

2024.2

No.322



広報

中城が好き ～誇りと愛着が生み出す とよむ中城～

なかみ

今月の主な内容

- 国民健康保険加入者の方へ…………… P9
- 2月は「固定資産税 第4期」の納期です!! …… P11
- お知らせ・催し・募集…………… P12～16
- ヘルプライン通信…………… P17
- 図書館カレンダー…………… P19



友だち登録はこちら



中城村公式HP



中城村公式HP



なかみすくすく！
中城村公式HP

中城村公式HP

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



令和6年 中城村「はたちの集い」

輝かしい新春の幕開けとともに、令和6年 中城村「はたちの集い」を開催しました。中城村の二十歳を迎える対象者283名のうち、男性67名、女性48名が式典に参加し、新たな門出の一步を踏み出しました。



新成人代表あいさつ よざりょうま 與座 怜真さん

今日まで育て上げてくれた両親や家族、そしてご指導いただいた先生方、地域の方々、そして諸先輩方に本日私たちが無事二十歳を迎えたことを報告するとともに、感謝の気持ちを伝えます。(中略)ここ中城をふるさととするもの同士、これからも困ったときには助け合い、支え合いながら、一人一人が責任ある大人という自覚と向上心を持ち、前進することをここに誓います。



令和6年 中城村初興し(ハチウクシー)

1月5日(金)、吉の浦会館において「令和6年 中城村初興し」が開催されました。多年にわたり、村勢発展とスポーツ振興等の向上に顕著な功績を残された村功労者・善行者への表彰が行われ、浜田村長より表彰状が授与されました。



【功労表彰者】花城 伸吉
【善行表彰者】伊集 信世・新垣 光春
株式会社あかりみらい

令和5年度 童話・お話・意見発表大会を開催!

第47回中城村童話・お話・意見発表大会が、令和5年10月21日(土)に開催され、村内小学校の児童3名が、これまでの練習の成果を堂々と披露しました。

審査の結果、最優秀賞に選ばれた児童2名が、令和5年11月11日(土)に開催された第34回中頭地区童話・お話・意見発表大会に出場し、優良賞に選ばれました。

低学年の児童が手振りや身振りを交え、元気よく童話の発表を行い、高学年の児童が、自身の体験から得たものや、学んだことを発表しました。



審査結果

第47回 中城村童話・お話・意見発表大会

低学年の部

最優秀賞 大城 陽幹(中城小学校3年)

優秀賞 喜納 謙勇(津覇小学校2年)

高学年の部

最優秀賞 上田 杏樹(中城小学校6年)

第34回 中頭地区童話・お話・意見発表大会

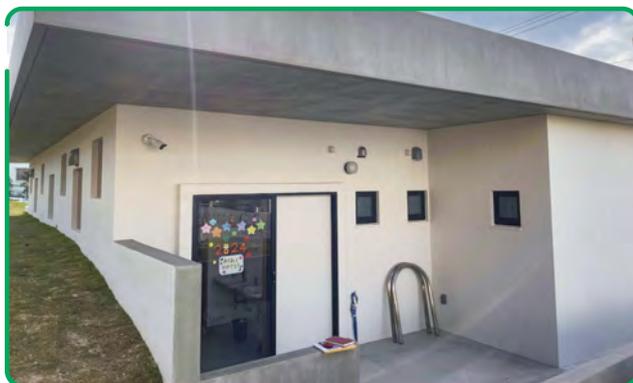
優良賞 大城 陽幹(中城小学校3年)

上田 杏樹(中城小学校6年)

「子ども第三の居場所」B&Gわらびいくらぶ 協定書調印式・内覧会

令和5年12月6日(水)「子ども第三の居場所」協定書調印式および内覧会が、B&Gわらびいくらぶ(南上原 竹口原公園内)にて執り行われました。わらびいくらぶは平成28年度より事業開始し、この度、公益財団法人B&G財団より助成を受

け、移転・開設となりました。現在、一般社団法人HOMEおかえりへ委託運営を行っております。今後も、子ども達が社会を生き抜く力を育むことを目的とし、生活支援・学習支援・食事支援・体験活動を行ってまいります。



「子ども第三の居場所」B&Gわらびいくらぶ についてのお問い合わせ先
こども課 子育て支援係 ☎098-895-2272 [新垣・野原]

大健闘! 第43回中頭郡駅伝競走大会で中城村が優勝!



令和5年12月17日(日)、読谷村残波岬公園内で第43回中頭郡駅伝競走大会が開催されました。中頭郡6町村の選手たちが参加し、強い風が吹く中、中城の選手たちが力を発揮し、32年ぶりの優勝を達成しました。補員メンバーで構成された混成チームも参加し、自分の自己記録更新に向けて一人一人、懸命に走りました。



第1区 3位 児玉 明紀



第2区 1位 當山 くらら



第3区 2位 金畑 怜穂



第4区 1位 吉元 哲兵



第5区 1位 金城 梨花



第6区 1位 嘉手納 丞平



第7区 2位 兼次 祐希



混成チーム 第1区 波平 政俊



混成チーム 第3区 島袋 樹希也



混成チーム 第4区 金城 湧人



混成チーム 第6区 浅田 訓宏

誰でもマイペースに挑戦できる!第51回ごさまるトリムマラソン大会開催

中城村体育協会が主催した第51回ごさまるトリムマラソン大会が、1月14日(日)に盛大に開催されました。参加者は幅広く、小さな子どもから大人まで700名が自分の目標タイムに挑戦し、健脚を競いながら心地よい汗を流しました。マラソンの後には、美味しい沖縄そばとソーセージが提供され、さらには5年ぶりに復活したアトラクション(ダンス披露)やお楽しみ抽選会が参加者を楽しませました。

今回の大会は、多くの企業から協賛として賞品提供や寄付があり、その支援によって運営されました。ご協賛いただいた企業の皆さま、心より御礼申し上げます。沖縄ホーメル様からは、ソーセージも提供され、参加者からは「来年も挑戦したい」「走った後の食事が美味しかった」「イベントが盛りだくさんで楽しかった」といった喜びの声が寄せられました。



◀ 大会結果につきましては、中城村体育協会ホームページをご覧ください。

プロバスケットボール選手による『夢』授業

～日本生命保険相互会社との包括連携協定による取組～

昨年、中城村と包括連携協定を結んだ日本生命保険相互会社那覇支社が主催する“DREAM HOOP PROJECT in 沖縄”の一環として、1月12日(金)中城中学校で『夢』をテーマにした特別授業が開催されました。琉球ゴールデンキングスの今村佳太選手、3×3女子バスケットボールの桂葵選手、杭州2022アジアパラ大会車いすバスケットボール日本代表の堀内翔太選手がプロになるまでの道のりなどを1年生約220人に向け、講話してくださいました。

今村選手は「向上心なくして、成長はない。夢は必ず叶うものではない。ただ、夢中になれるものを何か一つでも持っていれば、もし叶わなくても今後の人生の為になる。」と自分の夢に胸を膨らませる子どもたちに、エールを送りました。

また、講話の後には、講師3人と芸人の麒麟・田村さんによるバスケットボール教室が行われ、子どもたちが一流の選手とともにボールに触れたり、シュート練習をしたりなどまさに『夢』のある時間を過ごすことが出来ました。



「第29回2024おきなわマラソン」交通規制ご協力をお願い

▶開催日時 2月18日(日) 9:00スタート

▶交通規制時間 ※ランナーの皆さんへ。交通規制時間は、ランナー走行の制限時間ではありません。



レース中は長時間にわたり交通規制が行われ、ドライバーの皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、一万人余の参加者の安全のため、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

レース中はドライバーや沿道の住民、輸送関係者の皆さまには大変ご迷惑をおかけします。警察官や大会役員の指示、案内標識などに従って交通規制へのご協力をお願いいたします。
応援などでのコース路上の駐車は非常に危険ですのでご遠慮ください。

【お問い合わせ】おきなわマラソン実行委員会 ☎098-938-0088

ご連絡
ください!

村外の認可外保育施設に通う園児の保護者の方へ ～給食費無償化事業のご案内～

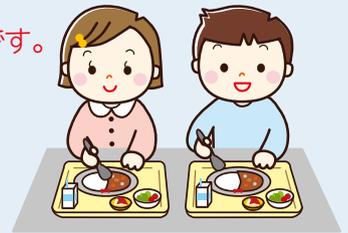
中城村では物価高騰等に直面する保護者の経済的負担を低減させ、家庭の生活環境と子育て支援の向上を目的に、村内外の保育施設に通う園児の給食費の補助を行います。

※村内の認可保育施設に通う園児の保護者の方につきましては、申請等は不要です。

- ▶対象期間 令和5年12月～令和6年3月
- ▶対象者 中城村内に在住し、保育施設に通う園児
- ▶助成額 0～2歳児：一人当たり5,200円、
3～5歳児：一人当たり6,500円を上限とし補助いたします。

※保育施設毎に設定された給食費(徴収分)と上限額のどちらか低い方が補助額となります。

無償化



- 12月以降保護者が給食費を納めた場合、返金となります。
詳細は以下の番号までお問い合わせください。

詳しくは
こちら



【お問い合わせ】こども課 保育・こども関係 ☎098-895-2134

認知症高齢者見守り事業～どこシル伝言板～

中城村では認知症の人が安心して暮らせるまちづくりを目指し、QRコードを活用した見守りサービス「どこシル伝言板」を導入しました。

本事業は「中城村認知症高齢者等見守り情報登録事業」の一環として実施しております。

導入を希望される方は福祉課までお問い合わせください。

【お問い合わせ】福祉課 ☎098-895-1738



導入の前に
『中城村認知症高齢者等見守り情報登録事業』の申請が必要です。
まずは、福祉課へお問い合わせください。

福祉課では「認知症ガイドブック」も
配布しております。

読み取ると
発見者の手順を
確認できます



24時間365日OK

夜間も伝言板を通じてやりとりが可能。登録した方へ瞬時に発見通知メールが届きます。

個人情報の記載不要

氏名・住所・連絡先の記載は不要なので安心です。

声かけをしやすい

ラベル・シールを貼っておくことで、発見者が声をかけるきっかけになります。



中城村シニア世代生活支援商品券の使用期限が迫っています!

新型コロナウイルス感染症による物価高騰等への対応として配布しました『中城村シニア世代生活支援商品券』について、**使用期限が今月29日(木)まで**となっております。

お手元に未使用の商品券はありませんか?

商品券は期限内に全て使いましょう!



【お問い合わせ】企画課 企画調整係 ☎098-895-2138

特定不妊治療費助成事業のご案内

中城村では平成27年よりスタートした『特定不妊治療費助成事業』を令和5年度をもって終了いたします。助成を受ける予定の方はお早めにご申請ください。



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

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(県要綱第4条別紙のC及びFの場合は上限: 7万5千円)

3. 申請方法及び申請期間

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。

※申請期間は治療終了後1年以内かつ令和6年3月31日まで!!

(期限を過ぎてからの申請は受理することができませんので、必ず期限内にご申請ください)

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)
- (5) 婚姻をしている夫婦であることを証明できる書類
- (6) 村民税等の滞納がないことを証明できる書類
- (7) 印鑑(夫婦それぞれの印鑑が必要です)

・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

※1月1日現在中城村在住の方は(5)(6)が省略できる場合があります。事前にご確認ください。

※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。先に助成申請してください。

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】こども課 子育て支援係 ☎098-895-2271(内線184)

国民健康保険加入者の方へ 被保険者証は、コスモス色から **そら色** へ!

国民健康保険 被保険者証(保険証)の切替えについて

現在お持ちの国民健康保険 被保険者証(保険証)の有効期限は、3月31日です。

4月1日からは使用できませんのでご注意ください。なお、保険証は以下の方法で切替えになり、対応が異なりますので、ご確認をお願いします。

1. 郵送での保険証切替えの方

**2月29日までに
保険税を完納した世帯**



3月31日までに、**新年度の被保険者証を簡易書留で郵送いたします**ので受取りをお願いします。コスモス色の保険証は期限を過ぎると使用できません。中城村役場 1階 健康保険課4番窓口へお持ちいただくか、ご自身で破棄してください。

2. 窓口にて保険証切替えの方

**保険税に未納がある世帯
または
2月以降に
国保へ加入した方がいる世帯**



郵送での切替えはできません。

中城村役場 1階 健康保険課4番窓口での切替えになります。下記の期間中に必要なものをご準備のうえ手続きをお願いします。

【切替え期間】

3月11日(月)～29日(金) (土日・祝日を除く)

8:30から17:15まで(12:00～13:00を除く)

【必要なもの】※①～③まですべて持参してください。

- ①現在お持ちの保険証または3月に郵送される「切替えお知らせはがき」
- ②来庁される方の顔写真付き身分証明書(免許証など)
- ③国保税の領収書(3月1日以降に納付した場合、納付確認が必要なため領収書を持参ください)

※納付が困難な場合は納付相談を行っておりますので、放置せず早めにご来庁ください。

【お問い合わせ】

健康保険課 国保係 ☎098-895-2171

みんなで守ろう!飼い主の6か条

住宅地におけるペット(犬猫等)の逸走、咬傷被害、放し飼い、鳴き声による騒音被害等の相談が相次いでいます。飼い主になるということはすべてに責任をもつことです。「ルールやマナーを守り、周辺地域に迷惑をかける責任」を果たしましょう。

① 病気の知識と予防

動物の病気や感染症等について正しい知識を持ち、その予防に必要な注意を払いましょう。



④ 逸走防止

動物が逃げ出して人に危害を加えたり、迷子にならないよう、必要な対策をとりましょう。



② 終生飼育

動物の種類や習性を正しく理解し、動物がその命を終えるまで飼い続けましょう。



⑤ 身元表示

飼い主がわかるよう、首輪や迷子札、マイクロチップ等をつけましょう。



③ 迷惑防止

鳴き声や毛、羽根毛の飛散、臭い、排せつ物など、日頃から周囲の方への配慮を心がけましょう。



⑥ 繁殖制限

飼っている動物が増えすぎて管理ができなくなることを防ぐよう不妊・去勢手術をしましょう。



【お問い合わせ】住民生活課 生活環境係 ☎098-895-2132

公的年金の普及・啓発動画 ～公的年金はみんなの強い味方～

公的年金制度の普及・啓発を図るため、厚生労働省や日本年金機構では様々な動画を作成しています。

公的年金制度のメリットや国民年金保険料の納付方法および免除・猶予制度について、高校生から20歳前後の若年層の方々向けにアニメーションを用いてわかりやすく伝えることで、年金を身近に感じて、制度の理解を深めていただくことを目的とした動画です。



ここでご紹介した動画は、機構ホームページに掲載しています。

右の二次元コードまたは以下のURLからご覧ください。

【年金について学ぼう】<https://www.nenkin.go.jp/service/learn/index.html>

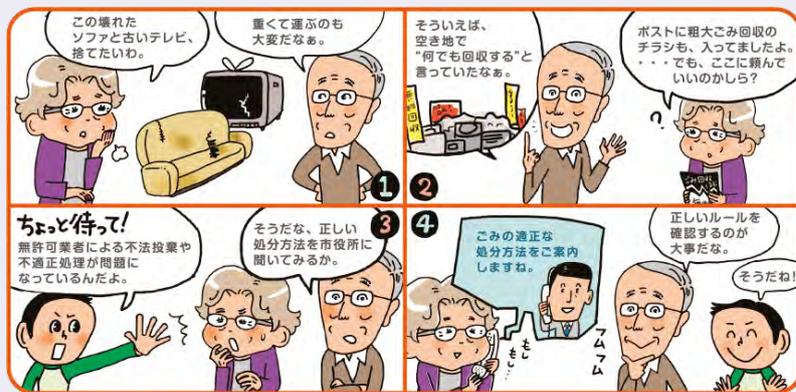


【お問い合わせ】コザ年金事務所 国民年金課 ☎098-933-2267(代表) (自動音声→②→②)
月～金(土日祝日は除く) 8:30～17:15

廃家電や粗大ごみなど、廃棄物の処分に「無許可」の回収業者を利用しないでください!

～家庭のごみは、市町村の責任の下で適正に処理する必要があります。

市町村の許可や委託を受けずにご家庭のごみを回収業者が収集することは認められていません!～



(環境省HP参照)

Q. 「無許可」の廃棄物回収業者とはなんですか?

A. ご家庭の廃棄物を市町村の委託を受けずに、違法に回収している業者のことです。

Q. なぜ「無許可」の廃棄物回収業者に廃棄物の依頼をしてはいけないのですか?

A. 廃棄物の無許可の廃棄物回収業者に引き渡すと、法を守った適正な処理が確認できないからです。

※不法投棄、不適切な処理・管理による火災などの事例が報告されています!

Q. ちらしやホームページを見ると、ある回収業者は「産業廃棄物処理の許可」を持っているようです。この業者になら、廃棄物の処理を依頼しても問題ないですか?

A. ダメです!ご家庭の廃棄物を回収できるのは、「家庭系一般廃棄物処理の許可」を持つ業者です!

Q. 廃家電や粗大ごみなどの廃棄物を正しく処分するには、どうすればいいですか?

A. 中城村が案内するルールで処分してください!

※ごみの分別方法・出し方について詳しくは、中城村役場ホームページ(右QRコード)をご確認ください。



2月は「固定資産税 第4期」の納期です!!

▶納期限 2月29日(木)

▶振替日 2月20日(火)

※納期限が過ぎますと、お手元の納付書でのお支払いができなくなり、税務課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。また、納期限内での納付が困難な方などにつきましては、納税相談も受け付けておりますので、期限までに必ず中城村役場 税務課までご連絡ください。

★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「地方税お支払いサイト」(右QRコード)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 税務課にて、お手持ちのキャッシュカードで固定資産税等の口座振替の申込みができる「ペイジー口座振替サービス」を開始しています。現在、納付書でお支払いされている方は、当サービスのご利用をご検討ください。

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

サービス対応金融機関



● 沖縄銀行

● 海邦銀行

● 琉球銀行

● ゆうちょ銀行

● 沖縄県労働金庫

● コザ信用金庫

● 沖縄県農業協同組合

★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

【お問い合わせ】税務課 資産税係 ☎098-895-2133

イオンモール沖縄ライカム確定申告会場開設について

▶確定申告会場 イオンモール沖縄ライカム(3階 イオンホール)
北中城村字ライカム1番地

▶開設期間 2月16日(金)～3月15日(金) ※土日、祝日を除きます。

▶受付時間 9:00～16:00

(混雑の状況に応じて、早めに受付を終了させていただく場合がございます。)

▶入場整理券の ① LINE(オンライン事前発行)

入手方法

LINEで国税庁をお友達追加することで、トーク画面より相談を申し込むことができます。入場の際には、完了画面をご提示ください。

② 入場整理券(当日券)の配布場所

● 8:30から10:00…………… 1階正面玄関のグランドスクエア入口

● 10:00以降…………… 3階イオンホール入口

国税庁LINE
公式アカウント



沖縄税務署からのお願い

確定申告会場は、非常に混雑することが見込まれますので、国税庁YouTube動画を参考にさせていただき、ご自宅からスマホやPC(マイナンバーカード方式)を利用したe-Tax(電子申告)での提出をお願いします。

【お問い合わせ】沖縄税務署 ☎098-938-0031

4月から学校給食費を改定します

学校給食費は、全て食材の購入費用に充てており、平成21年4月の改定以降15年間据え置きとなっています。この間、消費税率の引き上げ(5%→8%→10%)や食材価格の値上がりに対しては、献立の工夫や食材の選定などにより対応してまいりました。しかし、長期化する食材価格の高騰により給食の質を維持していくことが困難になったため、令和6年4月から別表のとおり給食費を改定させていただきます。

また、経過措置として、学校給食費改定分(値上げ額分)の50%にあたる月額200円を村が負担する予定です。保護者負担額は、令和6年度予算成立後に正式決定となります。

今後とも、おいしくて安全・安心な学校給食の提供に努めてまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

| 区分 | 現行 | 改定後 | 令和6年度学校給食費 保護者負担額(予定) |
|-----|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 小学校 | 月額 4,100円 (1食あたり230円) | 月額 4,500円 (1食あたり250円) | 月額 4,300円 |
| 中学校 | 月額 4,600円 (1食あたり260円) | 月額 5,000円 (1食あたり280円) | 月額 4,800円 |

問 学校給食共同調理場 ☎098-895-5701

生涯学習講座参加者募集

アンガーマネジメントとストレスマネジメント

「ストレスの本質を理解してアンガーマネジメントしてみよう」



- ▶ **講師** 宮城 政也(琉球大学 教授)
- ▶ **開催日** 3月7日(木)・8日(金)〈全2回〉
- ▶ **時間** 19:00~20:30
- ▶ **場所** 吉の浦会館 中会議室
- ▶ **持ち物** 筆記用具
- ▶ **参加費** 無料
- ▶ **対象者** 村内在住者(先着20名)
- ▶ **申込期間** 2月13日(火)~定員に達するまで
※平日9:00~17:00

確認事項 ※お申込みは、申込期間に下記へお電話ください。
 ※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

ぎのわん皮フ科

2月14日(水)
新開院

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 10:00~13:30 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 15:30~18:30 | ● | ● | ● | — | ● | — |

休診日/木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日
 旧盆(旧暦7月13日~15日)・年末年始(12月30日~1月3日)



〒901-2204 沖縄県宜野湾市上原1-12-8 TEL.098-943-3649 院長 山城 充士

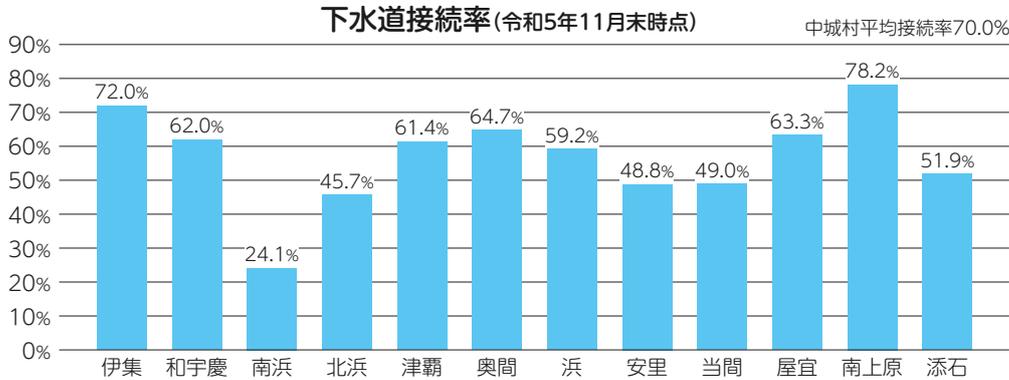


ホームページ

下水道接続可能地域の皆さまへ 補助金制度を活用しませんか？

現在、中城村では宅地内の浄化槽又は汲み取り式便所を廃止し公共下水道へ接続した方へ一部工事の費用を補助する制度を行っております。是非、ご活用ください。

| 浄化槽の種類 | 補助額 |
|---------------|-------------|
| 合併浄化槽 | 上限 50,000円 |
| 単独浄化槽・汲み取り式便所 | 上限 100,000円 |



問 上下水道課 下水道係 ☎098-895-5280

第4回中城村フットボールワールドカップ 開催!



当日は、焼肉屋台、キッチンカーの出店もあります!
国際色豊かなチームが多数出場予定。お気軽にご参加ください!



- ▶主催 吉の浦総合スポーツクラブ
- ▶協力 護佐丸フットサルクラブ、中城村商工会青年部
- ▶開催日 3月3日(日) ※予備日:3月17日(日)
●集合時間8:30 ●開会式9:00 ●競技開始9:30~17:00 ●閉会式17:00~17:30
- ▶会場 ござまる陸上競技場
- ▶大会参加費 1チーム8,000円(参加料、保険料込) ※後日代表者会議で徴収します。
- ▶申込期間 2月26日(月) 別紙申込用紙に必要事項を記入の上、吉の浦総合スポーツクラブ事務局まで提出してください。
※その他参加資格など詳細につきましては、中城村体育協会ホームページ(右QRコード)をご覧ください。



問 中城村体育協会事務局(中城村民体育館内) ☎098-895-3707
FAX 098-895-3091 担当 ハリセ ケンホウ 携帯 090-6862-7054

工事内容

リフォーム工事全般 店舗改装
増築工事 防音工事 エクステリア工事



玄関ドア(1day)取替え、アルミ格子、手すり、テラス、カーポート

防水・塗装工事 電気工事
水道工事 瓦葺き工事

今!リフォーム工事をご検討中の皆さまへ



おすすめ エクステリア工事

1dayリフォーム
工事費 26万円~ (税込)
玄関ドア取替 1日で完成!!
(各種あり)

他、目隠しフェンス、カーポートなどなどお気軽にお問い合わせください

サノハタは3社見積りをオススメします

FREE 0800-919-0114 営業時間(月~土) 9:00~17:00

合同会社サノハタ 〒904-2143 沖縄市知花5丁目17-20 ※急な台風被害や雨漏り等に備えて切り取って保管ください ※土日・祝日のご来店の際は事前にお問い合わせください

あたいぐわ～朝市開催のお知らせ

▶日時 2月11日・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さまのお越しをお待ちしております。
 出店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

マイナンバーカードの休日および平日夜間交付(事前電話予約制)

マイナンバーカード交付通知書(白いハガキ)が届いた方で、平日開庁時間内に来庁できない方は事前電話予約にて休日または平日夜間にマイナンバーカードの交付(受け取り)ができます。**定員がありますので電話予約はお早めにお願ひします。**

受け取り日時

- 2月15日(木) 17:45～19:45 まで
- 2月25日(日) 9:00～11:40 まで
- 3月10日(日) 9:00～11:40 まで
- 3月14日(木) 17:45～19:45 まで

問 住民生活課 住民年金係 ☎098-895-1737

企業版ふるさと応援寄付として



株式会社 富士建設より

300,000円
 令和5年11月21日



株式会社 要建設コンサルタントより

100,000円
 令和5年12月1日

多額の寄付を賜り誠にありがとうございました。

広告



沖縄弁護士会所属
 代表弁護士
 久保以明(29685)

「**相続の相談がしたい。**できればいつもの街で」

そんなあなたへ **お得な情報!** なんでも話せる **無料相談会** はじめました

土曜相続無料相談会【要予約】 10:00～16:00

弁護士法人 琉球法律事務所 ライカム支店

2/3・2/10・2/17

住所 〒901-2306 中頭郡北中城村字ライカム403番地
 FOREST MARKET ライカム 2F

予約枠には限りがあります! まずはお電話を。

ご予約: **0120-927-122**

予約受付時間
 平日 9:00～17:30

琉球法律事務所 無料相談会



初!夜空の映画鑑賞会

令和5年11月18日(土) 地域活性化事業の補助金を活用して『夜空の映画鑑賞会』を開催しました。天気が悪い中、たくさんの区民の方にご参加いただき、楽しい時間を過ごすことができました。

暖かくなったら、第2弾を企画したいと思います。



令和5年11月26日(日) 添石敬老会・学事奨励会

添石公民館にて、敬老会及び学事奨励会が行われました。

添石地区の学事奨励会では児童の校歌斉唱と、自治会長から帳面(ノート)の授与が伝統として行われ、会場はお年寄りや子どもたちで賑やかな雰囲気でした。



家庭ごみの自己搬入について

引越しや家の清掃等で多量に出たごみ(草木含む)を村内にある中北清掃事務組合・青葉苑に搬入することができます。下記の条件と方法で申し込みが必要になりますので、ご注意ください。

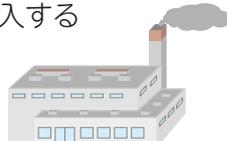
- 1** きちんと分別し、住民生活課へごみを載せて行く



- 2** 住民生活課にてごみ搬入申請をし、搬入許可証を受け取る



- 3** 搬入許可証を持って、中北清掃事務組合・青葉苑へ搬入する



- 4** 計量票を受け取り、役場に戻り、手数料の支払いをする
(※10kgにつき60円の手数料の支払いが必要です)



必要に応じて身分証の提示をお願いする場合があります。

- ① 一時多量ごみ(引越しや家の清掃等で出た多量ごみ)は、ご自身で搬入してください。業者の搬入は認められません。処理を業者へ委託している場合は、役場まで同行をしてください。
- ② 自己搬入をする際には、役場窓口で発行する搬入許可証が必要になりますので、搬入当日に住民生活課窓口で手続きを行ってください。※搬入許可証は当日のみ有効となります。
- ③ 衣類や段ボール等の古紙類の資源ごみは、青葉苑には搬入できません。

自己搬入 受け入れ日時

月・火・水 9:00~11:00 / 13:00~16:00

(15:30までに役場で受付を済ませてください)

問 住民生活課 生活環境係 ☎098-895-2132

2024年2月 プロサッカーキャンプのお知らせ!

東京ヴェルディ



📍開催場所

ごさまる陸上競技場
(吉の浦公園内)

📅キャンプ期間

2月1日(木)~7日(水)

大宮アルディージャ
VENTUS



📍開催場所

ごさまる陸上競技場
(吉の浦公園内)

📅キャンプ期間

2月12日(月)~17日(土)

キャンプ日程は各チームの公式オフィシャルサイトをご確認ください。

📞 産業振興課 商工観光係 ☎098-895-2163

栄養士だより

バレンタインデーもあって、普段よりチョコレートの誘惑が多い季節ですね。チョコレートの原料であるカカオには食物繊維やポリフェノールが含まれており、健康効果が期待できますが、一般的に脂質や砂糖を多く含むので食べる量には注意が必要です。

間食の目安は200kcal程度です。板チョコ1枚(50g)は280kcalなので目安にしてください。

今月のいっぺーまーさい品

レンジで簡単 米粉のココア蒸しパン



(材料)
米粉 …………… 80g
ミルクココア…………… 20g
ベーキングパウダー ……3g
☆砂糖(お好みの甘味料) ……5g
☆たまご …………… 1個
☆豆乳(または牛乳) …… 80g

(1人分 1/6カット)
エネルギー76kcal / たんぱく質2.4g / 脂質1.8g / 炭水化物13g / 食塩相当量0.1g / 食物繊維0.5mg

作り方

- 1 耐熱容器に☆を入れ混ぜる。
- 2 米粉・ミルクココア・ベーキングパウダーを加えて混ぜる。
- 3 高いところからトントンして空気抜きをする。
- 4 電子レンジ600Wで2分、ふたをせずに加熱する。

POINT!

耐熱容器一つに混ぜるだけ、電子レンジで簡単にできます。

甘さの調整ができるので、お砂糖を控えた方や、小さいお子様のおやつにも◎
お好みで生クリームやフルーツを添えても美味しいです。

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 〒904-0414 恩納村前兼久497番地の3
南城営業所 〒901-0604 南城市玉城字玉城48番地の1

看護師のアルバイト募集

中城村では、各地区公民館で介護予防教室を開催しており、高齢者の健康管理等の業務を行う看護師を募集しています。

▶勤務時間 9:30~11:30 or 13:30~15:30

▶謝礼金 16,000円/月~(週1回の場合)

週1回からでもOKです。曜日については、相談可能です。隙間時間に働ける方、介護予防事業に興味のある方、下記までお問い合わせください。

📞 福祉課 介護福祉係 ☎098-895-1738



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。



中城村の健康課題(血压編)

血压は、血液が血管の内壁を押す力です。何らかの原因で血液量が多くなったり、流れにくくなったりすると血压は高くなります。

中城村のI度高血压の人数は、県平均と比較し40~64歳に多いことが分かりました。

血压が高い状態が続くと血管が硬く厚くなり、弾力性も失われ動脈硬化、そして脳出血・大動脈瘤や慢性腎臓病・腎不全などを引き起こしてしまいます。



厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム【改訂版】」より作成

令和4年度 I度高血压(140/90以上)割合

| | 40~64歳 | 65~74歳 | 75歳以上 |
|-----|--------|--------|-------|
| 沖縄県 | 79 | 85.2 | 87.7 |
| 中城村 | 80.5 | 82.6 | 85.2 |

血压を下げるためには??

「血液量が増加している」「血液が流れにくくなっている」ことが、血压をあげる主な要因です。それらを引き起こすのが、塩分のとり過ぎ、肥満、運動不足、お酒の飲み過ぎなどです。また睡眠不足とストレスにも注意が必要です。

減塩のコツ

- 天然のだしでうま味を楽しむ
- 酢や香辛料で酸味・辛味をきかせる
- みそ汁は具たくさんに ●麺類はスープを残す

沖縄そば 塩分 8.4g

汁をこの量残すと
1/2...6.4g
2/3...5.7g

《野菜・果物をとるのも効果的》

野菜や果物に多く含まれるカリウムは体内の余分な塩分(ナトリウム)の排泄を促して、減塩効果を高めます。

1日の目安量

緑黄色野菜120g以上
淡色野菜230g以上
果物は200g

1食両手のひら1杯分



果物200g 目安

ミカン2個
りんご1/2個



運動量を増やす

- できるだけ階段を使う
- 仕事の合間にストレッチ ●早歩き など

★ポイント「楽だけどちょっときついと感じる程度」がおすすめ!



節酒のコツ

- 強いお酒は薄めて飲む
- 飲酒以外の楽しみを見つける

節度ある適正飲酒量

純アルコール量 男性20g 女性10g

純アルコール20g程度とは??

泡盛 0.5合
ビール 500ml
ワイン2杯 (240ml)



★自宅で血压を測りましょう★ 家庭で1日2回(朝・夕)血压を測定し、普段の血压の状態を把握しましょう。夜が正常でも朝に血压が高くなるなど、「仮面高血压」が分かります。

【ご質問・お問い合わせ】健康保険課 健康増進係 ☎098-895-2172

3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

3/8 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

3/9 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~

【お問い合わせ】こども課 子育て支援係 ☎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

3/3 対象者: 令和5年度健診未受診者
予約期間: 予約受付中
3/15 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
※今年度から、集団健診における胃がん・肺がん・大腸がん検診が無料で受けられます(40歳以上)!

【お問い合わせ】健康保険課 健康増進係 ☎098-895-2172

ふれあい事業

実施場所: 各公民館

- 安里 3月 5日(火)
- 泊 3月19日(火)
- 新垣 3月 7日(木)
- 奥間 3月21日(木)
- 登又 3月 8日(金)
- 伊集 3月21日(木)
- 和宇慶 3月11日(月)
- 当間 3月22日(金)
- 浜 3月12日(火)
- 北上原 3月26日(火)
- 北浜 3月13日(水)
- 南浜 3月27日(水)
- 久場 3月14日(木)
- 南上原 3月27日(水)
- 津覇 3月18日(月)
- 伊舎堂 3月28日(木)

※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。
※ふれあい事業については、都合により活動の中止や変更が生じる場合もあります。

【お問い合わせ】中城村社会福祉協議会 ☎098-895-4081

3月カレンダー

なかよし児童館 ☎098-988-0156

ひなまつり集会

●日時: 3月1日(金)
※時間などの詳細は、3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

ひなまつり会

●日時: 3月1日(金)
※詳細は、3月号たよりにて掲載します。

地域子育て支援センター(ちゅらていーだ) ☎098-870-3731

☆2・3月生まれ合同お誕生日会

●日時: 3月8日(金)10:30~
(対象者は3月5日(火)までに要予約)

公式ラインやお電話にて
予約受付お待ちしております。



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。



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

お電話での相談 相談無料
他社との比較OK 24時間対応

費用がご心配の方お問い合わせください

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



株式会社 与那嶺測量設計

http://www.big-advance.site/s/172/1242

◆営業種目◆

一般土木計画・都市計画・測量業務

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

与那原営業所 〒901-1303 沖縄県与那原町字与那原3309 3F
TEL 098-944-4400 FAX 098-944-4413

中城営業所 〒901-2413 沖縄県中城村字津願202-2
TEL 098-895-7175

中城村 護佐丸歴史資料 図書館



中城村の人口 令和5年12月末現在

| | | |
|-----|---------|-------|
| 人口 | 22,616人 | (+17) |
| 男 | 11,290人 | (+7) |
| 女 | 11,326人 | (+10) |
| 世帯数 | 9,708世帯 | (+17) |

※()内は前月との比較

3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

令和5年度

読書感想文・感想画コンクール

中城村児童生徒作品展のお知らせ

期間：令和6年2月9日（金）～23日（金）

時間：10:00～17:00まで

場所：3階 企画展示室

村内小中学校の児童生徒が一生懸命かいた絵や作文を護佐丸歴史資料図書館で展示します。

子どもたちの作品をぜひご覧ください！

多くの皆さまのご来館をお待ちしております！

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

<https://loh530.ti-da.net/>

右側のQRコード
からも見られます



Web上で図書館の本を検索することができます。

中城村WebOPAC

<https://www.ik.licre-saas.jp/nakagusuku/webopac/index.do>

右側のQRコード
からも見られます



中城村の歴史や文化を知りたい…そんなあなたの手助けとなる地域情報システムです。

発見!なかぐすく

<https://www.vill-nakagusuku-local-culture.com/>

右側のQRコード
からも見られます



(社) 沖縄県測量建設コンサルタツ協会会員

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/>

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

会員募集中

女性大歓迎



健康で働く意欲のある
60歳以上の皆様へ

随時入会説明実施中！ お問合せ下さい

中城村シルバー人材センター
TEL(098)895-2502

護佐丸歴史資料図書館 企画展のお知らせ



護佐丸歴史資料図書館企画展

中城の地域・字展 添石

開催期間

2月23日 金

～

3月24日 日

3階企画展示室

展示会場 護佐丸歴史資料図書館 3階企画展示室 入場無料

開館時間 10:00～17:00 入場無料 休館日 毎週火曜日、2月26日(月)、3月21日(木)・22日(金)

【関連イベント】地域散策「添石の拝所」

開催日 3月10日(日)

時間 14:00～15:00(予定)

定員 10名 事前申し込み制(定員に達し次第受付終了)

申込期間 2月23日(金)より受付開始

参加
無料

【イベントのお申込み・お問い合わせ】護佐丸歴史資料図書館 ☎098-895-5302

広告

即価格提示宣言

無料相談・査定

近隣事例大公開

不動産売却をご検討の方へ

売却物件大募集

住まいの売却は
ハウズドゥ 与那原西原へ



ハウズドゥ
イメージキャラクター
古田 敦也 氏

家・不動産いくらかな?
10秒で 不動産査定

ハウズドゥ 与那原西原 売りたい

スマホで今すぐ▼



お手軽

はやい

かんたん

中城村の皆さま!
お気軽にお越しください!



HOUSEDO ハウズドゥ 与那原西原 通話料 無料 0120-066-325

株式会社 ハウズドゥ住宅販売

〒901-1304 沖縄県島尻郡与那原町東浜81-4

営業時間【平日】9:00-17:30【土・日・祝】9:00-19:00【定休日】水曜日

HP: <https://yonabarunishihara-housedo.com/> TEL: 098-882-8041 FAX: 098-882-8042

国土交通大臣(3)第3007号(公社)沖縄県宅地建物取引業協会会員(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員(一社)九州不動産公正取引協議会加盟

仲介
売買

