



～心豊かな暮らし 住みたい村、とよむ中城～

2022

9

金賞受賞

おめでとう!

No.305

報 広 なかぐすく



世界遺産 中城城跡のある村 中城村



今月の主な内容

表紙関連記事

- ぴらの話題! P2
- 令和4年度被保険者証の切替えについて P4-5
- お知らせ・催し・募集 P10~12
- 図書館カレンダー P15



中城村公式



中城村公式HP



中城村子育て情報サイト
す<す<1なか<す<

中城村公式HP

<https://www.vill.nakagusuku.okinawa.jp>



金賞受賞し、県代表に!!

7月24日に開催された第62回沖縄県吹奏楽コンクール小学生の部において、金賞を受賞した中城南小学校金管バンド部が浜田村長と比嘉教育長に県大会の結果について報告を行いました。

同顧問の仲泊朋子先生は「コロナ禍で大会の中止や派遣の中止、練習も制限されるなど厳しい中で練習を重ねてきました。九州大会でもいい演奏をできたらと思っています。」と抱負を語りました。

村長からは「県代表になったと聞き、とてもうれしく思っています。九州大会では演奏を頑張ることはもちろん、ぜひ楽しむことも忘れずに。」とあり、教育長からは「それぞれの練習の成果があらわれたもの。吹奏楽は一番最初の音を合わせることが大事だと聞く。皆さんも心を一つにぜひいい演奏をしていただけたら。」と激励しました。

中城南小学校は、8月19日熊本県において開催される第67回九州吹奏楽コンクールに沖縄県代表として派遣され、銀賞を受賞しました。





9月1日は防災の日でした!



あなたが住んでいる場所や地域は、どのような災害が想定されていますか?

まずは自宅周辺などの身近な場所が、どのような災害の危険性があるのかを確認しておきましょう。災害時には、一人ひとりが「自分の命は自分で守る」意識を持って、自分の判断で早めに避難行動をとることが大切です。

災害の危険性のある場所を確認しましょう!

中城村PDF版
ハザードマップ



中城村Web版
ハザードマップ



令和4年度 土砂災害・全国防災訓練



伊集・サンヒルズタウン自治会の協力のもと、6月5日に両地区で「土砂災害・全国防災訓練～避難の呼びかけ、安全の確認～」が実施されました。今回の訓練では、中城村内において大規模な地震による土砂災害や津波が発生した場合を想定して行いました。本訓練を通じ、村民一人ひとりが、日常及び災害発生時において、「自らの身の安全は自らが守る」ための行動を考え、災害に対して十分な準備を講じることができるよう防災に関する意識の高揚を図り、知識を得る機会となりました。



▲訓練の様子(サンヒルズタウン)



▲訓練の様子(伊集)

【お問い合わせ】中城村役場 総務課 ☎098-895-2131



令和4年度 小学校就学時健康診断の実施について

令和5年4月に小学校へ入学するお子さまの健康診断を下記の日程で行います。保護者同伴のうえ、健診を受けてください。

- 日 時** 令和4年10月6日(木) 午後2時開始
(※各個別指定受付時刻にお越しく下さい。)
- 場 所** 中城村民体育館
- 対 象 児** 平成28年4月2日生～平成29年4月1日生まれの子
- 持参するもの** ①就学時健康診断通知書 ②就学児童の健康調査票 ③親子(母子)手帳
※①②は、9月初旬に発送しております。



※当日健康診断を受けられない場合は、下記までご連絡をお願いします。

※新型コロナウイルスの影響により変更が生じる場合は、中城村ホームページでお知らせいたします。

【お問い合わせ】中城村教育委員会 教育総務課 ☎098-895-3276

「令和4年度中城村体育大会」を開催しました!

7月3日(日) 第40回バドミントン大会 会場:中城村民体育館メインアリーナ

3年ぶりに開催されたバドミントン大会は、男子7チーム、女子6チームの参加がありました。

男子も女子も白熱した戦いが行われました。バドミントンの大会は、チームからダブルス(2)、シングルス(1)という形式で行われています。

南上原体協は男女ダブル優勝の快挙を成し遂げました。



男子優勝 南上原体協



女子優勝 南上原体協



男子準優勝 中城団地体協



女子準優勝 屋宜体協

7月10日(日) 第44回ソフトテニス大会 会場:吉の浦公園テニスコート

梅雨明けの厳しい暑さの中、3年ぶりに開催されました。各体協から5チームの参加があり、男子ダブルス、女子ダブルス、混合ダブルスという試合形式で総当たり戦で試合進行が行われました。

前回大会に続き、久場体協は連覇を果たしております。



優勝 久場体協



準優勝 奥間体協

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策を行いながら、各競技を実施しています。

【お問い合わせ】中城村体育協会事務局(中城村民体育館内) ☎098-895-3707(直通)

子どもから大人までK-POPダンスを楽しむ

子どもから大人まで楽しめるK-POPダンスを体験してもらおうと、吉の浦総合スポーツクラブ主催のK-POPダンス教室が6月から全5回にわたって行われました。

地元出身でK-POPダンスを指導している川満有花さんを講師に迎え、流行りのK-POP音楽に合わせて楽しくレッスンを行いました。

子どもクラスと大人クラスがありどちらもダンスを楽しんで上達していくので「回数をこなすごとにどんどん上手になっていくのが実感できて楽しい」や「K-POPの音楽が好きでダンスに挑戦しようと思った」などと笑顔で話していました。7月からはサークル活動として毎週金曜日、中城村民体育館2階サブアリーナで開催中です。

- ・子ども・保護者クラス 18時～19時
 - ・大人クラス(中学生・高校生も対象) 19時～20時
- ※中学生・高校生の参加は保護者同伴とします。



▲子ども・保護者クラス教室の様子



▲大人クラス教室の様子

自分自身の身体と向き合うヨガ教室

小さい子どものいるお母さんでも通える女性限定の「ヨガ教室」を吉の浦総合スポーツクラブ主催のもと平良弥之さんを講師に迎え、6月から全5回開催されました。

産後のお母さんや女性特有の悩みやダイエットに挑戦したい方を対象に骨盤矯正とストレッチと一緒にできるヨガ教室となりました。

参加された方からは、「講師の先生の指導がとても上手で体の悩みなど気になるところもしっかり解消できる」と大変満足されていました。

7月からはサークル活動として毎週水曜日、午前9時～10時に中城村民体育館2階サブアリーナにて開催中です。



▲写真前列、左から3番目 講師の平良弥之(ひの)さん

ご自宅にもうかがいます！『マイナンバーカード出張申請』実施中！

大正生まれの知名さんが、村が実施する「マイナンバーカード出張申請」を利用してマイナンバーカードを申請しました。

役場に来庁できない方や申請方法が分からない方には、役場職員がご自宅等に出張してマイナンバーカードの申請受付を行っています。お一人でも申し込み可能です！

みなさんもマイナンバーカードを作ってみませんか？



▲知名さんのご自宅にてマイナンバーカード出張申請の様子

【詳細・お問い合わせ】中城村役場 住民生活課 ☎098-895-1737



美ら島おきなわ文化祭2022

第37回国民文化祭 第22回全国障害者芸術・文化祭

第10回護佐丸ウォーキング



身近にある世界遺産中城城跡と歴史の道をウォーキングします。歴史ガイドの説明もあり、歴史の勉強をしながら、古(いにしえ)からのメッセージに触れることができるイベントです。

※全コース階段や坂道、起伏の多いコースです。体力に自信のない方の参加は、ご遠慮ください。

主催:吉の浦総合スポーツクラブ **共催:**中城村 **後援:**中城村教育委員会・グスクの会

日時 令和4年11月6日(日)7時30分～12時 ※荒天時の場合中止

集合場所 中城村民体育館

コース案内 歴史の道が一部通行止めのため、今回は城跡へ向かうコースに変更があります!

【受付】7時30分から8時 **【開会式】**8時から8時15分

【スタート】一般コースAグループ8時30分 ※10分後にBグループ出発



A 一般コース(3km) 所要時間:2時間30分

スタート場所:糸蒲公園(中城南小学校隣)

中城村民体育館→バスにて移動→糸蒲公園(中城南小学校隣)→東太陽橋(ガイドポイント)→安里村
壺里山(消防学校近く)→キシマコノ嶽(ガイドポイント)→新垣公民館(トイレ休憩)→バスにて移動→
中城城跡(二の郭にてガイドポイント)→バスにて移動→中城村民体育館

定員 50名(2グループ)

☆各コース所要時間を設定しています。設定時間を目標に頑張りましょう!

参加料 大人300円・小人100円(運営費、保険料込※但し、傷害保険のみ)

※小学生未満無料(保護者同伴)

※荒天または災害等により中止となった場合のみ参加料を返金いたします。

参加資格 健康で大会参加に支障のない村内外の人。小学生以下は保護責任者同伴とする。

申込受付・締切 9月26日(月)～ ※定員に達した場合、受付終了となります。

★人気のあるイベントのため、早めの受付をおすすめします!

受付窓口は、9時から22時まで対応しています。但し、毎週火曜日は休館日となります。

※参加申込は、中城村民体育館窓口での受付になります。(電話受付はいたしません。)

※開催時の写真、記事等は、広報やインターネットに掲載する場合があります。

その場合、肖像権・掲載権は主催者に属します。

※新型コロナウイルス感染症等の影響により、開催が中止もしくは延期と判断される場合があります。

【お問い合わせ】吉の浦総合スポーツクラブ事務局(中城村民体育館内) ☎098-895-3707

JICA 沖縄 第2回 SDGs フォトコンテスト 作品募集

テーマ「身近なことから見つけよう! 世界とつながるうちの SDGs」

日常から「SDGs」を考えてみよう! あなたが見つけた沖縄にゆかりのある「SDGs」な写真をお待ちしています!

募集期間 2022年7月1日(金)～9月18日(日)

主催: 独立行政法人国際協力機構沖縄センター(JICA 沖縄) / 共催: 沖縄県、浦添市 / おきなわ国際協力・交流フェスティバル 2022

お問い合わせ: SDGs フォトコンテスト運営事務局(株式会社沖縄コングレ) / メール: globalfesta@okicongre.jp



応募部門・応募方法等の詳細はこちら▲

特定不妊治療費助成事業終了のご案内

中城村では、特定不妊治療(体外受精、顕微授精)を受けている夫婦に対し、その治療に要した費用の一部を助成する『特定不妊治療費助成事業』を行ってきましたが、令和4年度からの特定不妊治療の保健適用に伴い、廃止となる沖縄県特定不妊治療費助成事業に合わせて、経過措置としての助成が終了した後は廃止の予定となっております。

※沖縄県特定不妊治療費助成事業は現在、経過措置として「治療の初日が令和4年3月31日以前であり、令和4年4月1日から令和5年3月31日までの間に1回の治療が終了した者」を助成対象としています。該当する方は下記内容をご確認のうえ、治療終了後1年以内、もしくは令和6年3月31日までに申請してください。

1. 助成対象者: 下記のすべての条件を満たす夫婦

- ① 沖縄県の行う特定不妊治療費助成事業により助成を受けている夫婦
- ② 申請日において夫婦の双方又は一方が、中城村に1年以上住所を有している夫婦
- ③ 村税等を滞納していない夫婦

調査対象となる税等 ・住民税 ・固定資産税 ・軽自動車税 ・国保税 ・保育料、給食費、幼稚園使用料

2. 助成額

特定不妊治療に要した費用のうち、県の助成事業により交付を受けた助成額を控除した額。
※上限: 15万円(上限: 7万5千円の場合もあります)

3. 申請方法

下記に記載しています書類が準備できましたら、中城村役場こども課窓口へ申請してください。

必要書類

- (1) 県助成事業の特定不妊治療費助成事業承認決定通知書の写し
- (2) 特定不妊治療費助成事業受診等証明書の写し(保健所へ申請時に提出した書類です)
- (3) 当該特定不妊治療に要した費用に係る領収書の原本(全部)
- (4) 振込先口座通帳の写し(特定不妊治療費助成金請求書の記載)

※確定申告にて医療費控除をした場合は助成申請ができません。先に助成申請を行ってください。

4. 申請の際記入していただく書類 (ホームページ〈表紙QRコード〉からダウンロードできます。)

- ・ 特定不妊治療費助成事業申請書
- ・ 特定不妊治療費助成金請求書

※申請書には夫婦それぞれの署名が必要な欄がありますので、ご注意ください。

【お問い合わせ】中城村役場 こども課 子育て支援係 ☎ 098-895-2271(内線181)

軽度・中等度難聴児に対する補聴器購入費等助成申請について

助成内容 補聴器の購入または修理に要する費用の一部 **対象者** 次の要件を全て満たす18歳未満の児童

- ① 村内に住所を有していること
- ② 両耳の聴力レベルが30デシベル以上で、身体障害者手帳の交付対象とならないこと
- ③ 補聴器の装用により、言語の習得等一定の効果が期待できると身体障害者福祉法第15条第1項に規定する耳鼻咽喉科の指定医師から判断されていること

ただし、次の場合は対象外となります

- ① 助成対象児童及び助成対象児童の属する世帯員のうち、村民税所得割が46万円以上の方がいる場合
- ② 他の法令等の規定(障害者総合支援法など)による給付が受けられる場合
- ③ この助成を受けて購入した補聴器が、当初交付日から数えて耐用年数を経過していない場合(修理は除く)

必要書類、申請方法等は福祉課までお問い合わせください。

※**自費で購入した後の助成は受けられませんので、事前にご相談ください。**

【お問い合わせ】中城村役場 福祉課 ☎ 098-895-1738

国民年金の加入手続き・保険料免除申請等の電子申請について

令和4年5月より、国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請について、マイナポータルを利用した電子申請ができるようになりました。

申請には、マイナンバーカードが必要ですが、マイナポータルの情報を活用してスマートフォンやパソコンで申請書等を作成することができるため、紙の申請書より簡単に作成することができます。



また、申請結果もスマートフォン等で確認することができます。お手続きの際は、是非ご利用ください。

※詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

電子申請の対象となる手続き

- 国民年金被保険者関係届書(申出書)
- 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- 国民年金保険料学生納付特例申請書

ご用意いただくもの

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードを受け取った際に、ご自身で設定した利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)

【お問い合わせ】

コザ年金事務所 国民年金課 ☎098-933-2267(代表)

※月～金(土日祝日は除く)8:30～17:15

中城村役場 住民生活課 ☎098-895-1737(直通)

※月～金(土日祝日は除く)8:30～17:15



※詳細は年金ネットホームページ(左QRコード)をご確認ください。

後期高齢者医療保険に加入の皆様へ

令和4年度被保険者証の切替えについて

令和4年10月1日から一定以上の所得がある方の医療費の窓口負担割合の見直しに伴い、令和4年度は被保険者証が2回交付されます。現在ご使用中の被保険者証(若草色)の有効期限は令和4年9月30日です。10月からの新しい被保険者証(桃色)は9月中旬に郵送します。

令和4年10月1日

① 現在ご使用中の被保険者証(若草色)が使える期間(8月・9月のみ)

② 9月中旬に交付する被保険者証(桃色)が使える期間(10月1日から)

※令和4年10月1日からの新しい被保険者証は、9月中旬に交付します

被保険者証の有効期限にご注意ください



【お問い合わせ】中城村役場 健康保険課 後期高齢者医療担当 ☎098-895-2171



9月は村・県民税 第2期の納期です!!

9月は『村・県民税 第2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します。
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なくなり、窓口にて再発行手続きが必要となりますのでご注意ください。

令和4年度 各税の納期

期 別	税 目	固定資産税	村・県民税	軽自動車税
第1期		5月31日(火)	6月30日(木)	5月31日(火)
第2期		8月1日(月)	9月30日(金)	
第3期		12月26日(月)	11月30日(水)	
第4期		2月28日(火)	1月31日(火)	

★スマートフォン決済アプリでの納付も出来ます!詳しくは中城村役場HPをご確認ください。

★口座振替手続きは役場窓口にて!!

中城村役場税務課では、お手持ちのキャッシュカードで村・県民税等の口座振替の申込みができる「ページー口座振替サービス」を開始しています。

現在、納付書でお支払いいただいている方は、ぜひ本サービスをご利用ください!

- ▶必要書類 ①下記金融機関のキャッシュカード
②身分証(免許証) ※通帳、届出印は必要ありません。

サービス対応
金融機関

- 〇沖縄銀行 〇海邦銀行 〇琉球銀行
〇ゆうちょ銀行 〇沖縄県労働金庫 〇コザ信用金庫

★金融機関での口座振替のお手続きも可能です!

- ▶必要書類 ①納税通知書(口座振替依頼書) 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
※口座振替は各納付月の20日となっています。(20日が土日・祝日の場合には、翌営業日となります。)

【お問い合わせ】中城村役場 税務課 ☎098-895-2133(直通)

コロナ×救急医療

4月中旬から救急外来の受診者が急増していますが、多くは、発熱や咳、喉の痛みといった軽症者の受診となっております。今私たちにできることがあります。みんなで救急医療を守りましょう!

緊急でない場合は、救急受診をせず、日中に発熱外来を受診しましょう

- 発熱や咳などの症状があり、受診を希望する場合は、すぐに受診せず、下記のコールセンターへ問い合わせるか、沖縄県のホームページに掲載されている「発熱外来を行う医療機関リスト」から医療機関へ電話連絡したうえで受診してください。
- コールセンターに医療機関を案内されたら、直接行かずに、受診する前にその医療機関にも電話連絡の上、予約を入れる等の指示に従ってください。

市販薬を常備しましょう

- コロナ感染後の解熱剤の服用は問題ありません。用法・用量等を確認し使用してください。
- 激しい痛みや高熱など症状が重い場合や長く続く場合は、主治医や薬剤師に相談してください。

救急車の適正利用を心がけましょう

9月9日は救急の日!
コロナと病院受診について
確認してみましょう



出典:厚生労働省HP、沖縄県HPより

検査を受けられる医療機関の紹介や
新型コロナに関するその他の問い合わせは...



新型コロナウイルス感染症
相談窓口(県コールセンター)
098-866-2129

新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難な方へ

今般の新型コロナウイルス感染症の影響により、収入源となる業務の喪失や売り上げの減少などが生じて所得が相当程度まで下がった場合は、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な手続きにより、国民年金保険料免除申請が可能(学生納付特例も対象)です。詳しくは中城村役場までお問い合わせください。

問 中城村役場 住民生活課 ☎098-895-1737

令和4年就業構造基本調査の協力依頼

中城村では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

この調査は、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法に基づき実施する国の重要な統計調査です。

皆様により便利にご回答いただくため、パソコンやスマートフォンを使って、簡単に回答することが可能となっています。9月下旬から、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、ご回答をお願いいたします。



今回対象となっているのは、登又、久場、屋宜、北上原、奥間、南浜、北浜、南上原の一部地区です。

問 中城村役場 企画課 ☎098-895-2138

令和5年度 保育所入所児童募集案内

令和5年4月1日入所を希望する児童(0歳から小学校就学前)につきまして、入所受付を下記のとおり行います。現在保育施設に入所している児童で、継続利用を希望する方や、入所保留(待機)となっている児童も新たに申込が必要です。



▶ **対象** 村内にお住まいで、保護者が就労、就学または病気・疾病等の状態にあり、家庭において保育ができない(保育に欠ける)児童が対象です。

▶ **申込書配布場所** 10月3日(月)から中城村役場 こども課にて配布

※窓口での申込書配布時間は8:30~17:15です。(お昼時間12:00~13:00を除く)

(※中城村子育て情報発信サイト「すくすくなかぐすく」〈右下QRコード〉からも取得できます)

▶ **受付期間** 11月1日(火)~11月25日(金)までに村役場 こども課にて提出

※土日・祝祭日と、お昼時間(12:00~13:00)は除く※受付期間を過ぎてからの申込みは、待機児童となる可能性が高くなります※保育料は、世帯の所得課税状況等によって決定します。

問 中城村役場 こども課 保育・こども園係 ☎098-895-2134



「中城村農産加工新商品開発チャレンジ支援事業」の募集について

村内の農産物を活用し、新商品開発及びブランド化にむけた取組みを行う事業者を対象にした「中城村農産加工新商品開発チャレンジ支援事業」の申請を募集しております。

▶ **申込期間** 令和4年9月1日~令和4年9月30日

▶ **対象者** ・村内に本店又は事業所を有し事業を営んでいる中小企業者等(法人・個人)

・村税等に滞納のない者。ただし、新型コロナウイルス感染症の影響により一時的に納付が困難となっている事業者を除く。

▶ **事業要件** ・村内で生産された農産物を使用した商品であること。

・事業期間(令和5年2月末)までに商品開発を完了できるもの。

・商品として開発後3年以上の継続した販売が可能なもの。

▶ **対象とする農産物** 村内で生産された農産物で下記の品目を対象とします。

農産物 島にんじん、島だいこん、キャベツ、トマト、島トウガラシ、マンゴー、バナナ、サトウキビ

▶ **補助率** 対象経費の8割以内(ただし、30万円を上限とする)

問 中城村役場 産業振興課 農政係 ☎098-895-2163

※その他、事業要件等がありますので詳しくは産業振興課へお問い合わせください。

生涯学習講座参加者募集!

美ら文字ペン字教室

- ▶ 講師 **知名 律子**
- ▶ 開催日 10月20日～12月15日
(祝日除く毎週木曜日:全8回)
- ▶ 場所 中城村役場3階 会議室3-2
- ▶ 時間 10:00～11:30
- ▶ 材料費 250円程度(用紙代)
- ▶ 対象者 村内在住者(先着10名)
- ▶ 持ち物 黒ペン・下敷き
- ▶ 申込期間 9月26日(月)～10月7日(金)
※平日9:00～17:00

※来場前に検温等の健康チェックを必ずお願いいたします。
 ※本講座でのケガ・事故等への対応は、傷害保険の適応範囲の限りとします。
 ※本講座の写真等は、広報物や村ホームページ等へ掲示・掲載させていただく場合があります。
 ※本講座の開催は、変更または中止となる場合があります。生涯学習課にてご確認ください。

問 中城村教育委員会 生涯学習課 ☎098-895-2158

障がい者委託訓練生募集!

はじめてのパソコン訓練科(知識・技能)

- ▶ 募集期間 9月1日(木)～27日(火)
- ▶ 募集人数 7名
- ▶ 実施期間 11月1日(火)～令和5年1月31日(火)
(3ヶ月)
- ▶ 場所 うるま市 チャレンジドセンターていだ
- ▶ 対象者 身体(上肢、下肢、内部障害)知的、難病、精神、発達、高次脳機能障害
- ▶ 受講料 無料

※但しテキスト代、検定料、駐車場代、保険料などは自己負担

問 具志川職業能力開発校 ☎098-973-6680

あたいぐわ～朝市開催のお知らせ

- ▶ 日時 9月11・25日(日) 8:30～11:00
※天候等により中止となった場合、防災無線にて周知いたします。
- ▶ 場所 中城村役場 駐車場内
新鮮野菜や海産物、加工品等を取りそろえて皆様のお越しをお待ちしております。
出展者も随時募集しております。お気軽にお問い合わせください。

問 朝市実行委員会
 会長 伊佐盛好 ☎090-4352-8423
 事務局 金城 章 ☎090-3794-4133

中城村農業委員会行政書士による 農地法等の相談窓口の設置について

- ▶ 開設日 毎週 火曜・木曜日
9:00～16:00(12:00～13:00休憩)
- ▶ 行政書士 奥間 章夫
中城村農業委員会では、令和4年7月から、行政書士を配置し、農地法等に関する相談窓口を設置しました。
農地転用や農地の売買・賃貸借などお気軽にご相談ください。
なお、相談の際には、事前に電話予約をお願いいたします。

問 中城村農業委員会(稲嶺・比嘉) ☎098-895-2164

寄付について

一般寄付(吉の浦保育所備品購入代として)
 中城村南上原 やすらぎクリニック
 院長 西村 利英 様より 300,000円
 令和4年6月29日

中城村育英会への寄付
 中城村南上原 儀間 節子 様より
 故 儀間 良和 様の香典返しとして 50,000円
 令和4年7月28日

生涯スポーツ体験会及び新体力テスト 参加者募集!!

生涯スポーツの体験と体力テストを行います

- ▶ 主催 中城村スポーツ推進員
- ▶ 日時 令和4年10月9日(日)9:00～12:00
- ▶ 競技種目 ボッチャ・モルック
- ▶ 場所 中城村民体育館 (中城村安里190)
- ▶ 対象者 中城村内居住者

参加希望者は、下記連絡先担当者までご連絡ください。※詳細はホームページ(右QRコード)でご確認ください。

問 中城村教育委員会 生涯学習課 担当:棚原 (中城村民体育館内) ☎098-895-3707



第2回中城村吉の浦総合スポーツクラブサッカー交流大会開催!

- ▶ **主催** 吉の浦総合スポーツクラブ ▶ **後援** 中城村、中城村体育協会
- ▶ **開催日** 10月23日(日) (集合時間 8:30)
開会式 9:00 (競技開始 9:30~16:00)
閉会式 16:00~16:30
- ▶ **場所** ござまる陸上競技場
- ▶ **参加費** 1チーム6,000円(参加料・保険料込)
※後日代表者会議で徴収します
- ▶ **募集チーム数** 12チーム(中城村内、村外チーム)
- ▶ **チーム編成** 監督1名選手14名以内 ※選手は7名以上から参加可能です
(沖縄県リーグに参加しているチームは、事前に事務局にお知らせください)
- ▶ **参加条件** ①15歳以上(中学生含む)、市民サッカー愛好家であること(年齢、男女不問)
②ユニホームがあること(ない場合ビブスでも可)
③チームに1名の審判員がいること(ホイッスルは主催者が準備する)

▶ **募集期間及び申込方法**

10月12日(水)までに申し込み用紙の必要事項を記入し、吉の浦総合スポーツクラブ事務局へ提出

▶ **競技方法・競技規定**

- ① 試合方法(トーナメントまたはリーグ戦方式)最終参加チーム数により決定する
- ② 試合時間 12-3-12 延長なし
- ③ 選手交代は、前半後半を問わずいつでも何人でも認めるが、再入場は認めない
- ④ トーナメント方式の場合は、延長線は行わずPK戦を行う
- ⑤ リーグ戦方式の場合は、総当たり戦とする
なお、延長戦とPK戦は行わず、勝ち点3、引き分け1点、負け0点とする
- ⑥ 試合成立は7名の選手がいることとする
- ⑦ ボールは5号を使用する事
- ⑧ その他は日本サッカー協会の規定による

▶ **表彰** 3位まで表彰する

▶ **代表者会議** チーム代表者に後日連絡します

▶ **その他** 大会中のケガにおける補償は、主催者側が契約している傷害保険の範囲及び応急処置以外の責任は負えないことをご理解・ご了承いただいたうえでお申し込みください

問 吉の浦総合スポーツクラブ事務局(中城村民体育館内) ☎098-895-3707

『第10回護佐丸カップゴルフ大会』参加者募集

- ▶ **開催日時** 10月30日(日)11:18~
- ▶ **会場** オーシャンキャッスルカントリークラブ
- ▶ **金額** 10,990円(プレー費:9,990円昼食付/参加費:1,000円)
- ▶ **競技方法** 18ホールストロークプレイ(ダブルリペア方式)
- ▶ **募集人数** 120名(定員に達し次第、締め切り)
- ▶ **申込受付期間** 9月14日(水)~10月24日(月)
- ▶ **申込方法** 参加申し込みについては、下記までご連絡をお願いします。
- ▶ **連絡先** オーシャンキャッスルカントリークラブ ☎098-895-7788

【お願い】

※ 昼食はプレー前にご利用ください

※ 参加費は必ずプレー前に会場事務局にてお支払いください

問 中城村体育協会事務局(中城村民体育館内) ☎098-895-3707



ヘルプロ通信

ヘルプロとは…

ヘルスプロモーション(健康増進)の略です。このヘルプロ通信を通して、住民みなさんの健康づくりに関する情報を掲載していきます。



健康増進 普及月間

9月1日～30日

健康長寿をめざして健康づくりを実践しましょう!

節度ある飲酒

純アルコール1日平均20g以下に
女性や高齢者(65歳以上)の方は1/2～2/3に

純アルコール20gに相当する酒量

お酒の種類	ビール (500ml)	清酒 (1合)	ウイスキー (ダブル 1杯)	焼酎 (1/2合)	ワイン (2杯弱)	チューハイ (350ml)
アルコール濃度	5%	15%	43%	25%	12%	7%
純アルコール量	20g	22g	20g	18g	20g	20g

男性は1日平均40g以上、女性は1日平均20g以上のアルコールを摂取すると生活習慣病のリスクが高まるとされています。
週に2回は休肝日を!

▼沖縄県アルコール対策サイト



*純アルコール量計算
*AUDIT(アルコール使用障害定量テスト)
*節酒カレンダー

たばこ

禁煙できないのは意思の問題ではありません

ニコチン依存性という脳の病気なので、治療が必要です。自力で禁煙するよりも禁煙補助剤や禁煙外来を利用したほうが「楽に」「より確実に」「費用もあまりかからずに」禁煙を達成できます。

*1～2ヶ月分のたばこ代で治療できます。(個人差有)

*未成年の方も治療できます。

禁煙外来に保険が使える近隣の医療機関

海風クリニック	南上原	☎870-3322
ハートライフクリニック	西原	☎882-0810
いちよう内科あしとみ	西原	☎944-4444
ファミリークリニックきたなかぐすく	北中城	☎935-5517

健診

住民健診では
コロナ対策しています

コロナが不安で、健診控えしている方へ

住民健診は、事前予約・人数制限を行っており、健診は1時間ほどで終わります。

コロナが不安で通院を控えてしまっている方も、通院再開のきっかけに、健診を受けてください。

吉の浦会館 8:30～11:00	9月12日(月)	9月の健診は例年 空いています。 只今電話予約 受付中です。
	9月17日(土)	
	9月25日(日)	

運動

普段の生活に+10分の運動を

メタボや生活習慣病の方も+10分が習慣になれば内臓脂肪が減少し、身体状況も改善します。

70kgの男性が1年間10分早歩きをした場合、1.9kg減量効果があります。また2・3か月で血圧1.5mmHg減らす効果も期待できます。

*10分の距離なら歩く

*歩幅を広く早く10分歩く

*ながらストレッチを10分

からだを動かすことはストレス解消にも有効です!

【お問い合わせ・住民健診のご予約】中城村役場 健康保険課 健康増進係 ☎098-895-2172

10月健康カレンダー

こどもの健診

3歳児健診

実施場所：吉の浦会館

10/21 金

対象：健診2〜3週間前を目安に個別通知します。
受付時間：12:50〜

乳児一般健診

実施場所：吉の浦会館

10/22 土

対象：健診2〜3週間前を目安に個別通知します。
受付時間：8:50〜

(注) 呼び出し人数によって、受付時間が変動する可能性があります。

※新型コロナウイルスの影響により、健診や教室を延期または中止とする場合がございます。あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ】中城村役場 こども課 ☎098-895-2271

おとなの健診

集団健診 予約制

実施場所：吉の浦会館

10/7 金

対象地区：全地区
予約期間：9月16日(金)〜 定員に達し次第終了
健診時間：8:30〜11:00(時間を分けます)

※内容：血液検査などの健康診査、胃がん・肺がん・大腸がん検診等

婦人がん検診 予約制

実施場所：中城村役場多目的ホール

10/20 木

対象地区：北浜・安里・中城団地・奥間
予約期間：9月29日(木)〜 定員に達し次第終了
健診時間：13:30〜14:30(時間を分けます)

※内容：子宮頸がん検診、乳がん検診、骨粗鬆症検診

※対象地区以外の方も受診可能です。定員に達し次第、予約を終了します。

※コロナ禍においても、感染対策を行い、健診を受けて早期発見、早期予防することが大切です。

【お問い合わせ】中城村役場 健康保険課 ☎098-895-2172

ふれあい事業

実施場所：各公民館

- 安里 10月5日(水) ●北浜 10月12日(水) ●奥間 10月20日(木)
- 新垣 10月6日(木) ●登又 10月14日(金) ●伊集 10月20日(木)
- 和宇慶 10月10日(月) ●津覇 10月17日(月) ●北上原 10月25日(火)
- 浜 10月11日(火) ●泊 10月18日(火) ●南上原 10月26日(水)
- 南浜 10月12日(水) ●久場 10月19日(水) ●伊舎堂 10月27日(木)
- 当間 10月28日(金)

※ふれあい事業とは・・・80歳以上の方を対象に、各自治会が主体となって行う地域住民のふれあいを目的とした事業です。ボランティア活動としてもご参加頂けます。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、活動を中止とする場合もあります。

【お問い合わせ】中城村社会福祉協議会 ☎098-895-4081



(社) 沖縄県測量建設コンサルタント協会会員

株式会社 双葉測量設計

土木設計・測量全般・用地調査・施工管理・土質調査

代表取締役 安里 司

本社 〒902-0072 沖縄県那覇市字真地301

支社 〒901-2403 沖縄県中頭郡中城村字伊舎堂443-2

電話(098)854-4255(代) FAX(098)854-4254

http://www.futabass.com/

10月カレンダー

なかよし児童館

☎098-988-0156

ハロウィーン・パーティー

●日時：10月29日(土) 14:30〜16:30

※日程等詳細は、10月の児童館だよりに掲載予定です。

地域子育て支援センターごさまる

☎098-988-0134

10月中旬頃の予定 〜片栗粉であそぼう!〜

※詳細は10月の支援センターだよりでお知らせします。

地域子育て支援センター(ちゅらていーだ)

☎098-870-3731

石鹼素地とアロマで手作りせっけん

10月20日(木) 新里 玲子氏

調味料について知ろう講座

10月25日(火) 比嘉 夏希氏

ミネラルたっぷりの手作り味噌玉と手作りふりかけ

10月14日(金) 職員

生活のお役に立てるかも?どちらも

10:00開催です(6組限定:要予約)



地域子育て支援センター(はるむの家)

☎098-895-3344

●場 所：中城村字登又344番地1

(はるゆめこども園内)

●開所時間：9:30〜16:00(月〜金)

毎月、英語、ヨガ、ベビーマッサージ等の講座を開催しています。電話での予約も受付けています。詳しくは、QRコードをご覧ください。親子で、お気軽に遊びに来てください。お待ちしております。



※なかよし児童館及び子育て支援センターで予定されている行事等は新型コロナウイルス感染拡大の動向により延期、または中止になることがあります。ご了承ください。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

わかりやすい料金設定でのご葬儀を案内しています

大切なご家族のために安心のご葬儀を真心を込めてお手伝いいたします

お電話のご相談

相談無料

費用がご心配の方お問い合わせください

他社との比較OK

24時間対応

家族葬の事前相談が増えています

中城の葬儀社

知名葬儀社



中城村字登又124番地
代表 知名 誠太

098-

943-5686

中城村 護佐丸歴史資料 図書館



中城村の人口 令和4年7月末現在

人口	22,299人	(+53)
男	11,158人	(+33)
女	11,141人	(+20)
世帯数	9,466世帯	(+38)

※()内は前月との比較

10月 護佐丸歴史資料図書館 資料図書室カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

● 休館日です。 ■ 午後5時閉館です。

開館時間

【資料図書室】

月・水～金 10:00～19:00
土・日 10:00～17:00

【中城歴史展示室】

月・水～日 10:00～17:00

休館日

毎週火曜日、毎月第3木曜日（資料整理日）
慰霊の日、年末年始、特別整理期間
祝日の翌平日（振替休館）

☎ 098-895-5302

特別整理期間(蔵書点検)のお知らせ

9月14日(水)から9月28日(水)まで、特別整理期間(蔵書点検)のため休館いたします。

期間中は、1階歴史展示室・学習室等も休館となります。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

♪ 図書館Q&A ♪

「蔵書点検」ってなに？

「蔵書点検ってなに?」「長い期間図書館をお休みにして何をしているの?」という疑問にお答えします。

蔵書点検は、図書館が所蔵している資料(蔵書)を点検する作業で、行方不明のものがないか、破れたり汚れたりしていないか、資料と管理データが一致しているかなど、一冊ずつ入念にチェックする作業のことです。必要があれば本棚を移動することもあります。

このように大がかりな作業なので、半月ほどかけて職員全員で取り組みます。

皆さまによりよいサービスを提供するために欠かせない大切な作業なのです。

図書館からのお知らせやイベント情報は、図書館のブログやごさまる通信(図書館通信)などにも掲載しています。是非ご覧ください。

図書館のブログ > <http://loh530.ti-da.net/> >
右側のQRコードからも見られます



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 那覇市首里石嶺町3丁目8番地1 TEL (098) 886-6321
支店 うるま市宇赤道14番地の6 TEL (098) 973-3914
恩納営業所 恩納村前兼久497番地の3 TEL (098) 965-3655
南城営業所 南城市玉城字玉城48番地の1 TEL (098) 917-5900



学童補助スタッフ講習

開催日:11月15日(火)

開催地:沖縄市内 / 受講料:無料

中城村内にお住いでシルバーセンターに入会を希望する60歳以上の方お問合せ下さい!

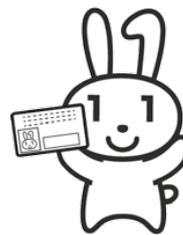
高齢者活躍人材確保育成事業

(公社)沖縄県シルバー人材センター連合
TEL (098) 871-0330



『マイナンバーカード出張申請受付』サンエー西原シティーで開催!

- ▶ **日程** 9月25日(日)
- ▶ **時間** 10:00~18:00(12:00~13:00を除く)
- ▶ **会場** サンエー西原シティー(1階 電気館側コート)
- ▶ **持ち物**
 - ・本人確認書類を下記の中から、いずれか2点
(運転免許証・パスポート・健康保険証・介護保険証・医療受給者証など)
 - ・通知カードまたは個人番号通知書(紛失の場合はなくても可)
 - ・住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)
 - ・ご自宅に郵送で届いているQRコード付きの個人番号カード交付申請書をお持ちの方はご持参ください。



※15歳未満の方は、必ず法定代理人(親権者)が同行してください。(親権者も本人確認書類2点が必要です)
※ご予約は不要です。

マイナンバーカードは年金や各種保険、税の申告の手続きに必要で、健康保険証としても利用できます。令和5年4月からはコンビニで住民票、印鑑登録証明書、戸籍、戸籍の附票、所得課税証明書を取得でき、令和6年度には運転免許証とも一体化される予定です。

令和4年9月末までにマイナンバーカードの申請をした方は、**最大2万円相当のポイント**がもらえるマイナポイント事業の対象となります。**申請はお早めに!**

問 中城村役場 住民生活課 ☎098-895-1737

いっぺーまーさん栄養教室のご案内 おしゃれで健康的なごはんが食べたい **カフェごはん**

健康的なごはんを作りたいけどいつも同じメニューになりがち・・・
夏野菜をたっぷり使ったカフェで食べる様な普段とは違った身体に優しいメニューを紹介。



実習: 夏野菜を使った、ヘルシーメニュー

講話: ビタミンの話

日程 9月29日(木)9:45~13:00/9月30日(金)9:45~13:00

場所 吉の浦会館 調理室・中会議室

定員 各日6人

持物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具

参加費 無料

予約 9月15日(木)より受付を開始します。役場健康保険課までお電話ください。
※対象は中城村民の方に限らせていただきます。※日程・内容が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。



【お問い合わせ】中城村役場 健康保険課 ☎098-895-2172