



広報

なかぐすく

中城村マスコットキャラクター



Nakagusuku

2月号
2015
No.214

決意新たに 輝かしい未来へ!



今月の主な内容

- 成人式…………… P2
- 民俗だより…………… P3
- 児童扶養手当の一部が改正されます…………… P4
- ヘルプロ通信…………… P5
- むらの話題…………… P6~7
- 3月カレンダー…………… P8
- 案内・お知らせ…………… P9~11
- 護佐丸バス・タクシーのお知らせ…………… P12



平成27年
中城村

成人式



新成人244名の 門出を祝う

1月11日、吉の浦会館で平成27年成人式が行われ、二四四名の新成人が新たな門出の一步を踏み出しました。会場では、華やかな振り袖や真新しいスーツ、袴に身を包んだ新成人たちが、久しぶりの旧友との再会を喜ぶ姿が見られました。

新成人の司会により式は行われ、浜田村長はじめ、與那覇朝輝議長、仲松応彌青年連合会会長の祝辞や、中城ジュニアオーケストラ・中城響混声合唱団による村歌斉唱、ビデオレター、津覇エイサーが披露され、新成人を祝いました。新成人代表挨拶として新垣俊さんが、「先輩方から様々な事を学んだ時のように、社会人の方々から自ら進んで多くの事を学び、それらを活用し地域を支える事に役立ってほしい」と新成人としての抱負を述べました。

平成27年初興し



1月5日、吉の浦会館で平成27年初興し（ハチウクシー）が開催されました。多数の村民の方が訪れ、新春の挨拶を交わしながら、話に花を咲かせるなど、親睦を深めました。当日は、多年にわたり村政の発展と村民福祉の向上に顕著な功績を残された方々の村功勞者・善行者の表彰も行われ、大勢の関係者が受賞を祝いました。

【功勞表彰者】

- 比嘉明典
 - 仲村春光
 - 新垣健一
 - 仲宗根哲
 - 宮城治邦
 - 平安名常彦
 - 外間博則
 - 比嘉英信
 - 新垣キミ
 - 比嘉節子
 - 儀間勝子
- 【善行表彰者】
- 株式会社 沖繩仮設
 - 又吉俊夫
 - 新垣ひろ美
 - 新垣盛吉

民俗だより 第39号

旧慣温存期の中城の行政組織

一八七九年の琉球処分により、王国は解体し沖縄県となりました。すぐに日本国の体制に変えるというわけではなく、王国時代の体制を保ちながら徐々に日本の体制に慣らしていくという方法がとられました。この時期を旧慣温存期といいます。村の行政組織も同様に地頭代を筆頭とした形式がとられました。今回は旧慣温存期に記録された『沖縄旧慣地方制度』【明治二十六（八九三年）】という資料をもとに、中城村の行政組織と各役人の仕事について紹介したいと思います。

1 行政組織

旧慣温存期の行政組織は、琉球王国時代と変わらず地頭代を中心とした組織となっていました。

【表1】

地頭代	任期3～5年	定員1
惣耕作当	任期無期限	定員3
惣山当	任期無期限	定員2
勘定主取	任期無期限	定員2
下知人	任期無期限	定員3
前夫地頭	任期無期限	定員1
夫地頭	任期3年	定員3
首里大屋子	夫地頭が退役したら繰り上げ	定員1
大掟	夫地頭が退役したら繰り上げ	定員1
南風掟	夫地頭が退役したら繰り上げ	定員1
掟	任期無期限	定員12
	大文字	任期無期限 定員6
	相附文字	任期無期限 定員24
	升取	任期9年 定員3
	耕作当	任期3年 定員46
	山当	任期無期限 定員15

中城間切番所（現在の村役場にあたる）には地頭代（じとうだい）・惣耕作当（そうこうさくあた）・惣山当（そうやまあた）・夫地頭（ぶじとう）・捌理（さばく）（てつ）やまあた）・大掟（おおさく）（さく）・南風掟（なまかぜさく）・西掟（さいさく）（さく）が配置され、各村屋（現在の公民館にあたる）には掟（さく）・耕作当（こうさくあた）・山当（やまあた）が配置されました。この中で下知人（げちにん）は臨時職で、間切や村が疲弊した時のみ設置されました。

2 仕事内容

●間切番所の仕事

間切番所の役人の仕事を地頭代から順に紹介します。地頭代は沖縄県（県知事）から指示を受け、間切内の村の総監督をしていました。その下で働く、惣耕作当・惣山当・夫地頭・捌理にもそれぞれ担当が決められていました。中城間切の畑地や農業関係の全ての監督として惣耕作当、山関係の全ての監督として惣山当、間切に關係する庶務に關しては夫地頭と捌理が行っていました。勘定主取は地頭代の指示のもと、お金や貢納米等の出納帳簿検査の事務を行っていました。現在の会計のような仕事です。

●各村屋の仕事

間切番所に勤務している役人は、主に監督業務や各村屋から上がってきた業務の取りまとめが多いのですが、実働部隊として各村で人々との関わりを持って仕事をやってきたのは耕作当・山当・文字（てい）で、掟は当時十二名おり、中城間切内の約半数であるため、一人の掟が複数の村を担当していたと考えられます。掟は地頭代の指示のもと、担当の村の事務を行っていました。村役人の取りまとめ役で、彼らの進退についても地頭代との交渉は掟を通して行われました。次に耕作当は、惣耕作当の指示のもと担当の村に出向き農業

指導を行ったり、田畑や農業に関わる全ての事務を行っていました。山当は、惣山当の指示のもと、担当の村の山の管理を取り締まる実働部隊でした。文字は間切番所で庶務をしていた捌理の指示のもとで担当村の庶務を行っていました。

3 役人の昇級

●間切番所の役人の昇級について

間切番所に勤める役人の昇級について重視されるのは、業績と人柄でした。これを調べにくるのは県から派遣された下知役（げちやく）・検者（けんじやく）と呼ばれる役人でした。彼らによって調査が行われ、県によるチェックをうけ、任命されるという方法でした。また、間切番所の役人に昇級できるのは地頭・惣地頭の奉公人（士族）のみで百姓は各村屋の役人以上に昇級することはできませんでした。

【昇級の順番】

掟→捌理→夫地頭→惣耕作当→惣山当→地頭代

●各村屋の役人の昇級について

各村屋の役人も間切番所の役人と同様、業績と人柄が重視されました。これも下知役検者によって調査が行われたのですが、間切番所の役人の方法と異なるのは、掟までは県のチェックが入り、それ以外の村屋の役人は地頭代までがチェックをし任命するという方法でした。つまり、村屋の役人については中城間切で決めていたのです。また、村屋の役人は百姓も務めることができました。しかし掟までしか昇級できませんでした。耕作当や山当は地頭代が選抜し、県によって任命されましたが、昇級できたかについては不明です。

【昇級の順番】

文字→掟

土砂災害警戒区域の指定について

土砂災害警戒区域等の指定の公示に係る図書(その2)



土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律(通称:土砂災害防止法)の規定に基づき、左図の区域が新たに土砂災害警戒区域に指定されました。

土砂災害警戒区域(通称:イエローゾーン)とは、住民等の生命又は身体に危害が生ずるおそれがあると認められる区域であり、土砂災害の種類(急傾斜地・土石流・地すべり)毎に指定され、危険箇所であることの周知、警戒避難体制の整備を行っていく区域です。

本村のその他の土砂災害警戒区域については、
中城村役場ホームページの緊急・災害ページをご覧ください。

【お問い合わせ】 沖縄県土木建築部海岸防災課 ☎846-2410
中城村役場 総務課 ☎895-2131(内線213)

「児童扶養手当法」の一部が改正されます

これまで公的年金^{*}を受給するかたは児童扶養手当を受給できませんでしたが、平成26年12月以降、年金額が児童扶養手当額より低いかたは、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになりました。児童扶養手当を受給するためには申請が必要です。

※遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など

今回の改正により新たに手当を受け取れる場合

- ◆お子さんを養育している祖父母等が、低額の老齢年金を受給している場合
- ◆父子家庭で、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合
- ◆母子家庭で、離婚後に父が死亡し、お子さんが低額の遺族厚生年金のみを受給している場合など

※受給している年金額が手当額より低いかどうかは福祉課児童扶養手当担当にご確認ください。

支給開始日

- ◆手当は申請の翌月分から支給開始となります。但し、平成26年12月時点で年金額が児童扶養手当額より低い方は、平成27年3月までに申請を行うことで、平成26年12月分の手当から受給できます。
- ◆平成26年12月分から平成27年3月分迄の手当は、平成27年4月に支払われます。

【お問い合わせ】 中城村役場 福祉課 ☎895-1738(直通)

ヘルプロ通信 No.29

※ヘルプロとは…ヘルスプロモーション(健康増進)の略です。このヘルプロ通信で、健康づくりに関する情報を掲載していきます。

中城村では、健康づくり事業としてヘルスアップ教室(年・1クール)を開催しています。ヘルスアップ教室は、週に1回(3ヵ月間)健康運動指導士による正しいウォーキングやストレッチ、また管理栄養士による栄養講話などを中心に学んで頂き、自己の生活習慣を振り返る良い機会となっています。今回は、ヘルスアップ教室に参加した参加者の声をご紹介します。

ヘルスアップ教室参加者の A さんの声

「教室に参加する前は、自己流で減量を試みては、失敗を繰り返していた。今回は、集団健診の会場でヘルスアップ教室のチラシをみて、チャンスだと思って参加した。始めは本当に減量出来るのか半信半疑だったけど、徐々に体重も減っていった。」と話されるAさん。

目標は、以前から気になっていた体重を減量すること!教室で学んだことを実践し、3ヵ月間で体重7.8kg減、腹囲は17.6cmの減少に成功することができました!



「栄養のバランスを考えた調理実習で食事の適量を知る事が出来た。また、食生活を振り返ることで食べ物に対する意識も変わった。先生が一人一人の状態に合わせた運動量を考えてくれたので安心して運動出来た。今まで食後はゴロンと横になることが多かったが、意識してTVを見ながらストレッチもするようになった。何より仲間がいたので、お互いの情報を交換し励まし合うことで3ヵ月続けることが出来たと思う。」と感想を述べてくれました。



平成26年度
ヘルスアップ教室参加者の
平均減量値
(3ヵ月後の変化)

体重 **-4.5kg**
体脂肪率 **-2.6%**
腹囲 **-7.5cm**



平成26年度ヘルスアップ教室



平成27年度のヘルスアップ教室開始時期は、決定次第広報等でお知らせする予定です。「自己流で減量に取り組んでいるけれど検査データが改善しない」などお悩みの方はぜひ参加を検討してみてください!ご参加される際には脂質・血糖・腹囲・BMIなどの検査データの確認がありますので、詳しくは健康保険課までお問い合わせ下さい。

また健康保険課ではヘルスアップ教室以外にも「いっぺーまーさん栄養教室」や「ハッピーボディ教室」など、健康づくり事業を実施しております。

【お問い合わせ】 中城村役場 健康保険課 健康増進係 ☎895-2131(内線253、254)



★むらの★
★Topics★
★話題★

護 佐丸バス&タクシー

1月13日より、護佐丸バスと護佐丸タクシーの実証運行が始まりました。護佐丸をデザインした外観のバスとタクシーが村内をメインに運行しております。通勤・通学に便利な早朝便や、村外の病院、普天間りうぼうなども運行ルートに入っております。2月28日までの実証運行を予定しておりますので、みんなで利用してより良い本格運行につなげましょう。

ア イディア溢れる!青年祭り

12月21日、吉の浦公園野球場において第1回青年祭りが開催されました。エイサーや高校生によるダンス、プレゼント交換会や花火など、子どもから大人まで楽しめる盛りだくさんの内容でした。サンタクロースがヘリコプターにのって登場し、子ども達におかしをプレゼントするシーンもあり、突然のサプライズに会場は大盛り上がりでした。



繁 栄を願って



1月2日、中城城跡で「旗すがし」(主催・添石旗頭保存会、協賛・金城町旗頭保存会)が行われました。「旗すがし」は新しい年の繁栄と五穀豊穡の願いを込めて行われる伝統行事であり、今年は金城町と初共演。「サーサーサー」の掛け声とともに、迫力ある2本の旗が担がれると会場からは大きな歓声があがりました。

鮮 やかなツワブキと



12月23日、中城城跡においてツワブキ祭りが開催されました。オープニングイベントでは唄三線や琉球舞踊が披露され、多くの方が足を止めて舞台に見入りました。城跡内では随所に色鮮やかな満開のツワブキが咲き誇り、訪れた方の目を楽しませました。

エイショ!皆でもちつき!

12月26日、ふれあいもちつき大会が吉の浦会館前で開催されました。新年を前に村社会福祉協議会が主催し、村内の保育所や学童クラブ、福祉施設利用者が参加しました。杵がおろされると、「ヨイショ!」と威勢のいい掛け声が響き渡り、会場は熱気に包まれました。つきたてのおもちに、あんこやきな粉がまぶされて振る舞われ、多くの参加者がこの時期ならではのおいしさを楽しみました。



消防出初式

1月6日、中城北中城消防本部で出初式が行われました。式典では、浜田京介管理者が見守る中、救急救命処置やポンプ操法など日頃の訓練で磨かれた技術が披露され、関係者から拍手と歓声が上がりました。

やささをばねに!

中城南小学校の金管バンド部が第39回沖縄県吹奏楽アンサンブルコンテストにおいて、金管五重奏で見事金賞を受賞し、沖縄支部代表として九州大会へ出場を決めました。チームのリーダーである野原詩七さんは、「代表になれたのも地域のみなさんのおかげです。沖縄の大会でのミスの悔しさをバネに九州大会ではさらに頑張りたい」と決意を話しました。



心 和むお花畑



久場遊花(あしばな)会の皆さんが、久場のムラガー近くの遊休地を利用し、ひまわりやコスモス等、色とりどりの花の種を植えました。近くに拝所があるためその周辺を綺麗にし、区民の明るい気持ちづくりのために役立ちたいという気持ちで一面のお花畑を作られたそうです。お花畑は3月ごろにまた見頃を迎えるそうです。

新年を祝う



1月7日、吉の浦会館で、平成27年中城村「新春の集い」(中城村商工会・中城村共催)が開催されました。村内外の企業や関係機関から約400名が参加し、新しい年の始まりを祝いました。浜田京介村長は、「子育てや教育、防災への取り組みなど、様々な分野において更なる力を注ぐとともに、活力と魅力ある中城村を目指していきたい」と、決意を述べました。

3月 健康カレンダー

健康保険課 ☎895-2131(内線 253)

こどもの健診 実施場所：吉の浦会館

1歳6ヶ月健診 対象年齢 H25.7.23~H25.9.5生まれ
3月5日(木) 受付時間 13:30~14:30

3歳児健診 対象年齢 H23.7.30~H23.9.12生まれ
3月12日(木) 受付時間 13:30~14:30

乳幼児健診 対象者 経過観察者・健診未受診者
3月19日(木) 受付時間 13:00~14:00

ふれあい事業 実施場所：各公民館

- 登 又 3月4日(水)
- 和 宇 慶 3月9日(月)
- 浜・南 上 原 3月10日(火)
- 新 垣・当 間 3月13日(金)
- 津 霸 3月16日(月)
- 泊・久 場 3月17日(火)
- 北 上 原 3月18日(水)
- 奥 間 3月20日(金)
- 伊 舎 堂 3月26日(木)

◆なかよし児童館

「ガラス絵具ひなまつりアート制作」

- 3月7日(土) 午後2時~3時30分
- 定員:10名 ● 材料費:50円
- 場所:なかよし児童館(集会室)

「巨大迷路」

- 3月21日(土)~25日(水)
- 場所:遊戯室
- 参加費:無料 ※1日2回まで入れます。

なかよし映画館

- 3月28日(土) 午前10時~12時
- 参加費無料

◆地域子育て支援センター ☎988-0134

ひなまつり会

- 3月3日(火) 午前11時~12時
- 参加費:100円(一家族) ● 定員:20組

3月のお誕生会・お弁当会

- 3月11日(水) 午前10時30分~12時
- お気軽にご参加下さい。

わくわくクラブ

- 3月25日(水) 午前9時30分~12時

第6回なかよし児童館・地域子育て支援センターまつり

- 3月21日(土) 午前9時~午後6時
- 会場:なかよし児童館・地域子育て支援センター

●まつり内容

- ・知念こずえ民謡ショー&「島心」大合唱奏
- ・吉の浦ミュージックライブ
- ・和宇慶護佐丸太鼓演舞・みんなのステージ
- ・飲食コーナー・ゲームコーナー・巨大迷路
- ・フリマ・バザーコーナー
- ・東村高江区の自然についてDVD上映

※フリーマーケット出店、みんなのステージ出演者募集中!(^o^)/

防災車を
配備しました!



国の石油貯蔵施設立地対策等補助金を利用し、今年1月に防災車1台を購入しました。今後は村内のパトロールや村民への避難勧告等の広報、各部との連絡等に活用していきます。

上門工業(株)

関連会社 東京営業所 上門工業株式会社
柏崎ユーエステック株式会社
SILVER SEED
蘇州銀精工有限公司
株式会社 リードテクノス

電気・土木・消防施設工事業
中城村排水設備指定店

(有)津城電気工事

代表取締役 呉屋正博

〒901-2413 沖縄県中城村字津覇545番地
TEL:098-895-4416 FAX:098-895-2936
E-mail:tusiro@fine.ocn.ne.jp

案内 お知らせ

中城村の人口 平成26年12月末現在

人口	19,275人	(+52)
男	9,751人	(+23)
女	9,524人	(+29)
世帯数	7,466世帯	(+23)

※()内は前月との比較

過去2年間に国民年金保険料の未納期間がある方へ

平成26年4月より、保険料の免除申請の対象期間が拡大されました。

国民年金は、所得が少ないときや失業等により保険料を納付することが経済的に困難な場合、保険料の免除申請をすることができます。

平成26年4月より、申請を行った時点から2年1ヶ月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができます。

【例】平成27年2月に申請→平成25年1月分までさかのぼって免除を受けることができます。

★未納の方には、年金機構より特別催告状が送付されています。

★未納のままにすると強制徴収対象になる場合もあります。

○国民年金保険料の免除申請には年度毎の申請書の提出が必要です。1枚の申請書で申請できるのは7月から翌年6月までの1年度分です。申請がまだの方はご相談ください。

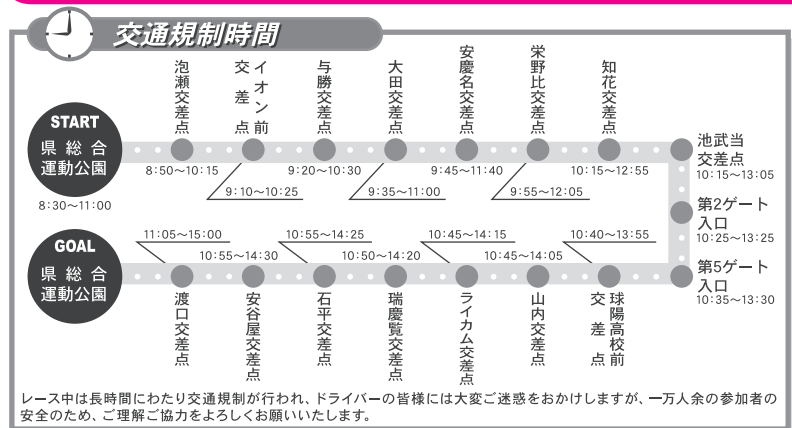
○失業等の特例免除を受ける場合は、添付書類が必要です。詳しくは下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ】 コザ年金事務所 国民年金課 ☎933-2267
中城村役場 福祉課 ☎895-1738(直通)

応援の皆様へ

1. おきなわマラソンの会場となる沖縄県総合運動公園・コースの沿道に、応援のためにお出かけの際は、なるべくバスやタクシー等の公共交通機関をご利用下さい。
2. 応援のために自家用車でお出かけの際は、コース付近では警察官及び係員の指示に従ってください。ランナーの安全確保及び緊急車両の通行の妨げになるので、コース及び反対車線への駐車はご遠慮下さい。
3. 大会会場及びコース周辺に持ち込んだゴミは、各自で責任を持って家に持ち帰るようにしてください。

2015 おきなわマラソン交通規制のお知らせ 開催日/2月15日(日)



【お問い合わせ】おきなわマラソン実行委員会 ☎930-0088

空調・衛生設備工事・浄化槽工事・保守点検業務



沖縄水質改良株式会社

代表取締役 天願 智一

本社 那覇市曙3丁目20番12号 TEL (098) 861-6321
支店 うるま市字赤道14番地6 TEL (098) 973-3914
恩納営業所 恩納村前兼久497-3 TEL (098) 965-3655

補償コンサルタント・測量・建築設計・設計監理



株式会社
沖縄ランドコンサルタント

代表取締役 桃原 昌宏

〒900-0024 那覇市古波蔵4丁目7番21号
TEL (098) 851-8845
FAX (098) 851-8846

国保税納め忘れは ありませんか？

国保加入者のみなさま、2月は国保税第8期の納付月となっておりますので、納付期限内に納めましょう。

又、3月2日までに平成26年度国保税を完納した世帯には3月下旬に新しい保険証を郵送しますので、納め忘れには注意して下さい。

☆納付期限が過ぎた納付書は、健康保険課で再発行しますので、6番窓口までお越し下さい。

【お問い合わせ】

中城村役場 健康保険課

☎895-2131(内線252・256)

電源立地交付金

平成26年度電源立地地域対策交付金を活用して整備しました。



▲中城小学校バックネット設置事業



▲中城南小学校遊具設置事業

◀中城村コミュニティバス購入事業



【お問い合わせ】

中城村役場

企業立地・観光推進課

☎895-2131(内線301)

2月は「固定資産税 第4期」の納期です!!

【口座振替での納付が便利です】

村税の納付は、便利で確実な口座振替がお勧めです。口座振替なら納付にかかる時間や手間が省けるだけでなく、ついうっかりの納め忘れの心配もなく安心です。

口座振替の申込については、下記を持参のうえご利用の金融機関窓口にてお手続きをお願いいたします。

①平成26年度納付書 ②口座振替にご利用の預金通帳等 ③通帳に使用している印鑑

※なお、口座振替日は各納付月の20日となっております。

【コンビニ収納開始!!】

平成26年度分より村税がコンビニエンスストアでも納付ができるようになりました。(ただし、30万円以下の納付書に限ります。)

期別	税目	固定資産税	村民民税	軽自動車税
第1期		6月2日	6月30日	6月2日
第2期		7月31日	9月30日	
第3期		12月25日	12月1日	
第4期		3月2日	2月2日	

2月は平成26年度『固定資産税 第4期』の納期となっておりますので、納期内納付のご協力をお願いいたします。また、納付期限が過ぎますと、お手元の納付書でのお支払いができませんのでご注意下さい。

【お問い合わせ】中城村役場 税務課 ☎895-2131(内線240・242)

*土木一式工事業・交通安全施設・標識設置業・断熱塗装・リフォーム工事業
(マサコート・フミンガラスコーティング)・電気設備工事・プラント配管工事
*機械器具設置・給排水衛生・消防設備・空調設備設置・水道施設工事業・
太陽光発電・オール電化システム設置業

特
定
建
設
業



株式会社 沖永開発

代表取締役社長 安里 邦夫

本 社：〒901-2131 浦添市牧港五丁目6番3号 電話 877-6399代 FAX 878-6674
事業本部：〒901-2302 北中城村字渡口471-1 電話 935-5801代 FAX 935-5803
中城支店：〒901-2417 中城村字伊集156番地 電話 895-2455

中城村商工会会員 国際規格 ISO 9001(品質) ISO 14001(環境)認証取得

ホームページ <http://www.okieidev.co.jp>



株式会社 与那嶺測量設計

<http://www.yonamine.co.jp/main.html>

◆ 営業種目 ◆

都市計画・補償業務・地理情報システム

本 社：〒902-0065 那覇市壺屋1丁目22番11号
TEL 098-861-2151 FAX 098-861-9120

南風原営業所：〒901-1104 沖縄県南風原町字宮平205-2宮平マンション2F
TEL 098-889-5003 FAX 098-889-5006

中城営業所：〒901-2413 中城村字津覇202-2
TEL 098-895-7175

第39回ちびっこ探検 学校ヨロン島

【期間】

平成27年3月27日(金)
～4月2日(木)

【場所】

鹿児島県大島郡与論島

【定員】

日本人小学生200名
外国人小学生100名

【対象】

1. 小学2年生～6年生
(平成27年2月末日現在)
2. ルールを守り、仲間を大切にできる子
3. 元気で自分のことを自分でできるようがんばれる子

【申込締切日】

平成27年3月5日(木)
※詳細については下記まで
お問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】

公益財団法人
国際青少年研修協会
☎03-6417-9721

脳リフレッシュ 体操教室

【開催日時】

2月18日(水)～3月25日(水)
※毎週水曜日 全6回

【時間・場所】

午前9時45分～11時30分
吉の浦会館

【対象】

40歳以上の方(村内在住又は
村内出身の方、医師より運動
制限されていない方)

【定員】

30名(先着順)

【募集締切】

平成27年2月16日(月)

【申込方法】

下記連絡先での電話申込み

【担当講師・講座内容】

仲真 迅 先生
脳トレ・ストレッチ・リズム体操・
ソフト筋トレなどを予定してい
ます。

【お問い合わせ】

中城村教育委員会 生涯学習課
☎895-3707

図書資料等の貸出事業 申請受付開始



宜野湾市民図書館 150名
西原町立図書館 150名
北中城(あやかりの杜図書館) 300名

【利用期間(毎年更新)】

平成27年4月1日～平成28年3月31日まで

【受付場所】

●3月1日/中城村民体育館
●3月2日以降/吉の浦会館事務所
※吉の浦会館が休館日(火曜日)の際は、村
民体育館内生涯学習課にて受付。

【受付期間】

平成27年3月1日(日)～
午前9時～午後5時(祝日を除く)
※定員に達し次第締め切り

【申請に必要な物】

申請者の運転免許証や保険証等、本人
確認ができるもの(申請者がやむを得
ない理由により、申請にこれない場合
は委任状・申請者の身分証明書を持参
の上、代理申請が可能です。)

※先着順です。

※受付をしないで、図書館に行ってもカー
ドは発行されません。

※1世帯で1枚のカード申請(申請者本人
のみ使用可)

【お問い合わせ】

中城村教育委員会 生涯学習課
☎895-3707

県立コザ高等学校定時制課程 特別募集について

【募集学科・課程・募集定員】

商業課・定時制課程・40人

【受付日程】

2月12日(木) 9時～17時
2月13日(金) 9時～16時

【出願資格】

勤労者で満20歳以上(募集年度の3月31日現在)
※詳しくは下記までお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】

沖縄県立コザ高等学校 ☎937-3563

中城村あたいぐあ～朝市会場 変更のお知らせ

平成27年2月から中城村あたいぐあ～朝市の会場を、
中城村浜漁港内荷さばき場へ変更致します。
今後とも変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い致します。

【朝市開催日】

毎月第4日曜日
午前9時～12時まで

【お問い合わせ】

中城村役場 農林水産課
☎895-2131(内線313)



畑を借ります

農業生産法人

株式会社 島人産業

代表取締役 島袋 稔

〒901-2406 中城村字当間983番地1
TEL 070-5690-0366

総合水処理業

水と環境の調和を旨とす

ISO 9001
認証取得

沖縄環境企画株式会社

代表取締役 大城 憲 和

本社/那覇市字仲井真107番地 支店/南風原町字新川98番地1
電話(098)831-9939 電話(098)889-3110
FAX(098)888-0346 FAX(098)888-0346

URL ▶▶▶ <http://www.oki-kan.com/>

護佐丸バス&護佐丸タクシー 実証運行実施中です!



本格運行に向けた実証運行となっております。多くの村民にご利用して頂き、ご意見などを頂戴できればと思っておりますので、お気軽に買い物、通院、通学などにご利用ください。護佐丸バス・タクシーの詳細は、チラシ又は村ホームページをご確認ください。

運行期間

平成27年1月13日～2月28日

村ホームページQRコード→

護佐丸タクシー:895-5305

ごさまるコー



【お問い合わせ】中城村役場 企画課 ☎895-2131(内線300)

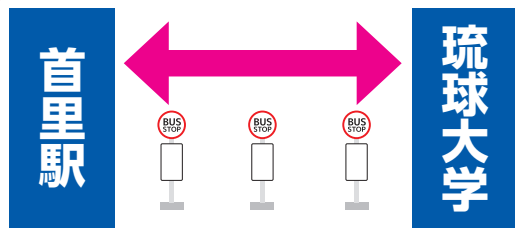
～沖縄の未来を変える足がかりに～

2月2日より バスレーン延長

朝は宜野湾市伊佐から那覇市久茂地までの8.8キロを10.4キロに。夕方は那覇市久茂地から天久までの2.2キロを浦添市牧港までの6.8キロに延長します。



モノレール・バス実証運行実施中!



中城(琉球大学構内2ヶ所)からモノレール首里駅まで行ける便利なバスです。詳しくは各戸配布のチラシ、又は県HPをご覧ください。

【お問い合わせ】沖縄県 都市計画・モノレール課 ☎866-2408



中城の栄養士だより

No.41



《管理栄養士:城間》



今回はトルコで有名なB級グルメ、サバサンドを紹介します。「サバとパンってあうの?」と思うかもしれませんが、脂の乗った焼き塩サバと新鮮な野菜を、食べごたえ抜群のフランスパンに挟んで、仕上げにレモン汁をかけたものは絶品です!今回、和宇慶のトマト農家・新垣直也さんに材料のご協力をしていただきました(∩∩) トマトの栄養素といえばリコピンが有名です。リコピンは抗酸化物質がβカロテンの約2倍含まれているためガン予防や動脈硬化予防が期待できます。さらに、リコピンはインスリンの効き目をよくして血糖値をうまくコントロールしてくれる効果があります。そしてサバの脂に含まれるEPA、DHAは血液中の中性脂肪やLDLコレステロールを低下させて、血液をサラサラにしてくれる効果が期待できます。

絶品トルコ料理!サバサンド

今日の いっぱいまいさい品



※イメージ

食品名	分量
焼き塩さば(60g)	1切れ
フランスパン	50g
トマト	30g
レタス	15g
玉ねぎ	25~30g
★ゆず胡椒	少々
★マヨネーズ	大さじ1
レモン汁	20~30cc

ポイント

さばに含まれる脂のEPAは血管を丈夫にし、血栓ができるのを防いでくれます。さらに玉ねぎの血液サラサラ作用、レモンの抗酸化作用をプラスすることで動脈硬化や、脳卒中の予防に効果を発揮します(∩∩)♪

- ①焼き塩さばに骨があれば取り除きます。
- ②野菜を準備する。
 - レタス⇒適当な大きさにちぎって水気を切る。
 - 玉ねぎ⇒縦薄切りにして水にさらした後、しっかり水気を切る。
 - トマト⇒好みの大きさに切る(角切り・輪切り)
- ③フランスパンの断面に★印の調味料をぬりひろげます。その中に焼き塩さば、レタス、玉ねぎ、トマトをはさみます。
- ④仕上げにレモン汁をたっぷりかけて、出来上がり♪♪本来はフランスパンですが、好みの食べやすいパンでお召し上がり下さい。

栄養価(1人分)
エネルギー:450kcal
塩分:2.2g