

令和3年度の市民集団健診は**予約制**です。
※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)

沖縄市出前児童館
お問い合わせ/こども相談・健康課(内線2282)
ご利用日時/毎週月～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

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



健診・健康相談・各種教室 等

1 市民集団健診
場所/沖縄市体育館・沖縄市役所・医師会検診センター
お問い合わせ/市民健康課 (内線2240)

2 市民健康相談(成人)
時間/14:00～16:00
場所/市立図書館 まなびの部屋
お問い合わせ/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(申込)
保健相談センター TEL.098-938-2564
時間/13:30～15:30

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

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/こども相談・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/福祉文化プラザ
時間/13:30～16:00
お問い合わせ(申込)/こども相談・健康課(内線2283)

児童館・児童センター・各種教室

1 親子リトミック体験会 ※要予約
時間/10:30～11:30
対象・定員/生後6か月～5歳の親子・10組

2 できたことノート&カラーセラピー ※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・10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
26	27	28	29	30	1 友引 旧暦 8/25	2 先負 旧暦 8/26
<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px;"> <p>●市県民税3期分 ●介護保険料5期分 ●国民健康保険料4期分 ●後期高齢者医療保険料4期分 納期限及び口座振替日は11月1日 前日までに残高確認をお願いいたします。</p> </div>						
3 仏滅 旧暦 8/27	4 大安 旧暦 8/28	5 赤口 旧暦 8/29	6 先負 旧暦 9/1	7 仏滅 旧暦 9/2	8 大安 旧暦 9/3	9 赤口 旧暦 9/4
1 市民集団健診 場所/沖縄市役所		11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00		6 1歳6か月児健診 受付時間/13:00～14:00 6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30 7 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00	9 すこやか教室(両親学級)③ 時間/9:30～12:00 ・13:30～16:00
10 先勝 旧暦 9/5	11 友引 旧暦 9/6	12 先負 旧暦 9/7	13 仏滅 旧暦 9/8	14 大安 旧暦 9/9	15 赤口 旧暦 9/10	16 先勝 旧暦 9/11
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		8 産後ママ教室 時間/13:20～16:00	7 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00	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	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	
17 友引 旧暦 9/12	18 先負 旧暦 9/13	19 仏滅 旧暦 9/14	20 大安 旧暦 9/15	21 赤口 旧暦 9/16	22 先勝 旧暦 9/17	23 友引 旧暦 9/18
5 乳児健診 受付時間/9:00～11:00 ・13:00～15:00	5 親子 de ヨガ教室 時間/10:30～12:00	11 離乳食スタート教室 時間/13:30～16:00	1 親子リトミック体験会 時間/10:30～11:30	6 親子ピラティス 時間/10:30～12:00	4 市民健康・運動相談(成人) 時間/13:30～15:30 4 トランポリン教室 時間/10:30～12:00	
24 先負 旧暦 9/19	25 仏滅 旧暦 9/20	26 大安 旧暦 9/21	27 赤口 旧暦 9/22	28 先勝 旧暦 9/23	29 友引 旧暦 9/24	30 先負 旧暦 9/25
1 市民集団健診 場所/中部地区医師会検診センター		7 3歳児健診 受付時間/13:00～14:00 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	2 できたことノート&カラーセラピー 時間/10:30～12:00	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	3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	1 市民集団健診 場所/沖縄市役所
31 仏滅 旧暦 9/26	11/1 大安 旧暦 9/27	2 赤口 旧暦 9/28	3 先勝 旧暦 9/29	4 友引 旧暦 9/30	5 仏滅 旧暦 10/1	6 大安 旧暦 10/2
1 市民集団健診 場所/沖縄市役所					3 市民運動相談(成人) 時間/13:30～15:30	