

おきなわ市民カレンダー 10月

2022 令和4年

Okinawa Citizen Calendar

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 比屋根・明道・泡瀬
金 松本・中の町・池原

お問い合わせ とも相談・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 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

令和4年度の
市民集団健診は予約制です。
※要予約・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)

納付期限のお知らせ 国民健康保険料4期分
介護保険料5期分 後期高齢者医療保険料4期分
市県民税3期分 納期限及び口座振替日は**10月31日**
前日までに残高確認をお願いいたします。

毎月1日は
 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

広報おきなわ 580号(2022年10月発行)

健診・健康相談

1 市民集団健診 ※予約制
場所/沖縄市役所
お問い合わせ/市民健康課(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
お問い合わせ(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/お問い合わせください
時間/13:30～15:00
お問い合わせ(申込)/市民健康課(内線2262)

出産・子ども健診・教室等

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
お問い合わせ/子ども相談・健康課(内線2283)

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・ベビートリック体験会 ※要予約
時間/10:30～11:30
対象・定員/お問い合わせください

2 子育て講座/親子で体験会 ※要予約
時間/10:30～12:00
対象・定員/お問い合わせください

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～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

日	月	火	水	木	金	土
9/25 先勝 旧暦8/30	9/26 先負 旧暦9/1	9/27 仏滅 旧暦9/2	9/28 大安 旧暦9/3	9/29 赤口 旧暦9/4	9/30 先勝 旧暦9/5	1 友引 旧暦9/6 1 市民集団健診 場所/沖縄市役所
2 先負 旧暦9/7 1 市民集団健診 場所/沖縄市役所	3 仏滅 旧暦9/8	4 大安 旧暦9/9 11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	5 赤口 旧暦9/10 6 1歳6か月児健診 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 2 子育て講座 時間/10:30～12:00	6 先勝 旧暦9/11 7 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00	7 友引 旧暦9/12 3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	8 先負 旧暦9/13 9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/9:30～12:00・13:30～16:00
9 仏滅 旧暦9/14	10 大安 旧暦9/15 スポーツの日	11 赤口 旧暦9/16 8 産後ママ教室 時間/13:20～16:00	12 先勝 旧暦9/17 7 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 2 子育て講座 時間/10:30～12:00	13 友引 旧暦9/18 2 市民健康相談(成人) 時間/14:00～16:00 6 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00 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	14 先負 旧暦9/19 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	15 仏滅 旧暦9/20
16 大安 旧暦9/21	17 赤口 旧暦9/22	18 先勝 旧暦9/23 11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	19 友引 旧暦9/24 1 親子ベビートリック体験会 時間/10:30～11:30	20 先負 旧暦9/25	21 仏滅 旧暦9/26 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	22 大安 旧暦9/27
23 赤口 旧暦9/28 5 乳児健診 受付時間/9:00～11:00・13:00～15:00	24 先勝 旧暦9/29 5 親子deヨガ教室 時間/10:30～12:00	25 仏滅 旧暦10/1 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	26 大安 旧暦10/2 2 親子で体験会 時間/10:30～12:00	27 赤口 旧暦10/3 6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	28 先勝 旧暦10/4 4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30～15:00	29 友引 旧暦10/5 1 市民集団健診 場所/沖縄市役所
30 先負 旧暦10/6 1 市民集団健診 場所/沖縄市役所	31 仏滅 旧暦10/7	11/1 大安 旧暦10/8	11/2 赤口 旧暦10/9 12 離乳食ステップアップ教室 時間/13:30～16:00	11/3 先勝 旧暦10/10 文化の日	11/4 友引 旧暦10/11 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	11/5 先負 旧暦10/12