

## 沖縄市出前児童館

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

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5年度の市民集団健診は予約制です。

※受診券が届き次第予約可  
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

介護保険料10期分 後期高齢者医療保険料9期分  
納期限及び口座振替日は3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日はちゅうらん運動の日  
第3日曜日はファミリー読書の日

広報おきなわ 585号(2023年3月発行)

### 健診・健康相談

- 1 市民集団健診 ※予約制**  
※3月は実施なし  
お問い合わせ/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  
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/保健相談センター  
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 ※要予約(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  
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 ※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  
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・ベビートミック体験会 ※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～こどものモチベーションUP～ ※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・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・15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・15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・8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
2/26 友引 旧暦2/7	2/27 先負 旧暦2/8	2/28 仏滅 旧暦2/9	1 大安 旧暦2/10	2 赤口 旧暦2/11	3 先勝 旧暦2/12	4 友引 旧暦2/13
5 先負 旧暦2/14	6 仏滅 旧暦2/15	7 大安 旧暦2/16	8 赤口 旧暦2/17	9 先勝 旧暦2/18	10 友引 旧暦2/19	11 先負 旧暦2/20
12 仏滅 旧暦2/21	13 大安 旧暦2/22	14 赤口 旧暦2/23	15 先勝 旧暦2/24	16 友引 旧暦2/25	17 先負 旧暦2/26	18 仏滅 旧暦2/27
19 大安 旧暦2/28	20 赤口 旧暦2/29	21 先勝 旧暦2/30 春分の日	22 友引 旧暦閏2/1	23 先負 旧暦閏2/2	24 仏滅 旧暦閏2/3	25 大安 旧暦閏2/4
26 赤口 旧暦閏2/5	27 先勝 旧暦閏2/6	28 友引 旧暦閏2/7	29 先負 旧暦閏2/8	30 仏滅 旧暦閏2/9	31 大安 旧暦閏2/10	4/1 赤口 旧暦閏2/11
4/2 先勝 旧暦閏2/12	4/3 友引 旧暦閏2/13	4/4 先負 旧暦閏2/14	4/5 仏滅 旧暦閏2/15	4/6 大安 旧暦閏2/16	4/7 赤口 旧暦閏2/17	4/8 先勝 旧暦閏2/18