

2月 児童館ガイド

★は(申込制)

【大謝名】児童センター TEL・FAX897-4117

10月	体力測定	16:30-17:45
29土	クラブ発表会& 児童センターまつり	10:00-16:00

【赤道】児童センター TEL・FAX892-3397

1土	豆まき	16:00-17:00
8土	スマホ教室	15:00-16:00
14金	ニューススポーツ	16:00-17:00
29土	シネマあかみち	14:00-16:00

【大山】児童センター TEL・FAX890-0015

3月	お手玉教室(リハーサル)	16:00-17:00
8土	クラブ舞台発表会 ※児童センターは1日閉館	10:00-12:30
17月	折り紙教室	15:30-17:00

【新城】児童センター TEL・FAX892-8888

3月	節分&豆まき	15:30-17:00
7金	折り紙教室	15:30-17:00
19水	映写会	15:30-17:00

【我如古】児童センター TEL・FAX897-6767

3月	豆まき会	16:00-17:00
14金	折り紙教室	16:00-17:00
25火	お手玉教室	16:00-17:00

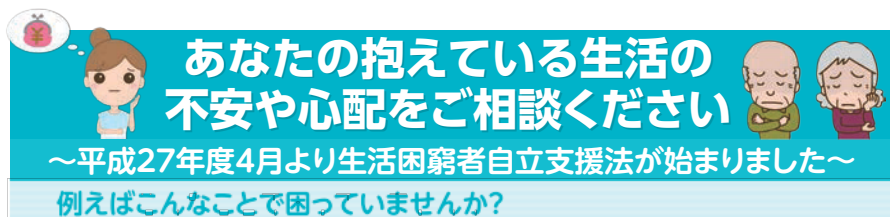
【長田】児童館 TEL・FAX892-3330

8土	長田児童館まつり	10:00-16:00
10月	折り紙教室	16:00-17:00
14金	★バレンタインクッキング	16:00-17:00
17月～	ひなまつり製作	16:00-17:00
19水		
28金	ひなまつりお茶会	15:30-17:00

移動じどうかんじゃんけんぽん 2月
時間 14:00-17:00

宜野湾公民館 3(月)17(月)	嘉数公民館 6(木)20(木)
真志喜公民館 10(月)	野嵩1区公民館 13(木)27(木)
真栄原公民館 5(水)19(水)	我如古公民館 7(金)
嘉数ハイツ 12(水)	普天間3区公民館 14(金)28(金)
野嵩3区公民館 26(水)	普天間1区公民館 21(金)

問 大謝名児童センター ☎897-4117

 あなたの抱えている生活の不安や心配をご相談ください
～平成27年度4月より生活困窮者自立支援法が始まりました～
例えばこんなことで困っていませんか？

●生活に関すること

- ・収入が少なく家計が厳しい
- ・借金返済が大変
- ・税金を滞納している

●仕事に関すること

- ・仕事が見つからない
- ・就職が不安、求職活動の仕方が分からない

●住まいに関すること

- ・家賃が払えず追い出されそう
- ・住むところがない

●家庭に関すること

- ・引きこもりなど気になる家族がいる
- ・子どもを塾へ通わせたいが支払いできない

一人ひとりの状況に応じて、どのような支援が必要か一緒に考え、ご本人の意向を踏まえた支援プランを作成し、自立に向けたサポートを行います。

就労支援

住居確保給付金

一時生活支援事業

子どもの学習
生活支援事業

対象者と相談方法

- ・宜野湾市に居住している方で、生活や就職などに困っている方であれば、どなたでも相談できます。
- (ただし、生活保護受給者は対象外となります。)
- ・来所または電話、窓口に来られない場合は相談員が訪問することも可能です。

問 生活福祉課 内線104

2月6日は「宜野湾市ターウムの日」

田芋は沖縄で「ターウム」と呼ばれ、琉球王朝時代から伝わる伝統的な高級食材です。ターウムは水田で栽培され、親芋とムジ(ズイキ)を食用とし、芋は腐りやすいのでお店では蒸したものが売られています。また、親芋の周りに小さな子芋がたくさんできるので子孫繁栄をもたらす縁起物として、正月やお祝い事などの沖縄行事に欠かせない食材となっています。宜野湾市では毎年2月6日を「ターウムの日」と制定し、PR活動を行っています。

～おすすめレシピ～ ドールワカシー



材料 田芋(蒸し煮したもの)300g・タームジ(田芋のずいき1束)500g・豚三枚肉(ゆでたもの)50g・サラダ油大さじ1・椎茸3枚・グリーンピース1/4カップ・カステラかまぼこ20g・白味噌(甘口)40g・豚だし1カップ 程度・塩少々

作り方

- ①タームジは洗って皮をむきながら、3センチの長さに切って水につけた後、熱湯に入れて軟らかく茹でる。布巾に包んで強く絞り、水気をよく切る。
- ②田芋は皮をむいて大きめに切って茹で、熱いうちにつぶしておく。
- ③茹でた豚三枚肉は4ミリ角に切る。
- ④椎茸は水にもどして石づきを取って4ミリ角に切る。カステラかまぼこも4ミリ角に切る。
- ⑤鍋にサラダ油を熱し、豚三枚肉を入れて炒め、田芋とタームジ、椎茸を入れる。次に豚だしで溶いた白味噌を加え、木杓子でくきながら混ぜる。
- ⑥⑤にグリーンピースとカステラかまぼこを入れ、さらによく混ぜながら練り上げ、味加減をみて塩で微調整する。

※一般的には塩味のほうが多い。【参考:「イチから琉球料理」(松本嘉代子著)】

問 保健相談センター ☎898-5583

受け忘れていませんか?特定健診 3月31日(火)まで

特定健診を受け忘れていませんか?通院中の方も受診が必要です。平成30年度の宜野湾市の特定健診受診率は34.0%と3年連続県内最下位でした。特定健診は、集団健診もしくは病院で受けられます。ご自身の健康チェックのためにも年に一度、特定健診を受けましょう。



集団健診で受ける場合

STEP1 日程・会場を選ぶ
STEP2 電話で申し込む
問 保健相談センター ☎898-5583
(8:30～17:15※土日・祝日は除く)

日程	会場
1/26(日)	市立体育館(コンベンションセンター隣)
2/1(土)	保健相談センター(嘉数小学校隣)
2/29(土)	普天間小学校 予約不要
3/8(日)	嘉数小学校 予約不要

病院で受ける場合

STEP1 医療機関を選ぶ
STEP2 ご希望の医療機関に直接電話で申し込む



医療機関名	地区	電話番号	医療機関	地区	電話番号
宮城医院	野嵩	893-7777	かりゆしクリニック	嘉数	898-0555
よなみね内科	普天間	894-1000	喜屋武内科クリニック	嘉数	890-7715
池原外科胃腸科医院	新城	893-1531	ねたて内科クリニック	嘉数	890-1500
いとむクリニック	伊佐	898-5856	神元内科医院	真栄原	898-6631
サンクリニック	伊佐	898-3370	まえはら内科	真栄原	870-2807
愛誠園クリニック	伊佐	898-4141	沖縄病院	我如古	898-2121
統合医療センタークリニックぎのわん	大山	890-1213	おやかわクリニック	長田	893-5511
海邦病院	真志喜	898-2111	宜野湾記念病院	宜野湾	893-2101
古堅ウィメンズクリニック	大謝名	890-1600	愛知クリニック	愛知	892-3511
光クリニック	嘉数	898-2233	西平医院	赤道	896-1116

※市外の医療機関については下記連絡先にお問い合わせください。
がん検診・人間ドックは1月31日(金)まで! 実施医療機関は健診ガイドブックをご覧ください。

問 保健相談センター ☎898-5583

「おやこの食育教室」参加者募集のお知らせ

親子で楽しく、美味しい料理を作りませんか?成長の著しい大事な時期を親子が共に調理体験から食事の大切さを学び、親子のコミュニケーションの充実を図っていきましょう。

日時 2/8(土) 10:00～13:00

場所 保健相談センター 2階

対象 市内在住で、4月に新1年生(小学校)になるお子様がいる親子

定員 12組(定員に達し次第締め切り)

参加費 500円(親子1組)

※お子様1人増につき200円増加

申込方法 電話または保健相談センター窓口にて受付

申込期間 1/14(火)～1/31(金)

9:00～17:00(土日・祝日を除く)

※エプロン、三角巾は各自で用意してください

問 保健相談センター☎898-5583

