

# 若狭ちむどんどん太鼓

## サークル紹介

# ジュニアジャズオーケストラおきなわ

【活動日時】毎週月・金曜日 17:30~18:30  
【活動場所】若狭公民館 ホール

1998年に結成された「若狭ちむどんどん太鼓」は、地域の子どもの健全な成長を目的に活動しています。現在は、若狭小・天妃小の児童を中心に、公民館ホールで元気いっぱいに練習に励んでいます。地域の祭りや敬老会、県外の子どもたちとの交流、万人エイサーなどにも積極的に参加し、地域に元気を届けています。太鼓の響きとともに心をひとつに。見学・体験も随時受け付けています!



【活動日時】毎週木 17:30~18:30・日 14:30~16:00  
【活動場所】若狭公民館 ホール

2016年より音楽を通じた子どもの居場所づくりとしてスタートしました。プロの演奏家の指導の下、ジャズを中心とした演奏活動を行いながら、子どもたちは仲間とともに音楽を楽しみ、協力し合う力や生きる力を育てています。これまでに「若狭地域文化祭」や「若狭公民館まつり」など、さまざまなイベントで演奏を披露し、地域の皆さんに親しまれています。初心者大歓迎! 参加費無料です!



## 施設案内

公民館は、那覇市民であればどなたでも、ご利用いただけます。お気軽にお問い合わせください。(ただし、政治・宗教・営利を目的とした利用はできません)

公民館は、市民の皆さまが潤いのある豊かな市民生活を送るための憩いの場、学習の場、語らいの場であり、地域コミュニティづくりの場として気軽に利用いただけます。ホールと大中小3つの研修室、和室、調理ができる実習室があります。その他、ロビーは、読書や自習、おしゃべりの場としても活動できます。

### ホール

収容人数:200~250人  
料金:室料930円

### 第3研修室

収容人数:15人程度  
料金:室料160円

### 第1研修室

収容人数:60人程度  
料金:室料400円

### 実習室

収容人数:16人程度  
料金:室料240円

### 第2研修室

収容人数:30人程度  
料金:室料240円

### 和室

収容人数:20~30人程度  
料金:室料320円

冷房料:ホール300円・その他100円 プロジェクター:500円  
その他備品:イス・テーブル・電子ピアノ・調理器具等(部屋によって異なります) ※料金は、1時間あたり



## 編集後記

先日、小豆島旅行中に台風接近のニュースを聞いた時、無事帰れるか不安がよぎりましたが、予定を早めて無事に帰宅できました。この体験を通して、やはり「知っている」ことの大切さを実感しました。防災知識があれば、いざという時も落ち着いて判断できます。この広報誌が、皆さんの防災意識を少しでも高めるきっかけになれば幸いです。(佐藤)

## 若狭公民館情報アプリ

スマホ用アプリをダウンロード!



iOS用



Abdroid用

広報わかさ・むすぶ | 那覇市若狭公民館

# musubu

No.135

2025.7-9

TAKE FREE

No.135 広報わかさ・むすぶ | 那覇市若狭公民館



いざ!どうする?  
すぐできる防災

## 記事内容

- ・いざ!どうする?防災 (自助・共助・公助)
- ・講座・事業の報告/案内
- ・地域の出来事 (曙・那覇・若狭・天妃)
- ・地域のきらり: 那覇市津波避難ビル
- ・若狭ちむどんどん太鼓 ジュニアジャズオーケストラ etc...

若狭公民館のある地域は海拔が低く、津波をはじめとした自然災害のリスクが高い地域です。だからこそ、もしもの時に備えて、地域全体で防災意識を高めておくことがとても重要です。若狭公民館ではこれまでも、防災講座や避難訓練などを通して、地域の皆さんと共に災害に強いまちづくりに取り組んできました。あなたと大切な人の命を守るために、まずは「知ること」から始めませんか? 次のページでは、「自助・共助・公助」がそれぞれどんな役割を持ち、私たちに何ができるのかをわかりやすくご紹介します。日常の中でできる防災のヒントを、ぜひ見つけてみてください。

## 那覇市若狭公民館

〒900-0031 那覇市若狭2-12-1 TEL 917-3446 FAX 869-8624  
URL <http://cs-wakasa.com/kouminkan/>  
E-mail [info@cs-wakasa.com](mailto:info@cs-wakasa.com)

開館時間 9:00~22:00

交通機関 市内バス2番・3番・5番・15番 市内バス45番  
久米孔子廟前下車 徒歩5分(QRコード参照)

利用受付 月~金 9:00~17:00

ご利用前月1日から受付(詳しくはお問い合わせください)

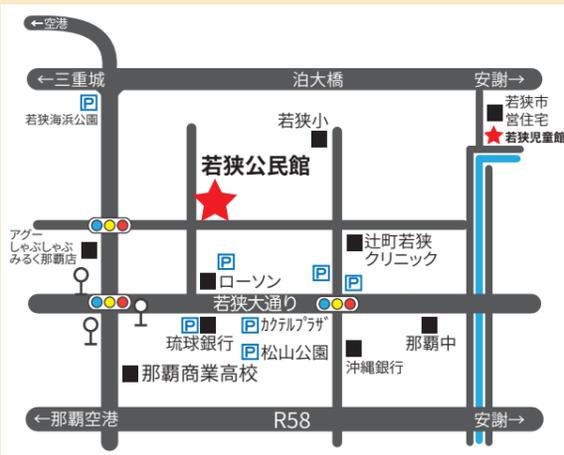
※駐車場はございません。公共交通機関が近隣有料駐車場をご利用ください。



SNSもやっています!



発行・編集 NPO法人地域サポートわかさ



# 自助・共助・公助 って何？

台風が来たら、天気予報を見て、台風対策をして、水や食料を準備したり、災害への備えは、ばっちりしていると思いますが、災害は台風だけではなく、地震や津波など、いつ・どこで起きてもおかしくない災害はいろいろあります。「備えなきゃ」と思っても、きっかけがないとつい後回しにしがちです。災害へ備えるためには、自助【自分でできること】、共助【地域で助け合うこと】、公助【行政に頼ること】の三つが

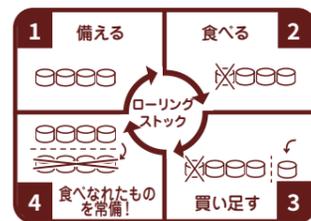
大切です。それぞれを意識するだけで、防災はぐっと身近なものになります。防災は特別なことじゃなく、「あたりまえ」にすると、大きな安心につながります。

自助

## 自助

### 1. ローリングストックで楽しく食べながら防災！

あなたの好きなレトルトカレーや缶詰はありますか？そんな「好きな味」を非常食としてストックしておくのが、ローリングストックのコツです。月に一食は非常食におきかえ、食べたら補充するだけ。ムリなく続けられて、いざというときも安心です。お気に入りの味ならば、災害時の不安も少し和らぎます。好きな味の発見にもつながりそうです。



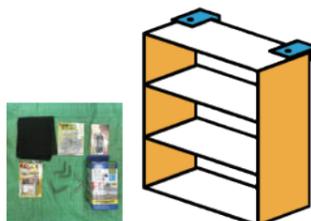
### 2. 持ち出し品なあに？

リック!ヤールーキャラバン!で人気の防災プログラム「持ち出しなあに?」は、災害時にもっていきたい12品をあてるクイズ。非常袋に入れるグッズって、買うと意外と高く感じますが、家にあるもので代用できるんです。新聞紙や大判ハンカチ、ビニール袋など、身近なものでしっかり備えられます。少し多めに用意しておけば、こちらローリングストックが可能。さっそく作ってみませんか？



### 3. 家具は固定しなきゃだめ？

地震の際、家具の転倒は大きなけがや命の危険につながります。「リック!ヤールーキャラバン!」の家具転倒防止ワークショップでは、もっとも強力な対策としてL字型金具を紹介しています。家具と壁をしっかり固定することで、倒れるリスクを大きく減らせます。転倒防止対策とあわせて、「家具の下では寝ない・過ごさない」ことも、命を守る大切な習慣です。



### 4. 災害情報はどこにあるの？何を見たらよいの？

スマホを持っているなら、防災アプリが便利です。災害だけでなく、大雨や熱中症への注意喚起もあり、ふだんからの活用で安心につながります。ハザードマップや避難所の場所、災害用伝言ダイヤルも確認できます。スマホを持っていない方は、防災無線やテレビ・ラジオ、ご近所との声かけなどで情報を得る手段を日頃から意識しておきましょう。



### 5. 家族や友だちとはぐれたらどうする？

災害時、家族や友だちとはぐれてしまうこともあります。そんなときに備えて、あらかじめ避難場所や避難経路を確認しておくことが大切です。「どこに逃げる?」「連絡がつかないときはどうする?」を話し合っておきましょう。災害は夜や雨の日にも起こります。時間帯や天候を想定して、実際に歩いてみるのもおすすめです。日ごろの確認が、いざというときの安心につながります。

緊急連絡等「もしもカード」

## 共助

### 1. いざと言う時、誰をたよれば？

災害時、いちばん頼りになるのは、すぐそばにいる人たちです。いざという時に助け合える関係をつくるためには、日ごろのつながりが大切です。自治会活動や防災訓練に参加したり、あいさつを交わして顔見知りになっておくことで、いざという時に声をかけやすくなります。「困ったときはおたがいさま」と思える地域のつながりが、災害時の大きな力になります。若狭公民館ではだれでも参加できる朝食会や、シニア向け「喫茶むすぶ」、外国人向け「多文化カフェ」、中学生を対象とした「アート部」「まちづくり部(仮)」を開催中です。お気軽にご来館ください。



### 2. 助けが必要そうな避難

避難をする際、まわりに助けが必要な人がいないか気にかけてみましょう。高齢の方、障害のある方、日本語がわからない外国の方、妊婦さんや赤ちゃん連れの方、ペットを連れてきている方など、それぞれに不安や困りごとがあります。「大丈夫ですか?」「一緒に行きましょう」と声をかけることが、大きな助けになります。みんなで支え合って、安心して避難できる地域を目指しましょう。



### 【若狭公民館の防災イベント】

リック!ヤールーキャラバン!

なは防災キャンプ

## 公助

### 1. 避難所開設について

災害が起きた際、避難所となるのは小中学校や公民館などになります。そのため、公民館にはパーティションや簡易ベッド、毛布などが準備されています。(数に限りはあります)避難所が開設されると、担当の職員さんがやってきて避難所運営が行われます。不安がある時は、慌てず近隣の避難所情報を集めてください。

### 2. 5段階の警戒レベル表

津波警報・注意報が出た時は		
	発表される予想津波高	取るべき行動
大津波警報	10m超 (10m<予想高さ)	巨大 高台や近くのビルへ！ 一刻も早く沿岸部から離れて
	10m (5m<予想高さ≤10m)	
津波警報	5m (3m<予想高さ≤5m)	高い 海岸や川の河口近くにいる人は すぐに逃げてください 1mを超える津波に巻き込まれると ほとんどの人が溺れて亡くなります
	3m (1m<予想高さ≤3m)	
津波注意報	1m (0.2m<予想高さ≤1m)	海の中や海岸から離れて
海面変動	2.0m未満	海での作業、釣り、海水浴は十分注意

## まとめ

「自助・共助・公助」は、私たち一人ひとりができることから始まります。日常の中で、できることから始めることが、いざという時の安心につながります。あなたの防災準備、どこまでできていますか？下のチェックリストで、今の備えを見直してみましょう！

### すぐできる！防災チェック！(☑をつけてみよう)

- 飲料水・食料を3日以上ストックしている
- 家族や友人と避難場所・連絡方法を確認している
- 家具の転倒防止をしている(または検討中)
- 非常持ち出し袋の中身を確認している
- 防災アプリやハザードマップを使っている

# 若狭公民館の取り組み

公民館では、子どもから高齢者まで、あらゆる世代を対象としたさまざまな講座や事業を開催しているほか、多様な自主サークル団体が活動しています。お気軽にご連絡ください。

【お問合せ】098-917-3446  
kouza@cs-wakasa.com

最新情報は  
公式LINEで!



## 講座・事業の報告

これまでに開催した講座や事業の報告です。ブログやSNSなどで詳しく掲載していますよ!

### 成人講座 ネパール献血者協会4周年 6/14

6月14日の世界献血者デーに、ネパール献血者協会4周年記念イベントを開催しました。パレットくもじ前では高校生・大学生・外国人グループと共に献血の啓発活動を実施。つしま丸児童合唱団の皆さんも応援にきてくれました。若狭公民館での報告会では、これまでの活動紹介のほか、赤十字血液センターへの英語問診票の贈呈を行い、関係者で献血に対する意見交換を行いました。



パレットくもじ前で啓発活動

ブログレポート →



### 地域連携 うみそら上映会in若狭海浜公園

今年度、新たな試みと開演前に実行委員会メンバーによる弾き語りライブや参加型の〇×クイズを行っています。6月・7月は、ともに上映作品の短編映画監督が来場し、制作の背景や作品に込めた思いについてお話をうかがうことができました。映画を観るだけでなく、音楽や交流を通して来場者同士がつながる、そんな場づくりが少しずつ広がっています。



上映前もライブや〇×クイズで楽しめます

ブログレポート →



## 講座・事業の案内

日程・内容等が変更になる場合があります。詳細はお問い合わせください。

### 健康講座 あさるんぼ♪ 実施中!

自分に合った正しいウォーキング法を学んで日頃の運動不足と生活習慣病の予防と改善に心がける健康講座です。「カルく、ラクに歩ける」からだづくりにより、明るく楽しい日常を送れることを目指して実施中です。



日時: 9月6,13,20,27日(土) 7時~9時  
場所: 若狭海浜公園及び周辺地域  
講師: 花城伸治  
参加費: 200円(保険料)

### 地域連携 うみそら上映会2025

「海と空が映画館」をテーマに野外上映会を開催しています。夏の間は毎月第4金曜日の夜をお楽しみに!お散歩がてら気軽にお立ち寄りください!多くの方のご来場お待ちしております!



日時: 10月24日(金) 18時半~20時  
場所: 若狭海浜公園(若狭小裏側)  
雨天時は、若狭公民館  
参加費: 無料

### 少年教室 トヨタ・なぜなにレクチャー

トヨタ自動車が社会貢献活動として取り組む「科学のびっくり箱!なぜなにレクチャー」を今年も開催。今回は、模型自動車を通じて空気抵抗を学ぶ「空力ボディ」にチャレンジします。那覇市内の小学4~6年生対象です。



日時: 10月5日(土) 10時~12時  
場所: 若狭公民館ホール  
講師: トヨタ技術会有志メンバー  
※定員に達したため募集終了

### 地域部活 まちづくり部(仮) 7/26・8/6

那覇中生徒対象の「まちづくり部(仮)」は、自分たちの住むまちについて学び、主体的に取り組む地域部活動です。発足式ではSDGsパスポートの説明の後「地域の推し」を発表し、にぎやかにスタートしました。8月6日には事前研修会を実施。那覇市職員を講師に「都市計画」「地域の歴史」「防災」について学びました。今後は、実際に地域へ出向き、様々なことにチャレンジします。



ラジオ番組にも出演し、地域の魅力を発信

ブログレポート →



### 地域連携 平和講話「少女が見た沖縄戦」 6/21

6月21日、「パーラー公民館」にて平和講話を開催。沖縄戦を体験した上原美智子さんが、当時小学3年生だった少女の視点から戦時下の暮らしや避難生活、戦後の歩みを語りました。参加者からは「体験を語る大切さを実感した」「世代を超えて交流できる貴重な時間だった」といった声も。体験者の声を直接聞ける機会が減る中、今後も平和を考える機会を大切にしていきます。



パーラー公民館での青空講話

ブログレポート →



### 地域連携 第27回若狭地域文化祭

秋の恒例行事となっている「若狭地域文化祭」(主催:若狭小学校まちづくり協議会)は、今年で第27回を迎えます。地域文化の掘り起こしと多世代交流を目的に、自治会・学校・保育園・福祉・企業・住民が連携してつくる“手づくり”のお祭りです。児童・生徒や地域サークルの演舞(エイサー、ダンス、合唱、演奏など)に加え、子どもが楽しめるゲームや飲食バザー、フリーマーケットなど多彩なプログラムで盛り上がりします。皆様のご来場心よりお待ちしております!



日時: 11月8日(土) 12時~17時  
場所: 若狭海浜公園(雨天時: 若狭小学校体育館)  
プログラム: 舞台演舞、子どもイベント、飲食バザー、フリーマーケット等

### 地域連携 全国パーラー公民館サミット

2017年から3年間、曙地区で展開してきた移動式の「パーラー公民館」、現在、曙小まち協が引き継ぎ活動中です。公園にパラソルと黒板テーブルを広げるだけで多世代交流を生み出すこの取り組みは、全国へ広がりがつつあります。「全国パーラー公民館サミットin那覇」では、各地の実践者報告に加え、パーラー公民館の設計監修を担った現代美術家・小山田徹さん(京都市立芸術大学学長)と社会教育の第一人者・牧野篤さん(大正大学教授)の対談を行います。



日時: 11月22日(土)~24日(月・祝)  
11/22 曙パーラー公民館見学(14時~16時) @あけぼの公園  
11/23 事例報告&対談(10時~18時) @なは市民活動支援センター  
11/24 まち歩き(10時~12時) @若狭公民館周辺

### 成人講座 なは防災キャンプ'25夏 7/11-12

7月10日~11日、若狭小6年生を対象に「なは防災キャンプ」を開催。平日の学校に宿泊し、翌朝そのまま登校する取り組みを通して、避難所生活や防災の基本を体験的に学びました。防災食の試食、防災講話、夜の学校探検、星空観察に加え、翌日は防災×演劇ワークショップを実施。自助・共助の意識を育てる貴重な機会となりました。このモデルの他地域展開も検討します。



避難所を想定したロールプレいの演劇ワークショップ

ブログレポート →



### 市民講座 ユーチュー部2025 7/9・16・23・30

4回にわたり開催された「ユーチュー部」には、小学生から70代まで、幅広い世代の参加がありました。講師からの丁寧的確なアドバイスにより、受講生の作品がどんどん素敵になっていく様子がとても印象的でした。回を重ねるごとに、画面構成や編集にも工夫が加わり、それぞれが伝えたいテーマに向き合いながら、表現の楽しさを実感できる、充実した講座となりました。



公民館内で気になるものを撮影

ブログレポート →



## 沖縄だからの肌悩み 「南の島で、お肌にイーノ!

ラジオ沖縄 AM 864kHz  
毎週金曜日午後4時35分~4時45分  
出演は、みやくに皮フ科の宮國均先生とラジオ沖縄アナウンサーの城間有沙さん。今まで、ありそうでなかった肌の悩みに優しく寄り添う番組です。



## 沖縄だからの家族、親戚の心配事 「川満家だったらどうするべき?」

FMレキオ FM 80.6MHz  
毎月第2・4金曜日午前11時~11時25分  
出演はなんと、川満しんしゅーとその妹みーわー。兄妹だからこそ話せる川満家の解決策。そしてしんしゅーの昭和歌謡への想いに溢れた25分番組です。



ラジオで楽しく吹き飛ばしてみませんか?



イーノ株式会社は、沖縄あるあるの悩みに寄り添い、沖縄の肌にあった肌悩み解決のために生まれた自然派の化粧品会社です。

e-noイーノ株式会社  
https://e-no.com ☎0120-430-961

## 曙 高校生「ほのぼのカフェ」で貢献

8月、なほ市民活動支援センターで「ボランティアマッチング」のチラシを見た興南高校・那覇西高校・那覇高校の生徒計5名が、曙地域の子ども食堂「ほのぼのカフェ」でボランティア活動を行いました。配膳や子どもとの交流、学習支援に積極的に関わり、英語での支援も。次回も参加したいとの声があり、地域と高校生の温かなつながりが生まれています。



配膳や子どもとの交流、学習支援に積極的に関わり、英語での支援も。次回も参加したいとの声があり、地域と高校生の温かなつながりが生まれています。

## 那覇 東一番旗頭実行委員会旗頭練習中！

東一番旗頭実行委員会では、旗頭フェスタ(10/5)や那覇大綱旗頭行列(10/12)に向けて日々練習に励んでいます。旗頭の練習は牧志公園にて、小中学生による打楽器隊は牧志倶楽部2Fにて行っています。今年度、那覇中生徒を対象に始動した「まちづくり部」メンバーも参加。SDGsパスポートを活用した地域ボランティア活動も兼ねています。旗頭行列を、ぜひ見に来てください！



## 若狭 ウォーターボーイズ&ガールズ

9月12日、若狭小学校の屋内プールにて、6年生による「シンクロ2025」発表会が開催されました。

音楽に合わせて動きをそろえ、水中でのフォーメーションや演技を次々と展開。練習の成果が伝わる場面の連続で、会場には自然と拍手が広がっていました。



地域の学校で日々育まれている表現力や協働の力も感じられ、多くの来場者の心に残る発表となりました。

## 天妃 天妃まち協 新会長誕生！

天妃まちづくり協議会の新会長に、宮城奈美さん(天妃小PTA会長)が就任しました。これまで会長を務めていた山内京子さんからバトンが渡され、新たな体制がスタートしました。副会長には天妃小学校区にある三重城団地、久米、久米一丁目、辻の各自治会長が就任。これまで毎月開催していた運営委員会は奇数月の第3火曜日に開催しています。地域が連携し、よりよいまちづくりを目指します。



## 泊まち協設立！

8月24日、とまり会館にて、泊小学校区まちづくり協議会の設立総会及び市長とゆんたく会が開催され、多くの地域住民が参加しました。



## 第9回こども大綱挽まつり

日時：11月23日(日) 13:00-17:00  
場所：那覇市東町19番地前路上 国道290号線



## かじまやー・巳年生年祝い

10月25日(土) 14時～、若狭1丁目自治会主催「かじまやーパレード」は天妃宮広場から若狭公民館までパレード、到着後、生年祝いを行います！



## 若狭児童館

電話番号：098-867-7266 開館時間：10時～18時  
休館日：祝祭日・第3日曜・家庭の日・慰霊の日・年末年始



LINE / ブログ

夏休み、若狭児童館では巨大迷路『ゾンビランド』を開催しました。放課後児童クラブや親子連れなど、那覇内外から沢山の方が訪れ、1000人を超える方が楽しんでくれました。8月半ばには子ども夏祭りも開催。緑日気分を楽しみました。ともに実行委員の子どもたちがイベントを盛り上げてくれました。若狭児童館では子どもが主体となるイベントを夏休み以降も予定しています。子どもの居場所『あっとほーむかめ屋』では軽食提供や学習支援も行っています。公式LINEにもご登録ください。



## 職員コラム

さくだりりか  
佐久田 立々夏



このたび、1年半勤務した那覇市若狭公民館を退職することになりました。さまざまな調座やイベントに携わるなかで、地域の皆さんのあたたかさ、公民館という場所の持つ力強さに何度も励まされました。職員の皆さんや講師の方々との協働を通して、多くの学びや気づきを得ることができました。中でも、アート部のみんなには、たくさん笑わせてもらいました。何気ない会話や日々のやりとりの中で、元気や安心をもらうことも多かったように思います。次は那覇・東町で、クリア&ビアンバーの立ち上げに挑戦します。ふらっと立ち寄れて、自分らしくいられる居場所を目指して、10月のオープンに向けて準備を進めています。若狭公民館での経験を種に、新しい環境でも自分らしく歩んでいきたいと思っています。本当にありがとうございました。

## 地域のきらり

## 『那覇市津波避難ビル』

那覇市松山の旧若松市営住宅跡地に整備された「那覇市津波避難ビル」は、津波や風水害時に24時間365日利用可能な避難施設です。3階以上に最大2,000人が避難でき、非常用照明やトイレ、シャワー、発電設備などが整備されています。照明はセンサー式で、夜間でも安全に移動可能。7月30日に起こったカムチャツカ半島付近を震源とする地震により、沖縄本島に津波注意報が発令された時も一時多くの市民・外国人・観光客が屋上へ避難しました。1階のスーパーとも連携し、被災時の食料支援も可能です。平常時には子どもから高齢者まで地域住民の交流拠点として活用されています。まだ訪れたことがない方は、ぜひ一度訪ねてみてください。



津波避難ビル屋上での「なほ防災キャンプ」の様子



## 電子版「那覇市立図書館だより」のご案内

那覇市立図書館では、館ごとに毎月お便りを発行し、イベントや新刊の案内を行っております。紙媒体だけではなく、「なほ電子図書館」でも見る事ができます。電子版のお便りは、利用者登録をしていなくても全館分をフルカラーで読めます。若狭図書館のカウンターで、電子図書館や図書館だよりにアクセスできるQRコードを記載した手作り葉を配布中です。かわいい葉、もらってくださいね。



無料で法律相談に応じます。

裁判・遺言・相続・登記・成年後見

0120-309-157 [要予約]

よへな司法書士事務所 / 久米郵便局裏

相続 贈与 確定申告

税理士法人さくら 新田事務所  
(旧 新田恭子税理士事務所)

那覇市若狭 2-3-21 新里ビル2階(琉球銀行若狭支店向かい)

(098) 868-7828

アクセサリ&パーツ  
オリコ商会

〒900-0032 那覇市松山2-20-21  
OPEN 9:00 CLOSE 18:00  
定休日 日曜日・第2第4土曜日  
TEL 098-862-4023 / FAX 098-866-0019

教室見学・体験できます

松尾書道教室

〒900-0014 那覇市松尾1-20-20  
(098) 861-2129



若狭公民館  
LINE

公民館のお知らせや講座・イベントなど最新情報を発信しています。お楽しみに！



広告募集！

【広告料】 1枠 10,000円

【配布部数】 12,000部

【配布場所】 各公共機関及び若狭公民館エリア

【お問合せ】 917-3446 (若狭公民館)