



伝統的農産物島野菜種苗生産施設



種苗乾燥施設

耕作放棄地解消の二歩へ 実証試験圃場完成！

西原町耕作放棄地解消対策協議会（会長 城間正一）は、耕作放棄地の解消を円滑かつ迅速に進めるため、農地の所有者の協力のもと、国の支援事業を導入して実証試験圃場を設置しました。

事業概要

- ・ 導入事業名 耕作放棄地再生利用推進事業
- ・ 総事業費 九〇〇万円
- ・ 施設概要
 - ① 伝統的農産物島野菜種苗生産施設（平張ハウス）
 - ② 種苗乾燥施設（ビニールハウス）
 - ③ 灌水設備（井戸・自動灌水設備）
 - ④ 資材保管庫
 - ⑤ 圃場防風柵

実証試験圃場機能

- ① シマナー（在来種）年間種苗生産量 一五〇リットル（年3回）
- ② 種苗供給面積 六四〇〇坪
- ③ 供給種苗による年間作物生産量 約二〇〇トン（年七作）

今後は、この実証試験圃場を拠点に、耕作放棄地の解消と新規就農者への営農指導、在来シマナーをはじめとした伝統的農産物島野菜の普及を図っていきます。

お問合せ先

西原町耕作放棄地解消対策協議会
事務局 産業課 ☎945-4540

保健師だより 暁・三日坊主のひけつ

最近、ウォーキングをする人をよくみかけるようになりました。ウォーキングは有酸素運動で、脂肪燃焼の効果や骨の強化・内臓の機能向上、体力のアップ、記憶力のアップなど様々な効果が期待出来るといわれています。また、特に道具を必要とせず、1人でもできるという長所がある反面、単調なウォーキングではすぐに飽きてしまい、長く続かないということもよく聞きます。そこで、長く続けるためのポイントをいくつか紹介します。

☆仲間をつくる

一人よりは、友人・家族と楽しくおしゃべりをしながら歩く方が断然楽しいし、「今日は歩くのをやめておこうかな」という日も、歩く仲間があると「がんばろうかな」となるかも。また、仲間といるいろいろなウォーキングイベントにチャレンジするというのも、楽しみ方の一つです。



☆一日おきに歩く、または歩く曜日を定める

仕事が忙しくて歩く時間なんて・・・という方は、毎日ではなく、週に何日、もしくはこの曜日はウォーキングをする日と決め、仕事等も早めに切り上げるようにしてみよう。

☆歩数や時間を定める

「1日1万歩」「1日30分」など、歩く歩数や時間を決め、目標を立てる。

☆歩く曜日や時間を決めない

これまで話してきたことに矛盾するようですが、歩く曜日を固定したり、必ず30分以上歩くなど時間を決めたりすると、かえって「今日は時間が無いから歩けない」ともなりがち。時間や曜日を決めずに、ちょっと空いた時間、例えば10分だけウォーキングという手もあり。

☆記録をつける・万歩計を活用する

歩いた距離・時間・カロリーの記録をつけてみる。記録をつけると「がんばったー」と達成感を味わえます。西原町では、毎月第2日曜日の8時から「あがりティーダウォーキング」を開催しています。なかなかウォーキングが続かない、効果的に歩きたいという方、運動指導士による指導もあります。ぜひ一度参加してみませんか！

【お問合せ：健康推進課 ☎945-4791】

保健事業日程

月日	曜日	事業名	対象者	実施場所	使用室	受付時間
5/10	日	あがりティーダウォーキング	町民の方	あがりティーダ公園		8:00～
5/14	木	デイケア(三味線教室)	心の病回復者	社会福祉センター	休養室	15:00～
5/14	木	3歳児健診	H18.1.9～H18.2.13	中央公民館	ホール・控室・和室・幼児室	13:30～14:15
5/17	日	20代・30代健診	20代・30代の方	中央公民館	ホール	8:30～10:00
5/21	木	1歳半健診	H19.10.14～H19.11.14	中央公民館	ホール・控室	13:30～14:15
5/22	金	住民健診	小橋川・内間	小橋川公民館	字公民館	9:00～10:00
5/24	日	20代・30代健診	20代・30代の方	中央公民館	ホール	8:30～10:00
5/25	月	BCG	3ヶ月～6ヶ月未満	沖縄県総合保健協会		15:30～16:30
5/26	火	住民健診	小那覇	小那覇公民館	字公民館	9:00～10:00
5/27	水	住民健診	小波津・呉屋	小波津集落センター	字公民館	9:00～10:00
5/28	木	デイケア(三味線教室)	心の病回復者	社会福祉センター	休養室	15:00～
5/29	金	住民健診	小波津団地	小波津団地自治会事務所	字公民館	9:00～10:00
5/31	日	乳児健診(午前)	H20.6.22～H20.8.30	社会福祉センター	全館	9:00～10:30
5/31	日	乳児健診(午後)	H20.12.22～H21.2.28	社会福祉センター	全館	13:00～14:30
6/2	火	住民健診	坂田ハイツ	坂田自治会事務所	字公民館	9:00～10:00
6/3	水	住民健診	幸地・県営坂田高層住宅	幸地公民館	字公民館	9:00～10:00
6/3	水	ベビースクールⅠ	H20.12.2～H21.2.3	中央公民館	調理・和室	13:30～
6/4	木	2歳児歯科健診	H18.12.12～H19.3.3	中央公民館	ホール・控室	13:30～15:00
6/5	金	住民健診	翁長	翁長公民館	字公民館	9:00～10:00
6/7	日	20代・30代健診	20代・30代の方	中央公民館	ホール	8:30～10:00
6/9	火	住民健診	我謝	我謝公民館	字公民館	9:00～10:00

◆お問い合わせ◆ 健康推進課 ☎945-4791 fax 944-6551

西原町定期人事異動

平成二十一年四月一日付（ ）内は前所属課

【課長等】総務課長 崎原盛秀(区画整理課)、すぐやる課長 中山博光(教育総務課)、企画政策課長 小橋川明(介護支援課)、介護支援課長 玉城澄枝(会計課)、産業課長 崎原盛廣(総務課)、都市計画課長 小橋川聡(企画政策課)、区画整理課長 新川善裕(都市計画課)、会計課長 伊藤繁(産業課)、学校教育指導主事 高森新一(中城村教育委員会)、教育総務課長 呉屋勝司(昇任)(教育総務課)

【係長等】企画政策課庁舎建設係長 又吉宗孝(企画政策課)、企画政策課地域振興係長 新垣和則(生涯学習課)、健康推進課国民健康保険係長 大城安(健康推進課)、健康推進課賦課徴収係長 玉那覇力(土木課)、土木課管理係長 宮平昇(税務課)、都市計画課公園緑地係長 宮城哲(上下水道課)、上下水道課給水係長 親泊輝明(中央公民館)、区画整理課補償係長 新垣恒夫(土木課)、生涯学習振興係長兼文化財係長 與儀純子(企画政策課)、中央公民館係長 呉屋和彦(都市計画課)、保健体育課

高次総体推進係長 花城清紀(企画政策課)、税務課町県民税係長 伊芸美津子(昇任)(図書館)、土木課用地係長 呉屋定政(昇任)(上下水道課)、企画政策課政策係長 翁長正一郎(昇任)(都市計画課)、企画政策課広報統計係長兼女性行政振興係長 玉那覇敦也(昇任)(福祉課)、教育総務係長 喜屋武尚(昇任)(企画政策課)、健康推進課後期高齢者医療給付係長 新川真哉(昇任)(総務課)

【新規採用】健康推進課 宮里勇輝、介護支援課 與那嶺良也、町民課 親富祖父紀

【退職者】平成二十一年三月三十一日付
〔定年退職者〕呉屋博之(すぐやる課長)、末吉節子(坂田保育所)
〔勸奨退職〕呉屋敏浩(総務課主幹)、與那城初江(坂田保育所)、小橋川政江(坂田保育所)

【教育委員会委員】任期(平成二十一年四月一日～平成二十五年三月三十一日)
垣花武信(教育長再任)、下地勝也(新規)
諸見里利秀(新規)

【監査委員】任期(平成二十一年四月一日～平成二十五年三月三十一日)
新垣洋子(教育委員長職務代理者) 仲本紀男(町立図書館館長) 波平常則