



# うらそえ

# 7

ひとりひとりの  
よきこども  
のために



児童の障がい福祉施設  
ピアラルうらそえ



# 宮城自治会

のこ知ってらね!



自治会別  
マップ



今月は、「宮城自治会」の魅力を皆さんにご紹介し、各家庭で育てた「ゴーヤー」の出来栄を競うイベント「ゴーヤー」を開催しています。優勝には賞品も用意されています。過去最大の「ゴーヤー」は、なんと重さが750グラムもありました！「ゴーヤー」終了後は、競った「ゴーヤー」を調理して、みんなでおいしくいただきます。

また、子どもたちが楽しみにしているイベントもたくさんあり、特にMIYAGI CINEMA(映画会)は大人気です。毎月第4金曜日に開催され、子どもたちが見たい映画を投票で決め上映しており、毎回たくさんの子も参加しています。

他にも、宮城の大通り沿いにあるポケットパークは、年中花が咲き誇り、地域の憩いのスポットとして定着しています。ここでは、児童センターの子どもたちも一緒に活動しています。また、イベントを企画しています。

まずは、「ゴーヤースープ」に参加して、「ボーヤ」な「ゴーヤ」を目の当たりにしてください。そのあとに、みんなでおいしい「ゴーヤ」料理を食べてください。

- ◆ 毎月第4金曜日 午後7時～ [MIYAGI CINEMA] ※中学生以下は保護者同伴
  - ◆ 7月「ゴーヤースープ&カラオケスープ」
  - ◆ 11月「文化祭」
- 1 優勝者と記念撮影!  
2 ポケットパーク交流会の様子

## 宮城自治会

- 住 所: 宮城2-22-3
- 電話番号: ☎(875) 1254
- 開館時間: 午前9時～午後5時
- 休 館 日: 土日祝・慰霊の日・年末年始



5月から自治会長をしている翁長です!! 楽しいイベントを企画するので遊びにきてね!



# うらそえ7

今月の表紙

## 一緒に遊びながら、親子でステップアップ♪



今月の表紙は、ピアラルうらそえ。元気よく遊ぶ子どもたちと、利用者に日々全力で向き合う、笑顔がステキな職員の方々です。

開所から3年。今までの取り組みや各施設の特徴、よくある相談内容を紹介。また、実際に利用している人たちの声をお届けします。「ピアラルうらそえてどんなところ?」ぜひ、読んでみてください!!

市の人口		前月比較	
人 口	115,230 人	( +	139 人)
男	55,932 人	( +	64 人)
女	59,298 人	( +	75 人)
世帯数	53,091 世帯	( +	165 世帯)

※令和5年5月末現在

- 02 もくじ
- 03 ・知ってほしい〇〇自治会  
・うらそえナビ
- 04 【特集1】学びと冒険の夏!
- 08 【特集2】ピアラルうらそえ 3年目を迎えました
- 10 話題がいっぱいなかゆくい
- 12 ・ハイサイ!こちら市長室  
・簡単!健康!サッと作れる!サッとごはん
- 13 ・ブレイデンのぶれいぐたいむ  
・てだっ子STUDIO
- 14 ちむどんどん施設情報
- 16 【特集3】保護司・更生保護女性会って知ってる?
- 18 お知らせ・募集
- 24 裏表紙

## まだ知らない浦添がここに! うらそえナビ

一般社団法人 浦添市観光協会

- 住 所: 浦添市勢理客4-13-1 4F
- 電話番号: ☎(874) 0145
- 営業時間: 午前9時～午後6時 (土日・祝日定休)

<https://www.urasoenavi.jp/>



ハード系パンが人気!  
種類豊富なパン屋さん♪

はいたい!セミの鳴き声が暑さをかき立てますね。おいしいものを食べて、暑い夏を乗り切りましょう!

今回紹介するのは、今年の9月で開業12年目を迎えるパン屋「マルヨシ堂」。スタンダードなクリームパンをはじめ、野菜がゴロゴロ入ったハード系生地のおかずパン(これはおつまみにもなりそう...)、季節に合わせた商品など100種類ほどのパンが所狭しと並んでいます。オリジナルティーあふれる新商品も定期的に登場するので、ぜひお店に足を運んで、パン選びをお楽しみください!

お友達への手みやげや、一日頑張った自分へのご褒美、そして明日の朝ごはんにいかがでしょうか?

店舗情報  
**マルヨシ堂**  
まるよしどう

住 所/浦添市字経塚676 スコットハウス101  
電話番号/☎(943)4622  
営業時間/午前10時～午後9時  
(朝は開店準備が出来次第OPEN、完売時はCLOSE)  
定休日/月曜日  
Instagramアカウント名/@maruyoshidou



## こころの悩みの相談窓口

話してみると解決に向けて、ヒントが見つかることもあります。

### 相談する・助けを求める

あなたやあなたの大切な人が  
相談できる場所がここに 있습니다。

勇気を出して、まず一歩  
**電話で話したい**

○#いのち SOS(年中無休)  
☎ 0120(061)338  
受付:  
月・火・金(24時間)  
水・木・土・日(6:00~24:00)

○沖縄いのちの電話(年中無休)  
☎ (888)4343  
受付: 10:00~23:00

**SNSで相談したい**

電話で相談しづらい人には、LINE やオンラインチャットなどの相談窓口があります。

詳しくはこちら▶

健康づくり課  
☎(875) 2100  
受付: 平日9:00~11:00,  
13:00~16:00

厚生労働省  
まろうよこころ 検索



誰にも相談できずに  
悩んでいませんか?  
あなたのこころの悩み  
聞かせてください

こころの SOS サインに  
気づいたら...、誰かに知らせてほしい。

# 夏休み2023 カレンダー

Have Fun!!

行きたいところに  
チェックを入れてね!



Let me check!

月	火	水	木	金	土	日
カレンダーの見かた!						
子...エコチャレンジ情報(6p)   図...浦添グスク・ようどれ館情報(6p)   公...公民館情報(5p下) 美...美術館情報(7p)   図...図書館情報(7p)   サ...サン・シルク 子ども体験情報(7p) ※1p=1ページ						
7/10	11	12	13	14	15	16
17 海の日	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	8/1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11 山の日	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	7/1	2	3

# あ、行った！ 学びと冒険の夏！



## 講座 公民館情報

<p><b>7/28 (金)</b> 身近なお水！ 水道水の話</p> <p>きき水や浄水実験をします。 時間 午後2時～4時 場所 中央公民館2階 料理実習室 講師 沖縄県企業局職員 対象 市内在住の小学生、親子で参加可 費用 無料 定員 30人 持参するもの 手拭き用ハンドタオル 締め切り 7月14日(金)</p>	<p><b>7/27 (木) 7/28 (金)</b> 中学生向け社会科新聞づくり</p> <p>新聞記者からいろはを学びます。 時間 午前10時～正午(両日) 場所 中央公民館2階 第2研修室 講師 沖縄タイムス社記者 琉球新報社記者 対象 中学生 (2日間参加できる人) 費用 無料 定員 20人 持参するもの 水筒、筆記用具 締め切り 7月20日(木)</p>	<p><b>8/1 (火)</b> ゆいレール乗車体験</p> <p>つながる交通と歴史 時間 午前8時45分集合 午前9時～午後1時 場所 てだこ浦西駅 講師 うらおそい歴史ガイド 対象 市内在住、在学の小学4年生から6年生 費用 400円の日モノレール乗車券を各自で購入 定員 20人 持参するもの 帽子、飲み物、虫よけスプレー 締め切り 7月25日(火)</p>	<p><b>8/5 (土)</b> 親子で学ぼう 情報モラル</p> <p>SNSやネット使用における注意点、モラル等を学びます。 時間 午前10時～正午 場所 中央公民館2階 第1研修室 講師 沖縄県警察本部 対象 親子 費用 無料 定員 15組 持参するもの 筆記用具 締め切り 7月28日(金)</p>
--	---	--	--

# 夏休み子ども体験教室

## 図書館情報

**7/28 (金)** としょかんたんけん隊

普段は入れない閉架書庫やとしまるを探検することができます。

**時間** 午前11時～11時45分  
**対象** 小学生の親子3組  
**定員** (6人程度)  
**受付** 7月1日(土)～先着順



**8/1 (火)** 夏休みキッズイングリッシュ上映会  
『Curios George』おさるのジョージ

**時間** 午後2時～(87分)  
**場所** 2階 視聴覚室  
※アニメ・英語音声・日本語字幕

**8/5 (土)** アメリカの図書館司書による  
スペシャルおはなし会

アメリカの図書館司書による英語での読み聞かせ  
**時間** 午前11時30分～正午



**8/22 (火)** 小学生向け夏休みボードゲーム会

ボードゲームを体験してみよう! 初心者大歓迎。  
**時間** 午前10時～正午  
**受け付け** 先着10人  
**対象** 小学生  
(保護者同伴必須)



**8/22 (火)** 夏休み一日図書館員  
(JICA沖縄センター共同企画)

図書館業務・JICA図書資料室業務体験  
**時間** 午前8時30分～午後4時  
(昼食11時30分～12時30分)  
**対象** 市内在住小学4年生～6年生

電話受け付け可・未経験者優先  
7月20日(木)～30日(日)

**定員** 3人(応募多数の場合は抽選)

**申し込み**  
図書館カウンター、移動図書館としまる

**【当選者発表】**  
8月1日(火)、電話連絡と図書館ホームページに受け付け番号を掲載



自由研究の調べ物などに!

電子図書館を  
使ってみませんか?

パソコンやタブレット、スマートフォンから利用できます。

浦添市電子図書館 検索



無料  
だよ!



## 体験

### 美術館情報

詳細・申し込みはこちらから▶



**8/5 (土)** キラキラ★館長と沈金体験

黒い漆器に文様を彫って沈金技法をやってみよう。世界に一つだけのオリジナル漆器が出来ます!

**時間** ①午前9時40分～正午  
②午後1時40分～4時  
**参加費** 1,650円(諸経費含む)  
**定員** 各回10人程度 **対象** 小学5年生以上



**8/19 (土)** ピカピカ★館長と箔絵体験

黒い漆器にピカピカ金箔を漆で貼り付ける箔絵技法で文様を付けよう。実際に使える箔絵のお皿が出来ます!

**時間** ①午前9時40分～正午  
②午後1時40分～4時  
**参加費** 1,750円(諸経費含む)  
**定員** 各回10人程度 **対象** 小学3年生以上



問い合わせ ☎ 879-3219 info@urabi-owy.gr.jp

随時予約受付中!!

### サン・シルク子ども体験教室

**8/5 (土)** **8/6 (日)** 蚕の糸でランプシェードづくり

**時間** ①午前10時 ②午前10時30分  
③午後1時30分 ④午後2時  
⑤午後2時30分 ⑥午後3時

**費用** 1,500円 **定員** 各回6人  
**対象** 小学生以上

**【常設】**

●機織り体験  
初心者でも簡単! 予約制で、しおりやコースターの織り体験ができます。  
**費用** コースター1,000円  
しおり800円

**問い合わせ・申し込み先**  
浦添市養蚕絹織物施設サン・シルク  
☎(943)3469

**【受付時間】** 午前9時～午後5時(月曜休み)



蚕の糸でランプシェード



機織り体験

随時予約受付中!!



# エコチャレンジウォーク

## 講座

**7/26 (水)** 古紙で昆虫切り絵(カブト・クワガタ・チョウを作る)

**時間** 午前10時～正午  
**参加費** 360円  
**持ち物** 使いやすいハサミ  
**定員** 10人



**7/26 (水)** 木っ端でトントン・カンカン・ギコギコ

**時間** 午後1時30分～3時30分  
**参加費** 560円  
**持ち物** 特になし **定員** 10人



**7/27 (木)** 布のリメイク「べんがらステンシルWS」

**時間** 午前10時～正午  
**参加費** 1,060円  
**持ち物** 染めたいTシャツや布(綿混)  
**定員** 10人



**7/29 (土)** さんごで遊ぼう! すごろくとネックレス作り

**時間** 午前10時～正午  
**参加費** 260円  
**持ち物** 特になし **定員** 10人



**7/29 (土)** ミツロウキャンドル作りとみつばちゲーム

**時間** 午後2時～4時  
**参加費** 560円  
※動きやすい服装  
**定員** 10人



**7/30 (日)** 空きびんを使って作ろうスノードーム

**時間** 午前10時～正午  
**参加費** 210円  
**持ち物** 蓋付きびん、小さい人形、ビーズなど  
**定員** 10人



**7/30 (日)** 葉っぱのクラフト

**時間** 午後2時～4時  
**参加費** 100円  
**持ち物** 工作用ハサミ  
**定員** 10人



**8/18 (金)** お盆に使える一品(モーイ豆腐など)

**時間** 午後1時～4時  
**参加費** 1,060円 **定員** 10人  
**持ち物** エプロン、お手拭き、三角巾



**8/23 (水)** 布のリメイク「べんがらステンシルWS」

**時間** 午後1時～4時  
**参加費** 1,060円 **定員** 12人  
**持ち物** 染めたいTシャツや布2点(綿混)  
※100%化繊は染まりません。



**8/26 (土)** ダンボールコンポストで生ゴミ堆肥を作ろう

**時間** 午前10時～正午  
**参加費** 100円  
**持ち物** 筆記用具 **定員** 10人



※講座は電話予約が必要です。なお、各月ごとに予約を受けております。

浦添市リサイクルプラザ ☎(861)3196 休館日 毎週月曜日、7月18日(火)海の日振替休

### 浦添グスク・ようどれ館情報

### 参加者募集中!!

**8/13 (日)** 浦添グスクようどれ探検!

夏休みに親子で郷土の歴史や文化にふれてみませんか? 大人同士の参加も大歓迎です。

**受付** 午前8時～8時30分  
**出発式** 午前8時20分  
出発8時30分  
※終了午後12時30分予定

**集合・解散場所**  
浦添グスク・ようどれ館駐車場  
※雨天中止

**コース** 浦添グスク・ようどれ館→浦添ようどれ→伊波普猷の墓→浦添家の屋敷跡?→ディーグガマ→前田高地の戦闘説明ポイント→殿(トウ)→浦添城の前の碑→仲間樋川→クバサーヌ御獄→南エントランス展示室



**対象** 小学生以上  
(小学生は大人の同伴が必要です)

**費用** 大人・子ども共に1人300円(保険料など)

**定員** 100人(要予約・先着順)  
※当日申し込み不可

**受付期間** 7月7日(金)～8月9日(水)  
午後5時まで

**問い合わせ・申し込み先**

浦添グスク・ようどれ館に電話でお申し込みください。  
浦添グスク・ようどれ館  
午前9時～午後5時(月曜休み)  
☎(874)9345

**親子通園型発達教室  
そだちのひろば  
うぐいす**

☎(942)7602  
障がいの有無は問いません。育ちや発達、子育てに不安のある親子が、遊びを通して子どもの体や心の育ちを促す教室です。

※おもむね3歳未満。教室利用には申し込みが必要です。



**うぐいす紹介**  
子どもの育ちや発達の心配、子育てに不安を感じている親御さんが子どもと一緒に通える少人数での親子保育教室です。週に1回の楽しい親子遊びを通して、関わり方を学んだり、子どもの体や心の育ちを促します。

**3階 うぐいす**  
「発達がゆっくり」と言っても「言葉の育ち」「かんしゃく」「落ち着きがない」などさまざまです。まずは、お気軽にご相談ください。

**1歳6か月健診で「発達がゆっくりですね」と言われ、心配です。**



**利用者インタビュー**

高校では、特別支援学校ということもあって、車椅子の移動などさまざまなサポートがありましたが、大学への進学を考えるようになり、どんな支援を受けられるのか全くわからなくて不安でした。そんな時、てだこの森に相談したら、自分に必要なサービスをいろいろな事業所と何度も話し合いながら考えてくれて、とても心強かったです。

▲未来へ夢をふくらませる伊波さん

移動が困難という事と、朝早く起きるのが難しかったため、なかなか自分に合う仕事が見つからなかったが、思い切って相談したことで、仕事の選択肢が増えました。今は得意なパソコン作業を生かし、在宅で仕事ができる B 型就労支援事業所に勤めています。今後は一般就労を目指し、ひとり暮らしをしたいという目標もできました！



▲前を向いて目標を持った翼さん



(右:友利さん) 2人だけで家にいると、できることも限られるけど、ここに来ると、お友達と遊びながら触れ合っている様子が見れるし、お母さん同士の交流もできるので自然と会話も増えます。毎日刺激があるので、子どもと一緒に楽しく通っています！

たんぽぽ

▲子どもたちは体を動かす遊びが大好き！

(左:新垣さん) 障がい児ということで、初めは受け入れがたいところもありましたが、来てみると、子どもがすごく楽しんでいて、自分も色々な情報をもらえるのですごく助かります。



▲園庭で元気よく遊んでいます！

(知念さん) 通い始めた頃はほとんど喋らず、また、発達が遅れていたということもあり運動が得意ではありませんでしたが、遊びを通してこどもの表情が変わってきました。みんなと一緒に行動ができるようになり、すごく成長を感じています。

**医療法人へいあん  
発達相談クリニック**

**そえ〜る**

☎(942)7700

※完全電話予約制

**そえ〜る紹介**  
主に未就学児の発達(療育)相談を行うクリニックです。親子の健やかな育ちを支えます。

**4階 そえ〜る**

**施設案内**

相談や見学、体験などもできます。お気軽にお問い合わせください。



たんぽぽ職員

**ピアラルうらそえ**

☎(942)7600(代表)

午前8時30分〜午後5時

**アクセスマップ**



**施設長インタビュー**



勝連 啓介 さん

「子育てするなら浦添市」  
「障がいに関する相談・支援のことなら浦添市」  
**ぜひ実現していきたい**

ピアラルうらそえは、長年にわたって精神保健医療対策に取り組んできた医療法人へいあん(平安病院)と、「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を主導してきた浦添市社会福祉協議会の両法人が、共同企業体として運営しています。

市民の皆さまに親しまれ、相談しやすい、参加しやすい、開かれた施設となるよう尽力します。

**たんぽぽ紹介**



障がいのあるお子さんや、発達に心配のある未就学のお子さん、保護者と一緒に通う親子通園の場です。お子さんの発達段階に合わせた小集団クラスで「あそび」を通して発達支援を行います。

**2階 たんぽぽ**

「療育が必要」と言われました。どうしたら良いですか？

**A**

**児童発達支援センター(福祉型)**

**たんぽぽ**

☎(875)1502

発達に不安や心配のある子どもの育ちや子育てを支援します。

※未就学児が対象。通所受給者証が必要です。



○**保育所等訪問支援**  
保育所等や学校の集団生活の中で適応していくことができるように、訪問支援員が保育所等を訪れ、先生たちと相談しながら専門的な支援を行います。

○**相談支援事業所どんぐりの木**  
日常生活の中で困っていることや、福祉サービスの利用案内等、ご本人や家族などからの相談に応じて、必要な情報の提供や助言を行い、併せて福祉サービス事業所との連絡調整をします。

また、児童発達支援や保育所等訪問支援などの、障がい児通所支援サービスを受けるために、お子さんに合わせた障がい児利用計画を保護者と相談しながら作成します。

**障がい者(児) 基幹相談支援センター てだこの森**

☎(942)7601

障がい者(児)の生活全般の相談支援を行います。

※対象:障がいのある人・児童等、そのご家族、介護者



障がいのある人や、そのご家族のための総合相談窓口として、広く相談を受け、相談内容に合わせた支援や情報提供を行います。基幹相談支援センター「てだこの森」は浦添市の相談支援の拠点として、相談支援事業所や地域包括支援センター、地域福祉センター、病院や学校などの各施設と連携をとり、障がいのある人のサポートを行います。

**てだこの森紹介**

**A** 障がいがあっても、福祉サービスや制度を使えば、仕事や学校生活を楽しむことができます。

**◎** 障がいがあっても仕事をしたい。学校生活をしてみたい！

**3階 てだこの森**

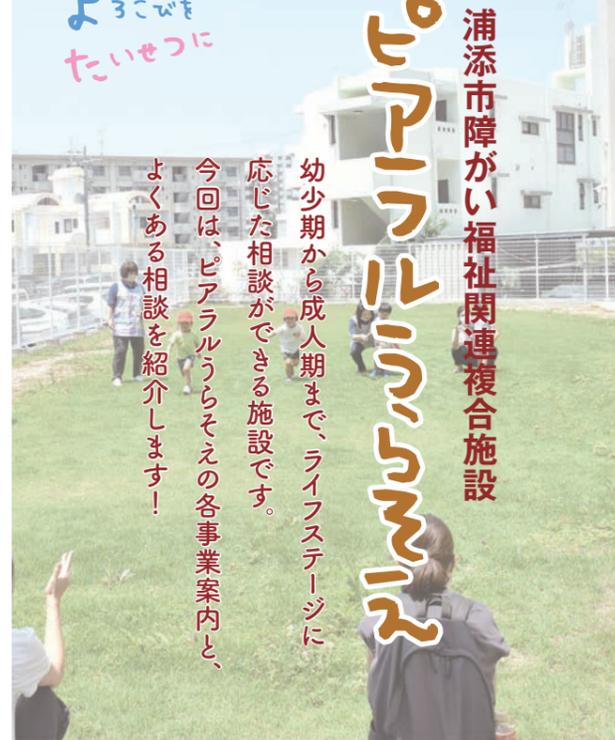
**3年目**  
を迎えました

**浦添市障がい福祉関連複合施設**

**ピアラルうらそえ**

ひとりひとりのよきこどもたいせつに

幼少期から成人期まで、ライフステージに応じた相談ができる施設です。今回は、ピアラルうらそえの各事業案内と、よくある相談を紹介いたします！



話題がいっぱい /  
なかゆくい

市内各地で行われたイベントや、  
まちの話題をお届けします。  
ここで“なかゆくい”しませんか。  
(なかゆくい = ひと休み)



市ホームページ「うらそえボックス」  
にも市内のできごとを紹介しています。



### 6/9 看板大掃除♪台風の汚れを一掃!

季節外れの台風2号などの影響で汚れた大型看板やその周辺を、株式会社アイン・ユニバースの社員がボランティアで清掃しました。

太陽の日差しが照りつける晴天のなか、大粒の汗を流しながら、業務用高圧洗浄機や高所ブラシを使用し、丁寧に汚れを落としました。排気ガスや台風時の汚れもきれいに流され、まるでリニューアルされたかのように元の美しさを取り戻しました。

同社の社員は「浦添市の誇る2つの大きな施設の看板ですから、いつもきれいにしておきたいですね」と晴れやかに話していました。



### 6/6 グラウンド・ゴルフで広がる輪

台風が去り、晴れ晴れとした天気の中、浦添市老人クラブ連合会が主催する「第33回グラウンド・ゴルフ大会」が、ANA FIELD浦添(陸上競技場)で開かれました。

コロナの影響で昨年まで規模を縮小して開催していましたが、今年はそれぞれが感染対策をしながら、一堂に会して開くことができました。

比嘉愛子会長は「今日は久しぶりに全員揃ってのプレーです。優勝したいという気持ちも、もちろんあると思いますが、ぜひ楽しんでください」とあいさつし、参加した皆さんは交流を深めながら、日頃の成果を発揮できるよう元気なプレーを見せました。



### 5/25 ハーモニーセンター音楽室の利用再開!

ハーモニーセンターの音楽室の利用が3年ぶりに再開され、陽明高校の友人同士で結成したバンド「PEAK」の皆さんが1番乗りで利用しました。

リーダーのRyuさんは「スタジオが使えるようになってとても嬉しい。バンドを組んだばかりなので、もっと練習してうまくなりたい」と嬉しそうに話しました。

ハーモニーセンターの担当者は「第1音楽室は、ピアノが設置されていて、片面が鏡張りのため、演奏だけでなく踊りの練習もできます。また、第2音楽室にはドラムやアンプなどの音響機器があるので、バンドの練習に最適です。皆様のご利用をお待ちしています」と話しました。



### 6/12 国内最高峰のボウリング大会で優勝!

5月に埼玉県で開催された、NHK杯第56回全日本選抜ボウリング選手権大会で優勝した浦添市出身・在住の太琳華さん(ギノワングラブ所属)が、市長を表敬しました。

沖縄県勢の女子で、初優勝を果たした太さんは「国内ボウラー最高峰の大会で優勝することができ、とても嬉しい。今後は、来年のプロ試験合格を目指して頑張りたい」と意気込みを話しました。松本市長は「次はプロボウラーになって、ぜひまた嬉しい報告を聞きたい」と激励し、大会中に話題となった太さんの「Gポーズ」で一緒に記念撮影を行いました。



### 6/6 紙芝居「ステキ」を市内児童センターにお届け

一般社団法人ちむぐみと市が共同制作した、子ども向け紙芝居「ステキ」を、宮城ヶ原児童センターを含めた市内11か所の児童センターにお届けしました。

この紙芝居は、人権尊重の観点から「違いを認め合う」「相手を尊重する」をテーマに、自分らしさが大切であることを伝えるストーリーです。物語の原作者で、一般社団法人ちむぐみ代表理事の山内さんは「子どもたち一人一人が多様性を認め合い、互いに尊重することの大切さを考えるきっかけになるように、ぜひご活用ください」と、メッセージを送りました。



### 5/31 男児救った4人に感謝状

浦添市消防本部で消防表彰が行われ、個人4人と1事業所に感謝状が贈呈されました。

今年2月、浦添市西原の県道で、車がスーパーの駐車場から出て左折したところ、自転車に乗っていた男児が巻き込まれ下敷きになる事故が発生し、現場近くの給油所(株式会社りゅうせきライフサポート真栄原店)の従業員2人と、安次嶺夫妻が救出にあたり、男児は無事救助されました。

市内に住む、安次嶺智春さんは「あの場所は日頃から危ないと感じていました。私も小さな子どもがいるので、このような事件事故が起きないようにしてほしい」と再発防止を願いました。



### 5/31 学生と企業のより良い出会いのために

市内の新規学卒者の雇用促進や、雇用環境の改善を図るため、那覇公共職業安定所の嶺井所長と浦添市の新垣副市長は、浦添商工会議所に学卒求人の採用枠確保と、求人票の早期提出を求める要請をしました。

要請書を受け取った浦添商工会議所の又吉会頭は、「企業にとっても“人”がいちばん大事である。人材をしっかりと採用して育てていくことが、企業の発展につながっていくと思っている。学生と企業とのミスマッチを防ぐために、求人票の早期提出を積極的に進めていきたい」と述べました。このあと両者の意見交換会が行われ、3年以内の離職率の高さなど、現状の課題解決に向けて話し合いが行われました。

Breaktime with Braden

ブレイドの  
おれいしたいむ vol.21

原文・和訳  
ブレイドン・ベナイト  
Braden Bennight

ワシントン州フェデラルウェイ市出身。2021年11月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属。

### 台風対策について

最近、私たち家族は、沖縄に引っ越してきてから一番大きな台風を経験しました。超大型のマーワー(台風2号)という名前の台風で、2日間くらいとても強い風で、浦添市の真上を通りました。台風に備えるための色々なアドバイスを友人や周りの人から聞いたので、ここでシェアしようと思います。

そのアドバイスは、台風が来る前に、車が飛ばされないようにガソリンを満タンにしておく、停電の可能性を考えて、あらかじめバスタブに水をためておく、ベランダの物干しざおを下ろして家の中に入れるなどです。

それらに加えて、特に激しい台風に備えるため、私たち家族は家族用の72時間サバイバルキットを一緒に作ることにしました。キットの中身は、懐中電灯、飲料水のボトル、非常用毛布、インスタント食品、電池、食器などです。

72時間サバイバルキットを作るのが本当に楽しかったので、家族や近所の人たちと(例えば自治会のイベントなどで)一緒に作ってみる事を皆さんにもお勧めします!

### Learning about Typhoon Preparation

Just recently our family experienced the largest typhoon that we've seen after moving here to Okinawa. It was a Super Typhoon called Typhoon Mawar, and it blew directly over Urasoe, with very strong winds persisting over a couple of days. In preparation for the Typhoons, we received many bits of advice from friends and neighbors, some of which I will share.

The advice included things to do before the typhoon came, like filling up your car's gas tank to make it heavier so it doesn't get blown around, filling up your bathtub full of water so you have water that can be used in case the power goes out, and pulling down and bringing inside your laundry poles.

My family and I also decided to create 72-hour survival kits for ourselves in the event of an especially severe typhoon. The kits included important items like flashlights, drinking water, emergency blankets, instant food, batteries, and eating utensils.

It was actually a pretty fun and interesting experience to put the 72-hour survival kits together, and I recommend anyone who is interested to do it together with their family or neighbors!

## 「電子図書館」 ハイサイ こちら市長室!

先日、久しぶりに大型の書店に足を運んだ。いつもはネットから注文したり、空港や駅の小さな書店で目についた本を購入していたのだが、その日はたまたま次の約束まで時間があつたことと、すぐ近くを通つたので久しぶりに入ってみた。何だかとても新鮮で、少し心躍らせながら全ての本棚をひととおり回つてみたが、興味深い本に次々と出会い、なかなか先へ進めない。恐らく読みたい全ての本をカートに積んでいくと、軽く100冊は超えてしまっただろう。結局3時間くらい立ちっぱなしで、ずっと本屋で過ごしてしまつた。

そのなかで、そうやってついつい目惚れして購入した本が、読書後に自宅に積み上げられてたまってしまつてわかつちやいるが、一回読んだだけの真新しい本の処分は、なかなか難しい。誰かあげるつたつて好みがあるし、お気に入りの箇所にも引こつものなら、再販するのも図書館へ寄付するのもできず、まさか紙ゴミとして捨てるなんてますます無理である。

そういえば、浦添市立図書館が「電子図書館」なるサービスを開始した。

とを思い付いた。図書館利用カードを持っていけば、デジタル化された書籍が、従来の図書館同様に無料で借りられて、パソコンやタブレット、スマートフォンから読むことができるようになったのだ。早速、試してみた。うーん、なかなか良い!さすがに本の冊数は書店や図書館には敵わないが、電子図書ならではの利点もある。まず「いつでもどこでも、気軽に」読める。WiFiなど、ネット環境さえあれば24時間365日利用できる。図書館に行くことも、ネットで注文した書籍を待つ必要もない。今、読めるのだ。そして、無料。なので、例えば「ちよつと読んでみたいが、購入するほども」という場合に重宝する。さらには音声での読み上げ機能付きの書籍もあるので、通常の紙の本にはない使い方も可能だ。とにかく「今すぐ、無料で、パラパラ読み」が最適である。

あなたも、電子図書館、試してみませんか? いっつ〜今でしょ! (古っ〜)



▲浦添市電子図書館



浦添市長 松本 哲治

## てだっ子 STUDIO

てだこキッズファースト 宣言大使 てだ子 スタジオ

前田在

こはく  
松川 琥珀 ちゃん  
(1歳)  
1歳になったぞー!!♡

宮城在

ゆうり ひなた  
宮城 悠陽 ちゃん・陽向 ちゃん  
(4歳) (4か月)  
一緒にテレビ見てまーす!

沢岷在

あいる  
屋比久 愛桜 ちゃん  
(5か月)  
毎日笑顔のお喋りちゃんです

写真募集中!

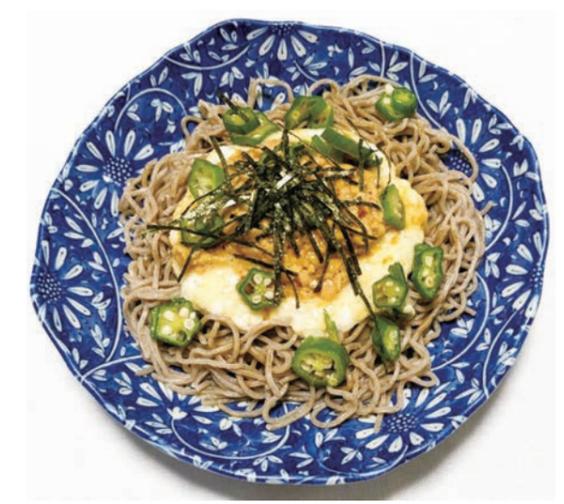
【募集対象】 市内在住の0~9歳のお子さん  
 【応募方法】 ①お子さんの名前②ふりがな③年齢または月齢④居住区  
 ⑤一言コメントを入力し kouhou@city.urasoe.lg.jp  
 (広報広聴係)へ画像データを添付し、送信してください。

●写真は、お子さんの顔全体が写っているもの(頭や顔の一部が切れていないもの)  
 ●応募者多数の場合は、抽選の上掲載します。掲載の可否については連絡いたしませんのでご了承ください。

## 簡単!健康!サッと作れる! サッとごはん

夏の暑い日にピッタリな簡単メニュー  
とろとろぶっかけそば

70品目 減塩



- 材料(1人分)
- ・日本そば(乾麺) …… 80g
  - ・山芋 …… 100g
  - ・納豆(ひきわり) …… 1/2パック
  - ・オクラ …… 2本
  - ・めんつゆ(ストレート) 30ml
  - ・きざみのり …… 適量
- 作り方
- ①日本そばを茹で、ざるに上げて冷水でしめる。
  - ②山芋をすりおろす。
  - ③納豆に付いているタレは使用せず、納豆のみ混ぜる。
  - ④オクラは茹でて、小口切りにする。
  - ⑤皿にそばを盛り、山芋・納豆・オクラの順に盛り付ける。
  - ⑥めんつゆを上からかけ、最後にきざみのりをちらしたら完成!
- 栄養成分表示(1人当たり)
- ・エネルギー…366kcal
  - ・食塩相当量…1.2g
  - ・脂質…15.0g・炭水化物…4.2g

うめ〜しポイント

暑くて食欲がない日でも、さっぱりと食べられます。刻んだ大葉やカットしたトマトを加えると、よりさっぱり食べることができます。お好みで、めんつゆにワサビを溶いて入れてもおいしいです。

レシピ提供: 健康づくり課 管理栄養士 翁長 由美子

**浦添市美術館**  
 ☎(879)3219  
 FAX(878)1221  
 ▲美術館 ホームページ  
 ▲美術館 Facebook

令和5年度第1期常設展「おいしい漆器」  
 期間 6月13日(火)～9月24日(日)

観覧料 高校生以下無料／一般300円(200円)／大学生200円(130円)／65歳以上240円(160円)  
 ※○内は市民割引料金。浦添市在住・在勤であることがわかるもの(マイナンバーカード、運転免許証、職員証など)をご提示ください。

「ギャラリートーク」  
 日時 毎週日曜日(午後2時)～  
 常設展講座「首里城での五節供行事について」  
 講師 上江洲 安亨氏(一般財団法人 沖縄美ら島財団)

「紙アプリ・浦添水族館?」  
 自分で描いたお魚の絵が自由に泳ぎ回り、壁一面が水族館

**浦添市消防本部**  
 ☎(875)0119

「助けたい思いをワザに救急法」  
 成人・小児・乳児への心肺蘇生法やAEDの使い方、外傷の処置、止血法、異物除去法、患者搬送など

日時 7月15日(土)午前9時～午後6時(1時間休憩あり)  
 場所 消防本部2階講堂  
 定員 30人(市内在住・在勤の人優先)  
 費用 無料  
 申し込み 講習日前日まで(定員に達し次第締め切り)

**市民協働・男女共同参画ハーマニーセンター**  
 ☎(874)5711

浦添市でだこ市民大学・まちづくりアカデミー受講生募集  
 「人と地域と、ゆるやかにつながる」をテーマに、まちづくりの知識や手法、実践について学んでみませんか。

地域課題に気づき、共有する方法を学び、周りやゆるやかにつながる「まちづくり協働人材」を目指しましょう!  
 日程 8月から令和6年1月までの計6回(予定)  
 対象 本市のまちづくり生涯学習および市民協働に関心のある人  
 費用 5千円  
 定員 20人

「Stuart Little」  
 日時 7月9日(日)午後2時～(84分)  
 場所 2階視聴覚室  
 ※英語音声・日本語字幕付き  
 浦添市国際交流員による英語の絵本の読み聞かせ  
 日時 7月11日(火)午後3時30分～4時



**浦添市立図書館**  
 ☎(876)4946  
 ▲図書館日:毎週月曜日

各イベント(要事前申し込み)  
 7月1日(土)～各イベント前日まで電話・カウンターで受け付け。  
 ●おはなしの部屋  
 「おはなしの木の会」による語り聞かせや、絵本の読み聞かせを行います。

内容 夏やすみのおはなし  
 日時 7月8日(土)午前11時30分～正午  
 対象 4歳以上  
 アメリカシネマ上映会

**浦添市保健相談センター**  
 ☎(875)2100  
 FAX(875)1579

産後ケア事業  
 助産師が家庭訪問などを行い、心身ケアや育児相談などを実施します。  
 対象 産後1年未満の母親と乳児で、心身の不調または育児不安などがある人  
 費用 自己負担あり(市町村民税非課税世帯、生活保護世帯は無料)  
 ※詳しくは、市ホームページまたは電話で問い合わせください。

「禁煙」、「歯と口の健康」、「食育」、「75歳からの健康づくり」、「特定健診」のパネル展・健康相談開催のお知らせ  
 禁煙の方法やメリット、歯と口の健康や食育、シニア世代の健康づくりなどについてのパネル展示、保健師や看護師、栄養士による健康相談を行います。来庁の際や、近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。



▲詳しくはこちら

**パネル展**  
 期間 7月3日(月)～14日(金)

「Stuart Little」  
 日時 7月9日(日)午後2時～(84分)  
 場所 2階視聴覚室  
 ※英語音声・日本語字幕付き  
 浦添市国際交流員による英語の絵本の読み聞かせ  
 日時 7月11日(火)午後3時30分～4時



令和5年度沖縄学講座浦添の歴史・平和・民俗  
 第3回「浦添の民俗芸能」  
 理客の獅子舞を中心に  
 日時 7月15日(土)午前10時～正午  
 対象 一般  
 定員 先着30人  
 講師 中西 正勝氏(元勢理客獅子舞保存会会長)  
 ※手話通訳あり

健康相談  
 日時 7月4日(火)、7日(金)、11日(火)、14日(金)各日午前10時～正午  
 場所 市役所1階 ロビーAAT前  
 問い合わせ 健康づくり課  
 ☎(875)2100

**浦添市リサイクルプラザ**  
 ☎(861)3196  
 ▲休館日:毎週月曜日、18日(火)海の日の振替休日

不用品提供のお願い  
 衣類、中高生の制服、ベビー用品等、誰かに使って欲しい物がありましたら、住所を確認できる免許証等を持参の上、次の人が気持ちよく使える状態で持ち込みをお願いします。

「使い捨て食器を減らそう」  
 イベントや行事、冠婚葬祭などで使える食器や道具が多数あります。貸し出しは、市外の人も可能ですので、ぜひご利用ください。  
 ◆持ち出しの際はマイバックを持参ください。



ベビースクール(離乳食教室)  
 離乳食についての講話やデモンストレーションなど。  
 対象 ▶4～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住者)  
 日時 ▶7月21日(金) 午後1時～3時30分  
 場所 ▶保健相談センター  
 申し込み ▶7月18日(火)まで  
 ※ゆっくり講話を聞くために、お子さんは預けて来ていただくことをおすすめしています。



**乳幼児・ママさん健診【無料】**  
 保健相談センター ☎(875)2100  
 各健診の対象者には通知書を送付しています。1歳6か月児健診は1歳9～10か月頃、3歳児健診は3歳9～10か月頃の案内になります。※コロナの影響で健診の案内が遅れています。最新の情報は市ホームページをご確認ください。

内容	日程	受付時間	場所
乳児健診(集団健診) 要予約	【前期】 3～4か月児	7月30日(日)	午後0時45分～2時15分 午前8時45分～10時15分
	【後期】 9～10か月児		
幼児健診(集団健診) 要予約	1歳6か月児(全回木曜日)	7月6日、13日、20日、27日	午後1時15分～2時15分
	3歳児(全回水曜日)	7月5日、12日、19日、26日	
2歳児歯科健診(個別健診)	歯科医療機関に 問い合わせください		市と契約している 歯科医療機関
妊婦歯科健診(個別健診)	医療機関に 問い合わせください		市と契約している 医療機関
産婦健診(産後8週以内)	医療機関に 問い合わせください		市と契約している 医療機関

●産婦健診は、産後2週目と1か月頃の健診2回分が助成対象(上限額1回あたり5千円)。  
 ●産婦健診、妊婦歯科健診の受診票は親子健康手帳交付時にお渡ししています。  
 ●乳児健診では県薬剤師会によるお薬相談コーナーもあります。希望する人はお薬手帳を持参してください。

**児童センター Information**

開館日 月～土曜日  
 開館時間 午前10時～午後6時  
 (祝日、慰霊の日、年末年始を除く)

●夜間開放もしています。  
 ●行事など詳しくは、各児童センターに直接お問い合わせください。

子ども政策課  
 わんぱく係  
 ☎(876)1282

**浦添市 新型コロナワクチン接種 令和5年度春開始接種** を実施しております  
 接種期間(5月8日～8月31日まで)

●65歳以上の人でオミクロン株対応のワクチンを接種したことがある人  
 ●12～64歳で基礎疾患を有する人  
 ●医療・介護従事者  
 ●それ以外5歳以上のすべての人

令和5年 秋開始接種 9月以降を予定しています

上記対象で接種を希望される人は接種券発行申請を行ってください

WEB申請 申請は右の二次元コードから  
 郵送・窓口申請 申請書再発行申請書・本人確認書類の写し

【提出先】〒901-2103 沖縄県浦添市仲間1-8-1 浦添市保健相談センター

インターネット予約(24時間対応)  
 浦添市コロナワクチン予約 予約は右の二次元コードから

電話予約 コールセンター ☎0570(057)023 (平日/午前9時～午後5時)  
 聴覚障がい者用FAX(24時間対応) FAX(875)1579 ※予約時には、障がい者手帳のコピーと一緒に送信してください。

「幸せの黄色い羽根」は、犯罪や非行のない幸福で明るい社会を願うシンボルです。



## ～地域を見守り・支えるスーパーボランティア～ 保護司・更生保護女性会って知ってる？

保護司・更生保護女性会とは、犯罪や非行をした人の立ち直りや、犯罪予防活動などを地域で支えるボランティアです。安全・安心な地域をつくるには、罪を犯した人が罪を償い、再発しようとしている人たちを地域で支える「更生保護」が重要です。

7月は、更生保護を目的とした「社会を明るくする運動」の強調月間・再犯防止啓発月間です。この機会に、犯罪や非行の防止と、更生しようとする人・支援をする人たちの活動を知っていただき、ぜひ皆さんの力をお貸しください。



更生ペンギンの  
ホゴちゃん

## 立ち直りを支える地域の5つの仕組み

### ① 相談できる人がいる 保護司

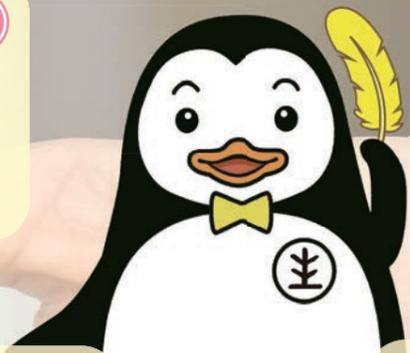
犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支えるボランティア。地域の事情を理解し、保護観察官と一緒に、保護観察を受けている人に面接を通じた助言や指導を行い、社会復帰する環境への働きかけなども行っています。



保護司の  
クジラ先生

### ② 帰る場所がある 更生保護施設

刑務所を出た後、帰る場所がない人たちに宿泊場所や食事を提供し、自立に向けた指導や援助を行う民間の施設です。



### ③ 働く場所がある 協力雇用主

犯罪や非行歴のため、仕事に就くことが難しい人たちを、その事情を理解した上で雇用し、立ち直りを支援する事業主です。

協力雇用主の  
アシカ親方



### ⑤ 優しく見守る人がいる 更生保護女性会

女性の立場から、地域における犯罪予防活動や子どもたちの健全育成のための活動、子育て支援活動などを行うボランティア団体です。



更生保護女性会の  
オコジョさん

### ④ 先輩・友人がいる BBS会

さまざまな問題を抱える少年と、兄や姉のように身近な立場で接することで、少年たちの成長を助ける青年ボランティアです。



BBS会のイルカ兄さん・イルカ姉さん

※BBS(Big Brothers and Sisters Movement)の略

## さまざまな 立場から 見守り続ける



保護司

岩切さん

垣花さん

### きっかけは子どもや地域との繋がり

「正直、最初は保護司の存在も知らなかった」と話す岩切さん。同席した皆さんも保護司や更生保護女性会、活動について把握していなかったと話していました。

始めたきっかけもそれぞれで、教員やPTA役員、自治会、地域婦人会、母子保健推進員などの活動中に、先輩の保護司や更生保護女性会の人から、やってみないかと誘われたのが始まりでした。皆さんに共通している点は、若い頃から仕事や活動を通して子どもや地域と関わり、それを機会に保護司や更生保護女性会の活動に興味を持つていったことでした。

### 再犯防止が大事な理由

犯罪や非行の認知件数は、平成14年をピークに減少傾向となっていますが、刑法などの犯罪で検挙された人のうち、再犯者の割合は上昇しており、事件の約半数以上を再犯者が占めている実情があります。

### 関わり方はいろいろ

「更生保護女性会の活動も、コロナ禍の影響や時代によって変化しています。再犯防止の活動も重要ですが、それと同じくらい重点を置いているのが『犯罪・非行の未然防止』です」と話す銘苅さんと柵原さん。

更生保護女性会では、各中学校区の児童館や公民館で、地域の実情に即した非行問題などを話し合うミニ集会や、親子ふれあい行事、絵本の読み聞かせなどの活動に取り組んでいます。

り組んでいます。

また、「お腹を満たす」ことで、子どもたちが非行に走るきっかけを軽減できることから、小学校低学年の子どもたちや、中学校生活に難しさを感じている子どもたちを対象に、「自分で朝ご飯を作ろう！」の活動も始めました。朝ご飯といっても難しいものではなく、ご飯を炊いて、何かおかずになる食材や海苔を使っておいぎりを作ったりと、自分ができることはやってみよう！という活動です。

このような活動で伝えたいのは、「あなたの周りには、これだけたくさんの方がいて、あなたのことを見守っているんだ」ということです。「このことを常に意識認識してもらうことが、非行の防止に繋がっています。これが更生保護女性会の役割と感じています」と銘苅さんと柵原さんは話します。

### 「根っからの悪い子は、本当にいない」

と話す垣花さん。今まで約30年間、保護司活動を通してたくさんの人たちと関わってきたが、虐待を受けたり、または放置されたりと、いろいろな問題を抱えたことと犯罪や非行に走ってしまう子が多いと感じています。過ちを犯した人も、自分が認められて見守られている自覚を持てること、更生も早い。一番身近にいる家族や友人の支援が大きく、また、働く場所を見つけて自信を持ち、住む場所や居場所を見つけていることにも繋がります。

### 立ち直りの「支援の輪」を広げたい

「相手の心情や生活があるので、再発後にこちらから連絡を取るのはありません。ただ、家族と一緒に子どもが生まれたことを報告に来てくれたり、街中で声を掛けてくれたりします。当時は思い出しながら話すと、家族や仕事、生活の様子を聞いて嬉しい気持ちになります」

一人でもできることだけが自立ではなく、一人ではどうにもならないことも、周りに相談できたり、気にかけてくれる人がいると気持ちも楽になります。保護司や更生保護女性会のような活動をするには、犯罪や非行を防止する大きな力になります。しかし、立ち直りの支援はさまざま。自らの過去と向き合い、立ち直ろうとする人々への理解を深めることも大きな支援の一つです。皆さんも支援の輪にぜひご参加ください。

### 問い合わせ

■中部南保護区保護司会(浦添市社会福祉センター2階) ☎(879)6017  
■浦添市更生保護女性会(ハーモニーセンター内) ☎(874)5711

### 更生保護女性会



銘苅さん

柵原さん



# お知らせ・募集



くわしくは浦添市ホームページへ

## 税金・保険・年金

### 「国民健康保険税および後期高齢者医療保険料」の第1期納期

令和5年度「国民健康保険税」および「後期高齢者医療保険料」第1期の納期限は7月31日(月)です。納め忘れに注意ください。

現在お持ちの「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」「特定疾病療養受療証」の有効期限は7月31日(月)です。有効期限が過ぎると使用できなくなります。8月1日(火)以降も引き続き利用するためには更新の手続きが必要で、更新手続きをしない場合、医療機関での支払いが自己負担限度額を超える場合がありますので、ご注意ください。

### 国民健康保険の給付に関する各種証の切り替え

国民健康保険課  
☎ 内線3717~3722

令和5年度「国民健康保険税」および「後期高齢者医療保険料」第1期の納期限は7月31日(月)です。納め忘れに注意ください。

### 国民健康保険税の減免申請

国民健康保険課  
☎ 内線3717~3723、3725

災害・倒産・病気療養等の事情により、国保税を納めるのが困難なときは、申請により減免を受けられる場合があります。申請は、納税通知書が届いてから納期限までに、原則郵送で行う必要があります。減免が受けられる国保税は、未納の税額に限られます。詳しくは市ホームページをご確認ください。

### 国民年金保険料の免除

国民年金課  
☎ (876)1284

新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が減少している場合は、臨時特例措置として国民年金保険料免除申請が可能でしたが、一般免除は令和5年6月分まで、学生免除は令和5年3月分をもって終了しました。なお、さかのぼって2年1か月前まで申請が可能です。詳しくは市ホームページまたは日本年金機構ホームページをご覧ください。か、市民課国民年金係までご相談ください。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 国民健康保険税の旧被扶養減免申請

被用者保険の被保険者本人が、後期高齢者医療制度に移行することにより、扶養されていた65歳以上の人が国保に加入した場合、国保税の軽減が受けられますが、令和5年度から申請が必要になります。

### 国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

軽減割合	基準所得金額
7割	43万円を超えない世帯
5割	43万円+(29万円×被保険者数)以下
2割	43万円+(53万5千円×被保険者数)以下

令和5年度国保税について、詳しくは市ホームページをご確認ください。



詳しくはこちら

### 「国民健康保険税および後期高齢者医療保険料」の徴収

国民健康保険課  
☎ 内線3718~3721

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

### 令和5年度国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民健康保険税の賦課限度額の改定

令和5年度から、国保税の支援分の賦課限度額を次の通り変更します。

### 令和5年度国民年金保険料の一般免除申請の受付開始

令和5年度の保険料は月額1万6520円です。納めることが難しいときは、申請することで保険料の全部または一部の納付が免除できる制度があります。過去の免除申請時に「継続申請」を希望されていると、申請が不要になる場合があります。

## 下水道使用料が変わりました

改定日：4月1日

問い合わせ：上下水道部 経営企画室 ☎ (877)0424

下水道使用料は、消費税による改定を除き、平成20年から料金を維持してきましたが、下水道事業に係る費用を賄うことができず、不足分を一般会計で補うことにより事業経営を行ってまいりました。

この状況を改善し、独立採算による事業経営を図るため、使用料の改定を行いました。

※上水道料金は変更ありません。

改定前から使用している人は、6月検針分以降の請求(7月請求分)から適用です！  
※4月1日以降に開栓した人は、初回請求分から新料金適用です。



詳しくはこちら

### 下水道使用料改定表 (税抜)

用途	区分	水量 (m)	使用料 (円)		差額 (円)	
			旧使用料	新使用料		
家事用	基本料金	8まで	500	524	24	
		超過料金 (1mlにつき)	9~30	65	80	15
			31~50	70	86	16
業務用	基本料金	51~	75	91	16	
		超過料金 (1mlにつき)	10まで	650	684	34
			11~30	65	80	15
			31~50	75	91	16
			51~100	90	106	16
			101~300	110	126	16
301~500	135	151	16			
大眾浴場用	基本料金	501~	160	177	17	
		1mlにつき	47	50	3	

### 特定小型原動機付自転車用 ナンバープレート

令和5年7月1日から、特定小型原動機付自転車(電動キックボード等)用のナンバープレートの交付を開始します。

①長さ190cm以下  
②幅60cm以下  
③最高速度時速20km以下  
④定格出力0.6kW以下

詳細は、市ホームページをご確認ください。



▲詳しくはこちら

### 暮らし・環境・福祉

#### 台風対策はしっかりと

台風が接近してからの対策を行うのは非常に危険です。台風接近前に次の点を確認してください。

- ①高架タンクに水を溜めておきましょう。
- ②高架タンクのふたをしっかと閉めましょう。

登録を行います。

日時 8月3日(木)～10月26日(木)午後7時～9時全12回

対象 「うらおそい歴史ガイド」として、史跡など屋外での文化財案内が可能な人

募集期間 7月3日(月)～28日(金)

申し込み方法 7階文化財課窓口

申し込み内容 ①件名 うらおそい歴史ガイド養成講座申し込み

選考方法 申込多数の場合は第1に市内在住者、第2に市内在勤者を優先。

※詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲詳しくはこちら

### 水の使用について

台風接近時には、万一の断水に備えて各自で飲料水を容器に確保し、生活用水(トイレ・その他)として浴槽等に水を溜めて確保してください。



▲詳しくはこちら

### 子育て・教育

#### 母子および父子家庭等医療費助成の現況届

母子および父子家庭等医療費助成の受給者(児童扶養手当の受給者は除く)は、受給資格確認のため「現況届」が必要で

この届け出がない場合、11月以降の医療費助成が受けられなくなり、必ず届け出を行ってください。

※所得の申告がまだの人は、現況届を送付してください。

況届を提出する前に所得の申告および確認をお願いします。必要書類は自宅に届く通知書をご確認ください。



▲詳しくはこちら

### LINEで予約

#### 児童扶養手当の現況届

児童扶養手当の受給者は、資格確認のために「現況届」の提出が必要です。届け出は原則LINEでの事前予約受け付けです。

受付期間 7月18日(火)～8月1日(火)～18日(金)※土日・祝日を除く

※市役所2階 子育て家庭課

### その他

#### 島桑に係る事業者向け補助金

島桑に係る産業振興を図るため、市内に事業所を有する事業者が行う、島桑に係る販路拡大に関する事業の経費に対し、予算の範囲内で浦添市島桑産業振興補助金を助成します。

申請書類を郵送で提出

付けのみで、LINEで事前予約はできません。



▲児童扶養手当受け付け予約LINE

### 第36回浦添市少年の主張大会

青少年が日常生活を通して考えていることを、広く社会へ主張することで、青少年健全育成に対する一般の理解と協力を深める契機となることを目的としています。

日時 7月7日(金)午後2時～4時30分



▲詳しくはこちら

### 文化・スポーツ

#### うらおそい歴史ガイド養成講座受講生募集

浦添グスクなど、主に市内の史跡を案内する「うらおそい歴史ガイド」を養成する講座です。4年に1度の開催で、浦添の歴史や文化を学習します。

申請期間

令和5年7月3日(月)～令和6年1月31日(水)

※申請要件や申請方法等について、詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲詳しくはこちら

### ワーク・ライフ・バランス推進パネル展の開催

仕事と私生活を両立するのとワーク・ライフ・バランスの実現は、豊かな人生を送るためには必要不可欠です。

日時 7月18日(火)～31日(月)



▲前回のパネル展

社会医療法人 仁愛会 浦添総合病院健診センター

午後ドック・健診(火～金)

受付時間 12:30～13:00 所要時間 2～3時間(人間ドックの場合)

午前中に仕事を済ませて午後から健診

- ゆったりとスムーズに受診出来ます。
- 夜遅い方・午前中忙しい方にお勧めです。
- 離島の方も当日入り(一便)での受診が可能です。

お問い合わせは ☎ 0570-010-986

そらうみ法律事務所 SORAUMILAWOFFICE

相談料 30分 3,300円

西原ICから車で8分 サンエー経塚シティ すぐ近く

離婚・相続・不動産・借金等、お気軽にご相談ください

沖繩弁護士会所属 弁護士 鈴木 穂人・弁護士 長尾 大輔

浦添事務所 〒901-2102 沖縄県浦添市前田1061番地グランドツール・グスク3号室 tel. 098-988-0217 fax. 098-988-0219

「浦添 弁護士」で検索

お持ちの不動産を 弊社が直接買取致します!!

お支払い最短 5日 仲介手数料 不要

訳あり物件 相談可 軍用地 も対応

お気軽にご連絡ください!

査定無料!お問合せはこちら TEL:098-943-4355

てるまさリース 9:00～17:00(土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)

最大 65% OFF

システムキッチンが ショールームへGO!

その他商品も 50%以上 OFF 多数!!

水まわり専門リフォーム リフオった

☎ 098-987-6305 浦添市伊祖 2-15-8-1

## サマージャンボ宝くじ

2つのジャンボで  
ラッキーサマー

1等・前後賞合わせて  
1等……………5億円×24本  
前後賞各……………1億円×48本  
(発売総額720億円・24ユニットの場合)

同時発売

### サマージャンボミニ

1等 **2千万円** ×28本  
前後賞各500万円×56本  
(発売総額210億円・7ユニットの場合)

発売期間 **7/4(火)~8/4(金)** 抽せん日 **8/18(金)**

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。宝くじは宝くじ売り場等で購入してください。インターネットでも宝くじが購入できます! 詳しくは宝くじ公式サイトをご確認ください。

【問い合わせ】 財政課 ☎(876)1202

### シルバー会員7月~9月入会説明会

公益社団法人浦添市シルバー人材センター  
☎(875)1701

シルバー会員入会説明会を開催します。浦添市シルバー人材センターは、人生のセカンドステージで健康で働く意欲のある60歳以上の皆さまの社会参加を応援します。一緒にシルバー人材センターで働いてみませんか?  
会員の条件  
・市内在住者で60歳以上の人  
・働く意欲のある人、社会参加活動に関心のある人

健康づくり、生きがいづくりなどを求めている人  
開催日 7月5日(水)・14日(金)・8月4日(金)・15日(火)・9月5日(火)・15日(金)

時間 午前10時~場所 浦添市シルバー人材センター(浦添市仲間1-10-7 浦添市社会福祉センター2階)

QRコード  
▲詳しくはこちら

## 県産品 みんなで創る島の価値

### 県産品奨励月間

2023年 [令和5年] 7/1(土)~7/31(月)

浦添市立児童館指定管理者募集  
☎内線3645  
浦添市立児童館8か所「若草・浦城っ子・内間・うらそえくすく・宮城ヶ原・経塚・西原・ま

### 教育相談支援員の募集

☎(876)1296

募集人数 教育相談支援員1人  
任用期間 令和5年8月28日~令和6年3月31日  
申込書類 提出方法 「浦添市教育相談支援員申込書」を窓口または郵送で提出  
申込期間 7月3日(月)~31日(月)必着  
選考方法 書類選考および面接  
詳しくは市ホームページを「確認ください」。

QRコード  
▲詳しくはこちら

### 浦添市公式LINE

国際交流課  
☎(876)1258

市の公式LINEを友だち

QRコード  
▲詳しくはこちら

登録し、興味関心がある項目を受信設定することで、市政情報やイベント情報を受け取ることができます。また、台風や災害に関する情報なども配信しています。  
旬な情報がお手元に届く市の公式LINEを友だち登録してみませんか?  
ID @urasociety

QRコード  
▲市公式LINEの友だち登録はこちらから

保育所(こども園)保育料等の集金代行業務委託  
☎(876)1281

市では、現年度と前年度を除く滞納保育料等の徴収率向上と事務の効率化を目指し、集金

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 (高卒者または高専3年次修了者) ※どちらも見込み含む	7月1日(土)~9月7日(木)	9月18日(月)
航空学生(海上要員)			
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満 (32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)	①7月1日(土)~9月5日(火) ②9月6日(水)~11月30日(木)	①9月15日(金)~24日(日) ②12月9日(土)~14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。

QRコード  
▲詳しくはこちら

### 自衛官等募集

自衛隊沖縄地方協力本部那覇分駐所  
☎(866)5457  
自衛官等を募集します。

QRコード  
▲詳しくはこちら

### 浦添市立児童館指定管理者募集

☎内線3645  
浦添市立児童館8か所「若草・浦城っ子・内間・うらそえくすく・宮城ヶ原・経塚・西原・ま

QRコード  
▲詳しくはこちら

### 青い羽根募金

公益社団法人琉球水難救済会  
☎(868)5940

青い羽根募金は、海上レジャーの事故や荒天で船が遭難した場合の、人命救助と事故防止事業の資金として活用されます。

募金の振込先 沖縄銀行 高橋支店 普通口座番号1526329

名義 公益社団法人琉球水難救済会  
期間 7月1日~8月31日

委託先 株式会社 沖縄債権回収サービス  
沖縄県那覇市西一丁目一九番七号

## 編集後記

早いもので、アラルウラそえが開所して3年が経過しました。市役所に20年務める中でも、福祉部門はやりたいた仕事だったので、従事した時は嬉しかったものの2年しか経験できず思い通りに行かないものだと思えさせられたのを思い出します。その後に関わったから、アラルの人たちは楽しそうに仕事をしている印象で、仕事にせよ普段の行動にせよ、自然と人のために何かができる人は、いきいきと、元気を発する感じがします。(喜名)

地域のこや、そこで活躍している人。活動内容について知らないことが多いなと感じます。今月取り上げた保護司・更生保護女性会、人や地域のために活動しているのかな?と、自分ができることは限られますが、伝える広報から、伝える広報を目指していきたいと思えます。(大城)

梅 雨が明け、ふと気がつくとうめいしている蝉の音が夏を駆り立てますね。やっとな気兼ねなく皆で集まれるようになった機会を見逃さないように!夏休み企画もたくさんあります。ぜひ、あれもこれも!(田中)

そろそろ夏も本番!子どもたちは夏休みですね!というところで、今回夏休み講座をカレンダーに仕立ててみました。いかがでしょうか? Have a nice summer vacation!!(伊志嶺)

なんで人はいろいろな境遇に会うのだから:「人は赤ん坊から始まる」子供は子どもらしく、大人は大人らしく、そして短い人の瞬間で世界の人々がそうあってほしいと思うのです。子供の虐待は絶対に許せません。子供ができた時、この子は諦めません。医師に言われた時、その時女房の目には涙があふれてました。わたしも同じく、子供は宝で誇れるのです。ただ境遇にあった人しか分かり得ないことがあります。知った風な顔もできません。ただ僕は、元氣な娘を誇りに思っています。(屋部)

### 市役所内「地域若者サポートステーション」相談窓口

地域若者サポートステーション琉球  
☎(917)2086

働きたいけど、「どうしているのかわからない」「自信がない」そんな人のために、自分にあったペースで、一歩ずつ前に進むことを丁寧にサポートします。

日時 7月25日(火)午後2時~5時  
※毎月第4火曜日

場所 市役所1階 ロビー(市民相談室向かい側)

対象 15歳~49歳

※保護者や学校関係者、支援機関関係者からの相談にも応じます。

費用 無料

QRコード  
▲詳しくはこちら

### 募集要項配布期間

7月14日(金)まで  
応募要件等、詳しくは市ホームページを確認ください。

QRコード  
▲詳しくはこちら

## 弁護士による相続無料法律相談会

遺言 家族信託 相続手続き 遺産分割 遺留分

日時 7月1日(土)・7月8日(土)・7月29日(土)

会場 開催場所 弁護士法人琉球法律事務所 開催時間 10時~16時30分 主催 代表弁護士 久保以明(29685) 沖繩弁護士会所属 弁護士法人琉球法律事務所

無料法律相談会のご予約は ☎0120-927-122 受付時間 平日9時~17時30分

## レンタル工具

始めました!

マイクマン 検索

楽しいイベントやお得なキャンペーンをチェック!

スターバックス

浦添本店 浦添市城間 2008番地 ☎098-878-2777

1階サービスカウンター横

## 学童補助スタッフ講習

開催日 9月13日(水)

開催地: 那覇市内 / 受講料: 無料

浦添市内にお住まいでシルバーセンターに入会を希望する60歳以上の方 お問合せ下さい!

高齢者活躍人材確保育成事業  
(公社)沖縄県シルバー人材センター連合  
TEL(098)871-0330

QRコード

広告掲載に関するお問い合わせは、株式会社 F.T.K印刷 ☎(878)1877

広告掲載に関するお問い合わせは、株式会社 F.T.K印刷 ☎(878)1877

漆器は古くから、大切な儀式や来客のもてなしに用いられてきました。琉球漆器を中心にアジア各地の『おいしい漆器』を紹介いたします！

# Oishii Shikki or Del



lectable Lacquerware

令和5年度第1期常設展

おいしい漆器

って何が?

もようが!

2023

6/13 (火) ~ 9/24 (日)

開館時間 午前9時30分~午後5時

(金曜日は午後7時まで)

※入館はいつでも閉館30分前まで

休館日 月曜日(公休日は開館)

- 観覧料
- ・高校生以下無料
  - ・一般300円(200円)
  - ・大学生200円(130円)
  - ・65歳以上240円(160円)

※カッコ内は浦添市民割引料金。浦添市在住・在勤であることがわかるもの(マイナンバーカード、運転免許証、職員証など)をご提示ください。



Web サイト

浦添市美術館  
URASOE ART MUSEUM  
☎(879) 3219



Facebook

## 図書館に行こう! 夏企画

課題・指定図書予約はお早めに!

7/1(土)~9/3(日)

読書感想文  
×  
読書感想画

夏休みの宿題は  
こちらから!

児童・YA特集  
自由研究 &  
課題・指定図書2023



浦添市立図書館

〒901-2114 浦添市安波茶2-2-1  
☎(876)4946/ FAX(875)1772

浦添市立  
図書館▶

7/1(土)~8/31(木)

夏バテ解消「特集」  
一般書

仕事や子育てで  
毎日頑張るあなたに、  
夏を楽しく乗り切る  
ヒントがここにあります!



8/1(火)~8/31(木)

夏を楽しむ音楽  
夏休みCD特集



## サンレー 紫雲閣



中央紫雲閣

〒901-2102  
沖縄県浦添市前田2丁目15番1号

Tel. 873-3000



那覇北紫雲閣

〒900-0004  
沖縄県那覇市銘苅3丁目22番地

Tel. 865-3030

会館葬、お寺葬、自宅葬、互助会会員、宗派に関わらずご利用いただけます。