪問申請受付

担当職員がご自宅に出向き、マイナンバーカードの申
請を受け付けます。※完全予約制

日時 午前9時30分～11時30分

午後1時30分～4時00分

(平日のみ)

対象 沖縄市民でマイナンバーカードを
初めて申請される方

申込方法 電話



▲市公式
ホームページ

☎市民課 マイナンバーカードプロジェクトチーム
(内線5201・5203)



マイナンバーカード 出張申請受付

お近くの自治会等でマイナンバーカードの申請ができます。
※申請済みの方のマイナンバーカード受取は市役所になります。

日付/場所

9月 7日(土) 胡屋自治会

9月 14日(土) 美里自治会

9月 28日(土) 嘉間良自治会

時間 午前9時30分～11時30分

対象 沖縄市民でマイナンバーカードを
作成したことがない方

必要書類等 電話・市公式ホームページにて確認



▲市公式
ホームページ

☎市民課 マイナンバーカードプロジェクトチーム
(内線5202・5203)



みんなでつくろう 「OKIZERO」の環

2050年までに二酸化炭素排出実質ゼロを目指す「沖
縄市ゼロカーボンシティ」の実現に向けて、市内在住・在
勤・在学の方を対象としたセミナーやワークショップを開
催します。ぜひご参加ください。

※OKIZERO:沖縄市ゼロカーボン[OKINAWA CITY ZERO CARBON]の略

■電気代が怖い!「ゼロカーボン・知ってクセセミナー」

太陽光のこと、エコキュートのこと、蓄電池のこと、これ
からのエネルギーのこと。温暖化対策の取り組みである創
エネ・省エネ・蓄エネは、私たちの暮らしをより豊かに、よ
り便利にする取り組みです。この機会に、地域の脱炭素や
エネルギーの専門家から役立つ話を聞いてみませんか。

●市民向け(市内在住の方)

日時 10月24日(木)午後1時30分～3時

場所 沖縄市農民研修センター 第3研修室

●事業者向け(市内在勤の方)

日時 10月25日(金)午後1時30分～3時

場所 沖縄市福祉文化プラザ 交流ホール

申込期限 9月30日(月)まで

■ゲームで学ぶ気候変動「カーボンニュートラルゲーム・ ワークショップ」

経済成長と環境対策の両立を目指すカーボンニュート
ラルゲームを体験しながら気候変動について学んでみま
せんか。事前の知識は必要ありません。大人からこどもまで
楽しく未来を描きましょう。

●事業者向け(市内在勤の方)

日時 11月29日(金)午後1時30分～4時30分

場所 沖縄こどもの国 チルドレンズセンター2階研修室

●市民・学生向け(市内在住・在学の方)

日時 11月30日(土)午後1時30分～4時30分

場所 市役所 地下2階 大ホール

申込期限 10月31日(木)まで

申込方法 電話・メール・
OKIZEROホームページ



▲OKIZERO
ホームページ

☎沖縄市ゼロカーボン推進窓口事務局

☎050-8890-7266

(午前9時～正午/午後1時～4時)※平日のみ

✉ okizero@e-scb.co.jp



水道料金等 Web口座振替受付サービス

パソコンやスマートフォンから、水道料金等(水道料金・下水道使用料)の口座振替のお申込みができます。ご自宅で口座振替のお申込みができ、印鑑も不要です。ぜひご利用ください。

■ご利用できるお客様

個人の普通預金口座でキャッシュカードをお持ちのお客様

■ご利用できる金融機関

琉球銀行・沖縄銀行・沖縄海邦銀行

■ご用意するもの

通帳(キャッシュカード)
検針票や納入通知書など
水道番号が分かるもの



▲申込はこちら

問 上下水道局 料金課 ☎098-937-3637



10月1日は「浄化槽の日」

皆様のご自宅の浄化槽は適切に維持管理されていますか。維持管理がきちんと行われないと、しだいに浄化槽の機能が低下し、地域の環境汚染の原因となります。浄化槽法では、浄化槽設置者の3大義務が次のとおり定められています。

①保守点検 一般家庭では、年に3回以上行うこと。

問 沖縄県中部保健所 環境保全班 ☎098-989-6610

②清掃(くみ取り) 年1回以上行うこと。

問 沖縄市役所 環境課 クリーン係
☎098-939-1212 (内線2223~2226)

③法定検査 使用開始後3~8カ月の間に受ける初めての検査と、1年に1回受ける定期検査を行うこと。

問 (公社)沖縄県環境整備協会 ☎098-996-7170

※保守点検業者・清掃業者名簿は県環境整備課のホームページで確認できます。



▲保守点検業者名簿



▲清掃業者名簿

問 環境課(内線2225)



敬老会

各自治会による敬老会が開催される場合があります。お住いの地区での開催については、自治会まで直接お問い合わせください。市公式ホームページでも随時お知らせします。



▲詳しくはこちら

問 ちゅういしい課(内線3182)



自筆証書遺言書保管制度

法務局では、自筆の遺言書を保管する業務を取り扱っています。法務局で遺言書を保管することにより、遺言書の紛失、改ざん、相続人に発見されないといった問題が避けられます。また、相続人等は遺言者の死亡後に、遺言者の自筆の遺言書(写し)を証明書として受け取ることができます。

※注意点

- ・法務局では、遺言の内容についての相談はお受けできません。
- ・遺言書の作成内容に不安がある方は、弁護士、司法書士、税理士等の資格者に相談することをお勧めします。



▲詳しくはこちら



遺言書ほかんガルー

問 那覇地方法務局沖縄支局 ☎098-937-3278



労働者の化学物質規制

国内で取り扱われている化学物質の中には、危険性や有害性が不明な物質が多くあるため労働者が安全に働けるように化学物質規制があります。

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月から職場での化学物質規制が大きく見直しされました。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご覧ください。



▲詳しくはこちら

問 事業者のための化学物質管理無料相談窓口
☎050-5577-4862

健 ハイサイ歯科健診(後期高齢者)

沖縄県後期高齢者医療広域連合では、ハイサイ歯科健診を実施しております。お手元にハイサイ歯科健診の受診券(8月下旬に発送)が届いた方は、受診券に記載された歯科医院に電話予約の上、受診してください。

期 間 9月1日(日)から令和7年1月31日(金)まで

対 象 沖縄市在住で令和6年4月1日時点で75歳から79歳の被保険者(ただし、要介護1から5の方、施設に入所中の方、長期入院者を除く)

費 用 無料(受診期間内1回限り)

問 沖縄県後期高齢者医療広域連合事業課
☎098-963-8013



健 子宮頸がん予防ワクチン

子宮頸がんの原因とされているHPV(ヒトパピローマウイルス)感染を防ぐHPVワクチンの無料接種は、令和7年3月31日までとなっています。接種完了までに約6か月かかるため、下記の対象者で接種を希望する方は、9月末までに初回接種を終えてください。

	対象者	対象期間
定期接種	高校1年生の女性	令和7(2025)年 3月31日まで
キャッチアップ 接種	平成9年4月2日から 平成20年4月1日 生まれの女性	

接種回数 最大3回(過去に接種した方は、接種完了までに必要な回数を接種してください)

費 用 無料 ※対象期間を過ぎで接種した場合は、全額自己負担となります。

接種場所 指定医療機関(市公式ホームページ参照)



◀詳しくはこちら
(HPV)



◀指定医療機関

予診票をお持ちでない方は、下記までお問い合わせください。

問 こども相談・健康課 予防係(内線2232・2233)

健 献血へのご協力

市役所1階市民ホールにて以下の日程で献血を実施します。多数の皆様の献血へのご協力をお待ちいたしております。

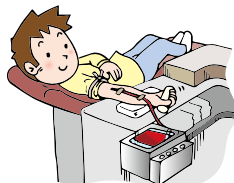
日 時 9月9日(月)~11日(水)

午前9時30分~11時30分/午後1時~4時

場 所 市役所 1階 市民ホール

対 象 ・男女とも体重50kg以上の方
・男性17歳~69歳
・女性18歳~69歳

※65歳以上の方については、
60~64歳の間に献血経験
がある方に限ります。



問 市民健康課(内線2241)

健 小児慢性特定疾病医療費助成 制度終了者支援金

小児慢性特定疾病医療費助成制度、又は小児慢性特定疾患治療研究事業の適用を受けたことがあり、20歳以降も治療を継続している方へ、支援金を支給します。

支給要件 9月1日現在、沖縄市に居住し、かつ沖縄市の住民基本台帳に記録されている方で、次のいずれにも該当する方。

- ・現在、小児慢性特定疾病に起因する疾病で引き続き治療を行っている方(診断書の提出ができる方)
- ・沖縄市重度心身障がい者(児)医療費助成、特別障害者手当を受給していない方
- ・特定医療費(指定難病)公費負担制度を受けていない方

受付期間 9月1日~令和7年3月31日

支給金額 年額10,000円

※必要書類等については、お問い合わせください。

問 障がい福祉課 給付係(内線3154)

健 市民集団健診

沖縄市民集団健診は予約制となっております。

予約方法:Web・電話・窓口

集団健診日程		会場	受付時間
10月	5日（土）	沖縄市役所	8:00～10:30
	6日（日）		
	15日（火）	沖縄市産業交流センター	
	16日（水）		

■問診票、検尿・検便容器等(健診セット)の配布

- ・健診日の2週間前までに予約した方→中部地区医師会検診センターより事前に配布
- ・上記以降に予約した方→健診当日会場にて配布



▲集団健診Web予約
はこちら



▲令和6年度沖縄市のけんしんの
詳細についてはこちら

問 市民健康課(内線2245・2246)

健 インフルエンザおよび 新型コロナワクチン予防接種

10月より下記の方を対象にインフルエンザ及び新型コロナワクチン定期予防接種がスタートします。接種期間、接種費用などの詳細は、決まり次第お知らせします。

- 対象者**
- ①65歳以上で接種当日に沖縄市に住民登録がある方
 - ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはHIVにより免疫の機能に重度の障害がある方(身体障害者手帳1級程度の方)

問 こども相談・健康課 予防係(内線2232・2233)

¥

年金生活者支援給付金やいび〜ん

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入金額やその他の所得が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

＜請求の手続き＞

■ 老齢・障害・遺族基礎年金を受給している方で、今回新たに年金生活者支援給付金の対象となる方には、日本年金機構より令和6年9月初旬頃から順次、ハガキタイプの請求書が送付される予定です。

届きましたら、同封のハガキに必要事項を記入の上、日本年金機構へ提出(投函)をお願いします。

※すでに年金生活者支援給付金を
受け取られている方は、手続きは不要です。



日本年金機構や厚生労働省を装った
不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときは、お電話ください。

☎ 給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092(ナビダイヤル)
☎ コザ年金事務所 ☎098-933-2267
市民課 国民年金担当(内線2133・2134)

子

令和7年度 保育所等入所・市立幼稚園入園・預かり保育

日時

10月1日(火)～18日(金) ※平日のみ
午前9時30分～11時30分/午後1時～4時
※10月2日(水)・9日(水)・16日(水)のみ保育・幼稚園課にて午後7時まで受付します。

受付場所

新規申込:市役所 2階 保育・幼稚園課
※市立幼稚園に在園中の児童については、在園している園で受付できます。

申込書等配布

新規申込の方:9月中旬頃～保育・幼稚園課窓口にて配布
※市公式ホームページで必要書類のダウンロードも可能です。
※市立幼稚園に在園中の児童については、在園している園でも配布します。

＜期間内の申込のご協力を＞

混雑回避のため、第一希望園ごとに受付日を設けておりますので、期間内の申込にご協力をお願いします。申し込み要件、対象施設、受付日等詳しくは市公式ホームページをご確認ください。必要書類のダウンロードも可能です。

※希望する園によって以下のとおり受付日を指定しておりますが、指定日以外に申込みすることも可能です。

日付	入所希望施設名	施設形態
10月1日(火) 10月4日(金)	安慶田幼稚園、泡瀬幼稚園、北美幼稚園、越來幼稚園、コザ幼稚園、島袋幼稚園、高原幼稚園、中の町幼稚園、比屋根幼稚園、美東幼稚園、美里幼稚園、美原幼稚園、宮里幼稚園、室川幼稚園、諸見幼稚園、山内幼稚園	幼稚園
10月7日(月) 10月11日(金)	愛香保育園、愛の泉保育園、あおぞらっ子保育園、あおば保育園、明道いびぎ保育園、海の子保育園、海の子分園花、縁保育園、大芽保育園、大芽保育園分園大地、オリーブ保育園、カフー美里保育園、かりゆし保育園、かりゆし諸見保育園、キディー保育園、ことぶき保育園、こぼと保育園、胡里保育園、さかえ保育園、さざなみっこ保育園、サムエル保育園、諸聖徒保育園、白鳥保育園、白鳥保育園分園白鳥つ子、杉の子保育園、すこやか未来保育園、すみれっ子保育園、ちばなハイサイ保育園、美ら里保育園、でいご保育園、ていっず保育園、とこいく保育園、どりーむ保育園、登川みらい保育園、ハレルヤ保育園、ひやごん保育園、光の子保育園、ぶどうの木保育園、みはら保育園、みはら保育園分園さくら、松本保育園、みらいの森保育園、美浦保育園、みちしお保育園、みちしお保育園分園viorus、めぐみ野保育園、室川保育園、室川夜間保育園、夢の園保育園、若松保育園	私立保育園
10月15日(火) 10月18日(金)	愛星幼稚園(2号)、あいのほしこども園(2号、3号)、アイビス知花保育園、アリス保育園、泡瀬保育所、恵育保育園、エンジェル保育園、おとは保育園、おきなわ地球こども園(2号、3号)、越來保育所、かなで保育園、かなでフィル保育園、きらきらこども園(2号、3号)、きらきらこども園Ageda(2号、3号)、こころのねっこ保育園、胡里あけぼの保育所、さん保育園、スマイリー保育園、たんぼ保育園、知花保育所、ともわ乳児園泡瀬園、ともわ乳児園泡瀬第2、ニチキッズこじや保育園、認定こども園シャローム(2号、3号)、ひまわり保育園おきなわ、ふくっこ保育園、ほっぺるランド沖縄海邦、マラナタ保育園、みさとこども園(2号、3号)、みらいおきなわ保育園、もものき保育園、ヤクルトわくわく宮里保育園、山内保育所、パーチェ山里認可保育園、わかば保育園、京進のほいくえんHOPPA泡瀬園、京進のほいくえんHOPPA泡瀬さざなみ園、もりのなかも保育園美里園、もりのなかも保育園美原園、もりのなかも保育園美原パング園	公立保育所 私立保育園 地域型保育施設 認定こども園

＜PC・スマートフォンから電子申請によるお申込みが可能です！＞

※・電子申請受付は10月1日(火)からです。

・電子申請については、市公式ホームページをご確認ください。



▲市公式ホームページ



☎ 保育・幼稚園課 保育園(内線3135～3136) 幼稚園(内線3174)



沖縄市営住宅入居募集

令和6年度の沖縄市営住宅入居募集を以下の通り行います。

住宅名	間取り	入居世帯 可能人数	住 宅 区 分	募集部屋数	住宅名	間取り	入居世帯 可能人数	住 宅 区 分	募集部屋数	
美里 (エレベーター有り)	1DK	1名～	高齢者住宅(単身可能)	空室待ち	久保田	2LDK	2名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)	空室待ち	
	1LDK	2名～	高齢者住宅			3DK	5名～	一般住宅	1部屋	
	2DK	2名～	一般住宅		室川 エレベーター有り	1LDK	2名～	高齢者住宅	2部屋	
	2DK	2名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)			2DK	2名～	高齢者住宅	空室待ち	
	2LDK	4名～	一般住宅			2DK	2名～	一般住宅		10部屋
	3DK	5名～	一般住宅			2LDK	4名～	一般住宅	3部屋	
	3DK	4名～	多子住宅			3DK	5名～	一般住宅		
泡瀬 (エレベーター有り)	1DK	1名～	高齢者住宅(単身可能)	空室待ち	安慶田 エレベーター有り	1DK	1名～	高齢者住宅(単身可能)	空室待ち	
	1LDK	2名～	高齢者住宅			1LDK	2名～	高齢者住宅		
	2DK	2名～	一般住宅			2DK	2名～	一般住宅		
	2DK	2名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)			2DK	2名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)		
	2LDK	4名～	一般住宅			2LDK	4名～	一般住宅		
	3DK	4名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)			1部屋	3DK	5名～		一般住宅
	3DK	5名～	一般住宅			空室待ち	3DK	4名～		多子住宅
3DK	4名～	多子住宅								
登川	2LDK	2名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)	1部屋	※募集部屋数に若干の変更が発生する場合があります。 ※高齢者住宅(単身可能)は60歳以上・障がい者・生活保護受給者等の方に限ります。 ※空室待ち募集とは、これから発生する空室を見込んで募集を行うものです。 (有効期限:令和8年3月31日まで)					
	3DK	4名～	車椅子住宅(下肢障害2級以上の方がいる世帯)	空室待ち						
	3DK	2名～	一般住宅	2部屋						
	3DK	4名～	多子住宅	空室待ち						

1. 入居募集期間及びしおりの配布期間 10月1日(火)～11日(金)

2. 配布場所

- ・市役所 6階 沖縄市営住宅 指定管理者窓口 ・市役所 1階 総合案内
- ・沖縄市農民研修センター(登川2380) ・沖縄市福祉文化プラザ(高原7-35-1)
- ・沖縄県住宅供給公社 コザ出張所(胡屋4-14-31)

問 市役所 6階 沖縄市営住宅 指定管理者 ☎098-929-3117(直通)



介護入門的研修 受講生募集

介護未経験者等を対象に、介護に関する基本的な知識や、介護の業務に携わる上で知っておくべき基本的な技術を学ぶことができる「入門的研修」を実施します。

日 時 10月10日・17日・24日・31日 木曜日【全4回】

対 象 介護分野での終了希望の方及び入門的研修修了後、介護補助職として人材派遣に参加可能な方

場 所 沖縄市産業交流センター

定 員 10人程度

申込締切 定員に達し次第締切

問(株)シグマスタッフ那覇支店

☎098-860-5502



▲詳細はこちら



認知症介護と 気持ちのコントロール

「認知症のせいだとわかっていても、つい怒ってしまう」
「そんな自分が情けなく、疲れ果ててしまった」

先の見えない認知症介護。怒りの正体とは。怒りの感情と上手に付き合うための方法を学びます。

講 師 八部 千尋 氏(認知症の人と家族の会 副代表)

日 時 9月27日(金)午後1時～3時

場 所 沖縄市社会福祉センター 2階 会議室

定 員 10人

申込期間 9月2日(月)～定員に達し次第締切

問 介護保険課(内線3091)



高齢者元気教室(第4クール)

年を重ねても、健康で生き生きと暮らすために、介護予防に取り組みませんか。介護予防、認知症予防について学びたい方、運動習慣をつけたい方にお勧めです。

日時 10月8日～1月14日
毎週火曜日 【全14回】午後2時～4時
場所 美里の杜カシータ1F
料金 1回100円 ※送迎要相談 別途200円
(非課税世帯・生活保護世帯は無料)

対象 65歳以上の市民の方
※①～③のいずれか1つでも該当する方は利用できません

- ①医師より運動制限を受けている
- ②要介護1～5の認定を受けている
- ③介護保険における通所系サービスを利用している

定員 20人(定員を超えた場合は新規の方優先)
申込期間 9月2日～9月6日 午前10時～午後4時
※申し込みは先着順ではありません
申込方法 市役所 地下2階 介護保険課窓口で申込。
申請書などの書類記載がありますので、お薬手帳と特定健診(長寿健診)の結果を持参しご本人がお越しください。

☎介護保険課 地域支援担当(内線3144)



シニア向け転倒予防教室

転倒そのものを予防する事も大切ですが、転んでも大ケガをしない為の「上手な転び方」を個々の体力に応じて進めるので初めてでも安心してご参加頂けます。

講師 親川 啓和 氏(講道館柔道7段)
日時 9月26日・10月24日・11月28日・12月26日
木曜日 午後1時30分～3時
※11月28日は午後2時30分～4時
場所 コザ運動公園 武道館
対象 18才以上
定員 20人
参加費 100円(保険料)
持ち物 動きやすい服装
申込期限 各開催日3日前まで

☎コザ運動公園 ☎090-6869-6068 担当: 當山



健康づくり講演会

- ・アナタらしいスマートエクササイズを身につけよう
- ・歯から始まる未来の健康投資

講師 高良 順子 氏(健康運動指導士)
与那嶺 亮氏(中部保健所健康推進班 歯科医師)
日時 9月29日(日)午前10時～正午
(受付 午前9時30分～)
場所 沖縄市民会館 中ホール
対象 沖縄市在住・在勤の方
(事前申し込み制)
定員 先着100人
申込期限 9月20日(金)まで
申込方法 電話・申込フォーム



▲申込フォーム

☎市民健康課(内線2241)



朝ヨガ



朝ヨガは心身のバランスを整え、ストレスによる自律神経の乱れ改善を促します。健康習慣を身につけたい方、初心者や運動が苦手な方でも参加できます。

講師 名嘉 梨予子 氏
(ヨガスタジオコザ主宰)
日時 10月7日～12月16日 月曜日
午前10時30分～11時30分【全8回】
10月7日・21日・11月4日・18日・25日・12月2日・9日・16日
場所 体育館多目的室①(10月)
武道館指導員室(11月・12月)
対象 18才以上 **定員** 先着20人
料金 8,000円 ※10月7日の開講日に現金払い
持ち物 水分補給できるもの
動きやすい服装
(更衣できる場所は設けておりません)
ヨガマット(無料貸出あり)
申込期間 10月7日(月)
申込方法 申込フォーム



☎コザ運動公園総合窓口 ☎098-932-0777 ▲申込フォーム



親子スポーツ教室 スポーツ教室

親子スポーツ教室

■親子サッカー教室

親子で楽しみながらサッカーを行うことで、お子さんの運動能力、体力を高める教室です。サッカーの「初めの一步」にオススメの教室です。

日時 9月21日(土) 午前10時～11時30分
定員 先着12組 **申込期限** 9月18日(水)まで

■親子ボール遊び教室

遊びながら「投げる・蹴る・取る」といった運動の基礎力を高める教室です。ボール遊びが得意になることで、園や小学校でも活躍できるようになります。

日時 9月28日(土)午前10時～11時30分
定員 先着12組 **申込期限** 9月25日(水)まで

【共通項目】

場所 沖縄市多目的運動場(コザ運動公園内)
対象 市内4歳～小学校3年生までのお子様とその保護者
持ち物 室内シューズ・飲み物

スポーツ教室

■日中に楽しめる卓球教室

日中の空いた時間に卓球を通してリフレッシュしませんか。初心者の方も、久しぶりに行う方も、普段からされている方も、それぞれのレベルで卓球を通して楽しめる教室です。ラケットの無料貸出もあるので、道具を持っていない方でも気軽にご参加できます。

日時 9月30日(月)・10月7日(月) 午後2時～3時30分
定員 先着16人

■バドミントン交流会

仕事終わりにバドミントンを通してリフレッシュしませんか。初心者の方も、久しぶりに行う方も、普段からされている方も、それぞれのレベルでバドミントンを通して楽しめる教室です。ラケットの無料貸出もあるので、道具を持っていない方でも気軽にご参加できます。(※数に限りあり)

日時 9月30日(月)・10月7日(月)午後7時～8時30分
定員 先着16人

【共通項目】

場所 沖縄市体育館
対象 市内在住・在勤の18歳以上
持ち物 室内シューズ・飲み物・ラケットをお持ちの方はご持参ください。

申込期限 各開催日3日前まで

■ディスコダンスでフィットネス

70年代から80年代にかけてのディスコミュージックに合わせて楽しくエクササイズしながら踊ります。懐かしい音楽とステップで初心者でも楽しめる教室です。

日時 10月1日(火)午後7時～8時
場所 沖縄市武道館 剣道場
対象 市内在住・在勤の18歳以上
定員 先着16人
持ち物 室内シューズ・飲み物を
お持ちの方はご持参ください。

申込期間 9月27日(金)まで

【共通項目】

参加費 100円(保険料) **申込方法** 電話・LINE

☎サンビスカス沖縄 ☎098-989-4695



▲申込はこちら



沖縄国際カーニバル2024 「カーニバルパレード」参加団体募集

ユニークな仮装やお好きな衣装等でカーニバルパレードへ参加しませんか。仲間やチームと一緒に国際色豊かなイベントを楽しみましょう。

募集要項や申込書など詳しくはお問い合わせいただくか、市公式ホームページをご覧ください。

開催日 11月23日(土) **場所** コザ・ゲート通り
募集期間 9月9日(月)～10月31日(木)

☎沖縄国際カーニバル実行委員会事務局
(沖縄市文化芸能課内) ☎098-929-0261



脂肪燃焼プログラム

issin株式会社のスマートバスマットを活用した体重管理と、自分に合った健康づくりにチャレンジする方を募集します。

モニター期間 10月～12月末

参加費 無料(但し通信料は自己負担)

対象 ①～⑤すべて該当する方が対象です

- ①沖縄市民で20歳～64歳の方(年度末年齢)
- ②BMI25以上の方
- ③自宅にWi-Fi環境が整っている方
- ④LINEアプリを使用している方
- ⑤3か月間継続して参加できる方

定員 25人(定員を超えた場合は抽選)

申込期間 9月16日(月)まで

申込方法 申込フォーム

☎市民健康課 保健指導係(内線2262)



▲申込フォーム



料理教室



■キッズクッキング教室

郷土料理(イナムドゥチ・人参シリシリー・ちんすこう)

講師 市民健康課 管理栄養士
日時 10月5日(土)午前10時～12時30分
対象 市内在住の小学生
定員 16人
申込期限 9月18日(水)まで



▲申込フォーム

■親子料理教室

カラフル牛丼・とんとんナムル・パンプキンアイス

講師 市民健康課 管理栄養士
日時 10月12日(土)午前10時～12時30分
対象 市内在住の未就学児(3歳以上)
とその保護者 **定員** 8組
申込期限 9月25日(水)まで



▲申込フォーム

■郷土料理教室

気軽に郷土料理を学んでみませんか

講師 幸良 真沙代 氏
日時 10月25日(金)
午後6時30分～8時30分
対象 市内在住の20代～40代優先
定員 16人
申込期限 10月9日(水)まで



▲申込フォーム

【共通項目】

場所 沖縄市福祉文化プラザ
申込方法 申込フォーム・電話

☎市民健康課(内線2242)



中央公民館講座

■気軽に茶道体験講座

茶道について、挨拶、所作、お茶の点て方を体験します。

日 時 10月4日・11日・18日・11月1日・8日(金)
午後2時～4時【全5回】
講 師 比嘉 米子(宗結)氏(沖縄県表千家同門会講師)
対 象 市内在住・在勤の18歳以上
定 員 15人【抽選】
材 料 費 2,000円(事前に来館し、お支払いできる方)
場 所 沖縄市立中央公民館
申込期限 9月19日(木)まで

■スペインタイル体験講座

内 容 10cm、15cm四方のタイルのどちらかを選び下書きから絵付けを学び体験します。
日 時 ①10月12日(土) 両日午後1時～3時
②10月26日(土)
※申込時に希望日を記載
講 師 浦崎 弥生氏(スペインタイル絵付け講師)
対 象 市内在住・在勤の18歳以上
定 員 10人【抽選】
※①②同じ内容(空気があれば受講可能)
材 料 費 各1,000円(事前に来館し、お支払いできる方)
場 所 沖縄市立中央公民館
申込期限 9月13日(金)まで

■目で見てわかる首里城のひみつ!

～なぜ世界遺産?知っていそうで知らない首里城の話～

日 時 10月20日(日) 午後2時～4時30分
講 師 赤瓦ちょーびん氏
(観光・歴史ガイド、ラジオパーソナリティ)
対 象 市内在住・在勤の18歳以上
(首里城内を2時間半程度歩ける方)
定 員 20人【抽選】
場 所 首里城(無料～有料区間)
集合場所 沖縄市役所 第2駐車場(午後1時)
マイクロバスにて首里城へ行きます。
参 加 費 440円(入場料込)
申込期限 10月1日(火)まで

■「おきなわ食材」でつくる強いカラダ!成長期の食事について
～現代食の現状と対策&地元食材の魅力を学ぼう～

日 時 10月26日(土) 午前10時～12時30分
講 師 永峯 さゆり氏(一般社団法人食の風事務局長)
対 象 市内在住・在勤(18歳以上)の保護者
テーマに関心がある方
定 員 30人【先着】※ハーブティー試飲あり
場 所 沖縄市立中央公民館

【公民館講座共通】

受 講 料 無料
申込方法 電話・FAX・メール
記載事項 件名「〇〇講座申込」・氏名
・住所・連絡先・年代



▲申込はこちら

☎ 沖縄市立中央公民館
☎098-894-6129 FAX:098-939-0035



貸切ドッグラン



コザ運動公園の投球練習場芝生エリアを「貸切ドッグラン」として開放します。貸切なのでご家族や犬友さんと安心してご利用いただけます。

日 時 9月4日(水)・7日(土)・11日(水)・12日(木)・
18日(水)・19日(木)・25日(水)・26日(木)
時 間 午前9時～午後10時
場 所 沖縄市立総合運動場体育施設「投球練習場」
定 員 各時間帯1グループ(20人まで)
料 金 1グループ(1時間)1,500円
注意事項 1年以内に狂犬病予防・混合ワクチンを接種していること。

※受付時に接種が分かるものを提示いただきます。

申込方法 コザ運動公園公式ホームページ、
電話



▲公式ホームページ

☎ コザ運動公園総合窓口 ☎098-932-0777

博物館市民講座
「基地の中の地名」

基地の中になり、今は使われなくなってしまった各地の地名。名前の特徴から、その地域の特色にせまります。

講 師 八田 夕香 (沖縄市立郷土博物館)
日 時 9月8日(日)午後2時～4時
場 所 沖縄市文化センター 4階 芸能館
申込期限 9月6日(金)まで
申込方法 申込フォーム・電話



▲申込フォーム



☎ 沖縄市立郷土博物館 ☎098-932-6882



文化祭展示作品募集



11月に沖縄市体育館で開催予定の沖縄市市制施行50周年記念「第47回沖縄市文化祭」に展示する作品を募集します。

受付期間 9月24日(火)～28日(土)午前10時～午後4時
※正午～午後1時は除く
※最終日は正午まで
受付場所 沖縄市文化センター(上地2-19-6) 4階
沖縄市文化協会
対 象 どなたでも出品可能
出 品 料 2,700円
(文化協会会員費1,700円、出品料1,000円)
申込方法 各部門ごとに規約があります。
※詳細は沖縄市文化協会までお問い合わせください。

☎ 沖縄市文化協会 ☎098-932-6883



陸上教室

障がいのある方もない方も参加できます。陸上の専門講師により、メインの走る(短距離)を始め、投げる(ソフトボール投げ・砲丸)、跳ぶ(幅跳び)の3つの競技を体験することができます。

運動会に向けて正しい走り方も学べます。

※この教室は「沖縄県身体障害者スポーツ大会」練習会としても参加可能です。

日 時 9月19日・26日(木)午後6時30分～8時

場 所 沖縄市陸上競技場
※雨天時は競技場内の雨天走路

定 員 先着20人

持 ち 物 運動着・運動靴・飲み物

参 加 費 無料

対 象 者 次の①または②に該当する方

①市内在住の障がい者(児)とその家族(サポートの方)

②市内在住の一般の方や児童(6才以上)

※中学生以下は、保護者同伴にてご参加ください。

※専門講師の指導を受けることができます。

※手話通訳者による通訳(予定)あり

申込期限 9月17日(火) 午後5時まで

申込方法 電話・LINE



▲申込はこちら

問 サンビスカス沖縄
☎098-989-4695



沖縄市陸上競技記録会 県民体育大会陸上競技代表選考会

沖縄市民の陸上競技力の向上並びに、陸上競技選手発掘の場として記録会と、県民体育大会陸上競技の沖縄市代表選考会も同時に開催いたします。

日 時 9月28日(土) 午後3時～(予定)

場 所 沖縄市陸上競技場

対 象 社会人・大学生・高校生

申込期間 9月20日(金) ※当日受付可

申込方法 メール・FAX



問 沖縄市スポーツ協会

☎098-932-5293 FAX:098-989-0061

✉okc.spokyo5293@gmail.com



生涯学習フェスティバル 参加団体募集

沖縄市生涯学習フェスティバルにおいて体験コーナー実施やステージ出演を希望する団体を募集します。

日 時 12月1日(日) 午前9時30分～午後4時

場 所 沖縄市体育館及び周辺施設・屋外

対 象 2人以上で、教育・文化・芸術・環境・スポーツ等に関する活動をおこなう団体

定 員 申込多数の場合は抽選

申込期限 9月20日(金)まで



▲詳しくはこちら

問 生涯学習課(内線2743)



応急手当講習会

開催場所	沖縄市消防本部(沖縄市美里5-29-1) ※受講料無料			
対象者	市内在住・在勤の方			
講習機関	普通救命講習Ⅰ(3時間)	普通救命講習Ⅲ(3時間)	e-ラーニング実技講習Ⅰ(2時間)	e-ラーニング実技講習Ⅲ(2時間)
定員	20人	20人	20人	20人
9月の日程	●14:00～17:00 5(木) 12(木) 26(木) ●9:00～12:00 28(土)	●14:00～17:00 3(火) 17(火) ●9:00～12:00 7(土)	●14:00～16:00 10(火)	●14:00～16:00 24(火)



応急手当
講習会
のご案内



問 沖縄市消防本部 警防課 ☎098-929-0900



自衛官等採用試験

種 目	受 験 資 格	受付期間	試験日(1次)
航空学生(航空要員)	18歳以上23歳未満の高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)	7月1日(月)	9月16日(月)
航空学生(海上要員)		9月5日(木)	
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)	①7月1日(月) 9月3日(火) ②10月1日(火) 11月28日(木)	①9月14日(土) 9月22日(日) ②12月7日(土) 12月12日(木) ※いずれか1日を指定されます。
自衛官候補生		年間を通じて行っています。	受付時にお知らせします。



問 自衛隊沖縄地方協力本部 沖縄募集案内所
☎098-937-1608

催

ふんどう ピックアップ展

9月のピックアップ展は「北谷竹細工」の作品展を開催します。沖縄ホウライチクで作られた竹製品及び工芸品を展示販売いたします。

今回の目玉は、9月10日(旧暦8月8日)に米寿祝いに使用されるトーカチバーキです。一合枳に米を入れて88回盛り、トーカチを立てて飾る竹製品の器で、昔はこの地域でも米寿祝いの必要品として使用されていました。

日時 9月5日(木)～29日(日)
午前11時～午後7時
(月曜・火曜定休)

場所 沖縄市中央1丁目14-15
(一番街商店街内)



▲詳しくはこちら

問 沖縄市工芸産業振興会(コザ工芸館ふんどう)

☎098-934-2213

✉ fundoukan@gmail.com

催

消防・救急フェア2024



レスキュー体験、放水体験、応急手当体験などを実施します。

日時 9月14日(土)午前9時30分～正午

場所 沖縄市消防本部(沖縄市美里5-29-1)

※臨時駐車場 沖縄市上下水道局・県立美咲特別支援学校

対象 どなたでも参加できます(保護者同伴)

※飲み物・タオル・着替え・帽子等を
ご持参下さい。

申込方法 当日、会場にて直接申込

※午前11時30分 受付終了

問 沖縄市消防本部 消防署 警防課 ☎098-929-0900

催

9月10日は下水道の日



上下水道局1階ロビーにて、未接続世帯への普及活動や、パネル展示を行います。

第64回下水道の日 推進標語

『水の星 支えるあなたに ありがとう』

◆公共下水道への接続工事をご検討の方へ 沖縄市では、公共下水道への接続工事を行う方に対し、工事費の一部を補助しています。(新築工事を除く)

補助内容 合併処理浄化槽の場合:5万円以下

くみ取り式便所・単独浄化槽の場合:10万円以下

日時 9月9日(月)～13日(金)

※9日(月)のみ午前10時開始

問 下水道課 ☎098-921-3125

催

認知症普及啓発パネル展



9月は認知症月間です。認知症に関する認識を高め、市民の理解の増進を図るため、パネル展を開催します。認知症に関する情報などのパンフレット設置、認知症の人からのメッセージなどの動画放映、もの忘れチェックも実施します。

日時 9月12日(木)午後1時～

9月19日(木)午後4時(平日のみ)

場所 市役所 1階 市民ホール・展示コーナー

★もの忘れチェック:期間中、午前10時～

正午・午後2時～4時(19日午後は休み)

実施者には、景品を進呈します。

主催 沖縄市地域包括支援センター

問 介護保険課(内線3091)

催

特別企画展『沖縄市の沖縄戦』



■沖縄市のあゆみ Part2『沖縄市の沖縄戦』

9月7日、嘉手納基地となった当時の越来村森根で日米両軍の降伏調印が行われ、沖縄戦は終結しました。その後「基地の街」として形成されていく沖縄市にとって、沖縄戦とはなんだったのだろうか。沖縄市誕生50年の節目を機にみつめなおす企画展です。

日時 9月29日(日)まで ※月曜・祝日をのぞく
午前10時～午後6時

場所 沖縄市戦後文化資料展示館
ヒストリート 2階

問 総務課 市史編集担当(内線2272・2273)



品 沖縄市歌の追加歌詞



沖縄市市制施行50周年を記念して、1974年(昭和49年)に制定された「沖縄市歌」に新たに三番・四番を追加する歌詞を公募しました。全国から170作品もの応募があり、沖縄市歌の追加歌詞選定委員会による厳正な審査の結果、飯田英範さん(新潟県新発田市)の作品が追加歌詞として答申されました。

追加される歌詞は、令和6年9月の沖縄市議会定例会への報告を予定しています。



▲詳しくはこちら

♪ 沖縄市歌 歌詞

作詞 屋嘉 宗克(一番・二番)
作曲 奥平 潤

一.みどりの風よ ふるさとよ 二.かがやく空よ 青い海
越来美里の 豊かなる 中部のかなめ 自治のまち
文化の花は 咲きほこり 平和の光 照りはえて
ひらく市勢は たくましく 老いも若きも 手をととりて
永遠に栄える 沖縄市 永遠に栄える 沖縄市
永遠に栄える 沖縄市 永遠に栄える 沖縄市

♪ 追加歌詞

作詞 飯田 英範(三番・四番)

三.熱き魂 受け継いで 四.ハイビスカスの 咲くまちに
心はずませ 舞い踊る 笑顔の仲間 集いくる
命のたすき つなぎつつ 世界とぎずな 深めあい
はてなき空へ 駆け上がり ともに平和の 鐘鳴らし
永遠に栄える 沖縄市 永遠に栄える 沖縄市
永遠に栄える 沖縄市 永遠に栄える 沖縄市



図 総務課(内線2341)

編集後記 Editor's Note

地域のエイサーまつりを巡りました。会場には屋台が並び、家族や友達連れなどで賑わっていました。観衆の熱視線の先には鍛錬された演武を繰り広げる青年たち。腹に響く太鼓の音。天気も味方しエイサーを満喫しました。

(根)

旧盆も過ぎこれから過ぎやすい季節を迎えますが、亜熱帯の沖縄、地球沸騰化が進む中まだまだ暑さが続きます。引き続き市民の皆様には体調管理と熱中症対策をお願いします。

(譜)

こどもと親子料理教室に参加しました。自分で作ったものだと特別感があるのか、あまり好きじゃないブロッコリーも「好き」と言ってくれました。お家でも進んで料理するように作戦を練ろうと思います。

(島)

今年は東海市と姉妹になって15年目。7月には東海市で登川青年会等がエイサーを披露しました。8月の全島エイサーまつりでは、東海市から東の町エイサーが出演します。エイサーを通じた交流が50年、100年と続きますように。

(夏)

大相撲沖縄場所が12月に沖縄アリーナで開催されます。本場所ではしか観戦したことがないので巡業が楽しみです。200人のお相撲さんを乗せて沖縄に向かう飛行機を想像したらほっこりしました。

(亜)

9月、台風の多い時期。私は小学生の頃、台風が来ると休校に喜び、停電時の非日常感に心躍るような子どもでした。今や、雷が光ってから音が鳴るまでを数えること以外の楽しみがありません。…あんまり変わってない?

(伊)

防災行政無線

防災行政無線が聞き取れなかった場合は、電話(フリーダイヤル)で確認することができます。ぜひ、ご利用ください。

オキナワ キュウキュウ

0120-0978-99

お問い合わせ/防災課
(内線2047・2349)

ラジオ広報

「ハイサイ沖縄シティ」
FMコザ(76.1MHz)

毎週 月曜～金曜日
午前 9時～9時10分

「沖縄市だより」
オキラジ(85.4MHz)

毎週 月曜～金曜日
午後 2時50分～3時

10言語対応「広報おきなわ」 デジタルブックで配信中!

無料 FREE APP



This Public relations magazine
can be read in 10 languages

※[音声読み上げ] ブラウザによっては対応していない場合があります。専用ビューア「Catalog Pocket (カタボケ)」
※[音声読み上げ対応] 無料

- ブラウザでもアプリでも、スマホやタブレットで読める
- 読みやすいUDフォントで表示し、サイズも調整できる
- 動画や写真も楽しめる
- 10言語で読める・聞ける(音声読み上げ対応※)

※広報おきなわ9月号に掲載の内容は、荒天などのため、日程変更・中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。

沖縄市の「今」がわかるWEBサイト・SNS



沖縄市



Facebook



LINE



マチイロ



マイ広報誌



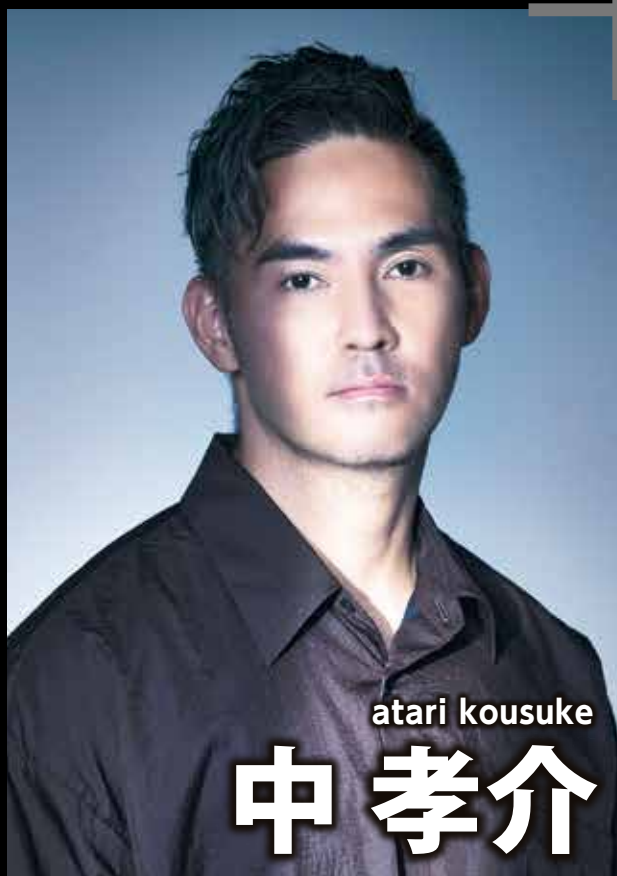


宝くじ
文化公演

沖縄市市制施行50周年記念 中孝介 × 竜馬四重奏

SPECIAL LIVE 2024

in
沖縄市



atari kousuke

中孝介



ryoma-quartet

竜馬四重奏

11.24

日曜日

開場 13:00

開演 14:00

沖縄市民会館 大ホール (沖縄市八重島1丁目1-1)

チケット料金

【宝くじ助成による特別料金】

一般 … 2,000円 (当日:2,500円)

全自由席

未就学児の入場は
ご遠慮ください。

高校生以下 … 1,000円 (当日:1,500円)

チケット販売所

前売発売日 8月5日(月)～

- デパートリウボウ
- 高良楽器店
- 沖縄市民小劇場あびなー
- 普久原楽器

TEL:098-867-1171
TEL:098-863-8942
TEL:098-934-8487
TEL:098-938-9375

- 照屋楽器店
- 島ピアノセンター
- コープあぶれ
- チケット電話予約

TEL:098-937-3162
TEL:098-933-5932
TEL:098-941-8000
TEL:098-800-1949

チケットぴあ
Pコード:276154



イープラス



〔主催〕沖縄市、沖縄県、(一財)自治総合センター 〔協力〕(特非)まちづくりNPOコザまち社中

お問い合わせ

沖縄市民会館 ☎ 098-939-0022

おきわ

No.603

2024
SEP

9



この印刷物は個人情報保護でネジメントシステム (プライバシーマーク) を認証された事業所が印刷しています。

編集・発行 / 沖縄市役所総務部 秘書広報課
沖縄市中宗根町26番1号 TEL(098)939-1212(代)
印刷 / 丸正印刷株式会社 TEL(098)835-8181