

# 避難場所

## ① 浦添運動公園



公園入口	平地	トイレ	あり
水道	あり	スロープ	—

## ② 浦添城址公園



公園入口	平地	トイレ	—
水道	—	スロープ	—

## ③ 和久原公園



公園入口	平地	トイレ	あり
水道	—	スロープ	—

## ④ あじさい公園



公園入口	平地	トイレ	—
水道	あり	スロープ	—

## ⑤ 龍巻松の木公園



公園入口	平地	トイレ	あり
水道	あり	スロープ	あり

## ⑥ グリーンハイツ公園



公園入口	平地	トイレ	あり
水道	あり	スロープ	—

## ⑦ 浦添小学校グラウンド

## ⑧ 前田小学校グラウンド

## ⑨ 浦添中学校グラウンド



## 事例紹介



地域のみなさんのさまざまな悩みごとや困りごとの相談に応じています。浦添中学校区コミュニティソーシャルワーカー（CSW）へお気軽にご相談ください。



### 浦添中学校区保健福祉センター

浦添市経塚1丁目17-1 経塚ゆいまーるセンター2階  
☎098-874-3878



認知症や高齢者に関するご相談は、私たち浦添市地域包括支援センターさっとなにお任せ下さい。



最近色々と  
たれることが増えている...

### 浦添市地域包括支援センター さっとな

浦添市経塚1丁目17-1 経塚ゆいまーるセンター2階  
☎098-877-3103



災害がおきたときに  
どこに逃げたらいいかな...



裏面の地図をみて  
避難場所を  
確認してみよう!



このパンフレットは、赤い羽根共同募金により作成されています。発行年月日 2022年1月

保存版

# お宝

こまった時に  
助かる〜!  
地図

# 湧く湧く マップ



## 発行：浦添中学校区 湧き水会

湧き水会とは、地域が元気になるための話し合いを行う場。

問合せ先

浦添中学校区保健福祉センター tel.098-874-3878  
浦添市地域包括支援センター さっとな tel.098-877-3103



# カーちゃん からのお願い

災害がおきたときに身を守る方法を紹介しますよ。  
災害時はお互いに助け合って避難をお願いします。

## 津波から身を守る (逃げる)方法

キーワードは「330」

3は、海岸から3キロ以上離れる。  
30は、海拔30メートル以上の高さに逃げる。



※浦添中学校区は海岸から3キロ以上離れていて  
海拔も高い位置にあるため津波の影響はありません。

## 火災から身を守る (逃げる)方法

濡れタオルで鼻と口を覆う  
(有毒煙を吸わないため)。  
風上に逃げる。



## 倒壊する建物から身を守る (逃げる)方法

建物が倒壊しても安全な場所へ逃げる。(学校のグラウンド、大きな公園や広場、浦添城址など)



裏面の地図で近くの  
避難場所を確認してみよう!



**1 しおん 詩音弁当**  
 ☎098-879-6816  
 住所 浦添市仲間2丁目48-9  
 営業日 月～金 6:30～12:30  
 駐車場 なし  
 配達 一つからでも配達可能  
 数に限りがありますので、ご注文は朝10時までに

できたてゆし豆腐  
おすすめ!

**2 吉家弁当天ぷら店**  
 ☎098-874-0560  
 住所 浦添市仲間3丁目3-14  
 営業日 月～土 5:00～17:00  
 日曜日は午前中のみ営業  
 駐車場 なし  
 配達 なし

日替わりで  
汁物おすすめです!  
ドラムチキンも  
うまい!

**3 くわっちゃんやあ**  
 ☎080-3999-0637  
 住所 浦添市仲間2丁目16-1  
 営業日 月～金 6:40～14:00  
 駐車場 なし  
 配達 なし

煮付け弁当が  
おすすめです!

**4 いちばく 一麦食品**  
 ☎098-877-9502  
 住所 浦添市仲間2丁目13-1  
 営業日 月～土 9:00～19:00  
 駐車場 なし  
 配達 要相談

自家製ダレの  
美味しい重  
あります!

**5 organize (オーガナイズ)**  
 ☎090-5941-8080  
 住所 浦添市安波茶2丁目1-6  
 サンティービル 2-E (2階)  
 営業日 月～金 11:00～17:00  
 駐車場 お問い合わせください  
 配達 相談可能  
 ※アチビー、おかゆ対応可

塩分控えめ  
栄養バランスのいい  
お弁当!

**6 アチコーコー屋**  
 ☎098-876-4009  
 住所 浦添市安波茶2丁目18-8  
 営業日 月～金 7:00～14:00  
 休日 土・日・祝祭日  
 駐車場 なし  
 配達 なし

オリジナル三食弁  
おすすめです!

# お宝湧く湧くマップ



**浦添中学校区ってどんな場所?**  
 浦添中学校区には10の自治会があるよ!  
 仲間・安波茶・経塚・前田・茶山  
 浦添ニュータウン・浦添グリーンハイツ  
 前田公務員宿舎・浦添ハイツ・県営経塚団地

浦添市全体	浦添中学校区
人口 115,786人	人口 20,959人
世帯 52,174世帯	世帯 9,262世帯
高齢化率(65歳以上) 20.4%	高齢化率(65歳以上) 21.6%

2021.10.31 現在

**7 かな商店**  
 ☎080-6480-1260  
 住所 浦添市安波茶1丁目8-16  
 営業日 月～金 9:00～17:00  
 駐車場 なし  
 配達 なし

週に2回(水・金)  
いゆまちから新鮮な  
お刺身が届きます!

**8 浦添ニュータウン移動販売**  
 毎週水曜日 / 11:30～  
 ・泊いゆまち ☎090-1940-5554  
 ・お豆腐屋 ☎090-1948-0003  
 ・ポニータ青果 ☎090-6863-6135  
 ・他、パン屋・ヤクルト

毎週木曜日 / 11:45～  
 ・コープおきなわまちかど便  
 ☎080-2739-2189

販売場所 浦添ニュータウン自治会広場 駐車場 あり

**9 焼き肉弁当 成吉思汗 Jr**  
 ☎098-876-4545  
 住所 浦添市前田2丁目19-11  
 営業日 月～土 9:30～12:30  
 駐車場 なし  
 配達 なし

ガーリックカレーが  
いちおし!

**1 経塚児童センター**  
 フードドライブ  
 ☎098-876-4100  
 住所 浦添市経塚1丁目17-1  
 時間 10:00～18:00 まで受取可  
 休日 日曜日、祝祭日  
 駐車場 あり  
 配達 なし

経塚郵便局から  
食品の提供して  
いただいています!

**2 前田ユブシが丘児童センター**  
 フードドライブ  
 ☎098-871-1558  
 住所 浦添市前田 323  
 時間 10:00～18:00 まで受取可  
 休日 日曜日、祝祭日  
 駐車場 なし  
 配達 なし

前田郵便局から  
食品の提供して  
いただいています!

**3 うらそえぐすく児童センター**  
 てだこ未来ネットワーク フードドライブ  
 ☎098-874-0417  
 住所 浦添市仲間 2 丁目 47-5  
 時間 10:00～17:00 まで受取可  
 休日 日曜日、祝祭日  
 駐車場 あり  
 配達 なし

困った時には  
お気軽にお電話  
くださいね (^\_^)

こまった時に  
助かる～!  
地図

わしらの地域の  
「こんな支援、サービス  
あったらいいな!」や  
「困っていること」大募集じゃ!



**地域見守りネットワーク事業**  
 ～日常業務の中でさりげない見守り～  
 浦添市内の団体、企業などが地域住民の見守り、安否確認、声掛けなどの対応を行う事業です。通常業務の中で地域住民の異変や生活上の支障等に気づいたときに、浦添市社会福祉協議会へ連絡いただくことで地域住民を見守ります。

- 地域見守りネットワーク事業 協力団体・企業**
- 1 沖縄県農業協同組合浦添支店
  - 2 沖縄タイムス浦添販売店主会 (仲間販売店・前田販売店・経塚販売店)
  - 3 日本郵便株式会社浦添郵便局(集配)
  - 4 琉球新報浦添販売店会 (浦添ニュータウン販売店・浦添東販売店)
  - 5 浦添市水道事業
  - 6 株式会社サンレー
  - 7 浦添中学校区内郵便局 3ヶ所 (浦添郵便局・浦添前田郵便局 浦添経塚郵便局)

**ロバマークの場所に 認知症キャラバンメイトがいるよ!**  
 キャラバンメイトとは? 「キャラバンメイト養成講習」を受講した人で、「認知症サポーター養成講座」を企画・開催する講師です。

ボランティア連絡協議会 仲間 1-1-2 1階  
 ネイバーフードケアマネジメント&ソーシャルワーク 安波茶 2-7-5 102  
 浦添市地域包括支援センターさつとん 経塚 1-17-1 経塚ゆいまーるセンター 2階  
 小規模多機能ホーム 前田の家 前田 547 番地 前田高齢者複合施設 1階

- 認知症サポート医のいる医療機関**
- 1 城間クリニック 医師 城間清剛 前田 564-1 ☎098-878-8213
  - 2 稲福内科医院 医師 稲福徹也 経塚 633 番地メディカル K プラザ1階 ☎098-988-4556
  - 3 かじまやクリニック 医師 山里将進 前田 997 番地 ☎098-871-0818

**浦添市認知症高齢者等見守り SOS ネットワークとは**  
 認知症の人等が行方不明になることを未然に防ぎ、万が一が行方不明が発生したときに本人を早期に発見し見守るためのネットワークです

- 浦添市認知症高齢者等見守り SOS ネットワーク 協力機関名簿**
- 浦添市立経塚児童センター
  - 浦添市立前田ユブシが丘児童センター
  - 浦添市立うらそえぐすく児童センター
  - 浦添市社会福祉協議会
  - 浦添市地域包括支援センターさつとん
  - 城間クリニック
  - 稲福内科医院
  - ダイカン
  - 有限会社 ウェルネス前田
  - 沖縄銀行 経塚支店
  - 社会福祉法人 恵の園福祉会 てだこ保育園
  - ファミリーマートグリーンハイツ経塚店
  - (有)スマイルケア前田高齢者複合施設
  - ネイバーフードケアマネジメント&ソーシャルワーク