



はえばるエコセンターだより

※はえばるエコセンターは、環境保全の普及・啓発に向け情報発信の拠点となることを目的とした施設です。

星空観察会

南風原町の本部公園で秋の星空を観察し、
遠い宇宙や地球環境について学ぼう!!

日 時 11月27日(金) 午後6時半～8時半

対 象 町内在住の方 (小学生以下は親子参加)

集合時間 午後6時20分

持 ち 物 敷物があれば持参

集合場所 本部児童館

活動場所 本部公園



南風原町のホームページでもご覧いただけます。 <http://www.town.haebaru.lg.jp/docs/2013081900013/>

今月の予定

- 古布で布ぞうりづくり
11月9日(月) 14時～
100円+古布持参
- 鍋帽子づくり
11月17日(火) 14時～
無料(古布持参)
※鍋帽子は、全国友の会振興財団の登録商標です。

**フリーマーケットin
はえばる開催!!**

開催日時 11月29日(日) 午前9時～正午

場 所 町民広場 (南風原町役場駐車場)

みんなて遊びに来てね!

保健師 栄養士の健康ぬちぐあい

あなたの飲み方は肝臓の仕事を増やしていませんか?

肝臓は、食べ物に含まれている油や糖分などを貯めたり、分解したりとたくさんの仕事をする臓器です。皆さんもご存じのとおり、肝臓はアルコールにもすごく関係があります。お酒を飲むと、体の中にアルコールが吸収されます。アルコールには有害はアセトアルデヒドという物質が含まれていて、これによって動悸やめまい、吐き気、悪酔いなどの自覚症状を引き起こします。実は、アセトアルデヒドは有害なので食べ物に含まれる栄養素を貯めたり、分解したりするよりも先に無害なものに変えます。お酒をたくさん飲むと、その分肝臓の仕事が増えます。そうすると肝臓が疲れて細胞が傷ついてしまいます。そうならないために、週に2日は肝臓を休ませることが大切です。また肝臓でのアルコールを分解する仕事(処理能力)は個人差があります。1日アルコール量で20gが肝臓が負担無く分解できる量です。年末年始に向けて適量を知り、休肝日をつくりお酒と上手につきあいましょう♪

●アルコールの基準量は1日20gです。

種類	量	アルコール量
泡盛(30度)	1合	43g
ビール(発泡酒)	ロング缶1本	24g
ワイン	1杯(100ml)	10g
缶酎ハイ	1本(350ml)	17g

編集後記

こんにちは、今月号の表紙は「南風原町平和コンサート」です。皆さん、平和コンサートはお楽しみ頂けましたか? 出演者の皆様もお疲れ様でした。歌にのせた平和メッセージは、心に響きますね。改めて考えさせられる内容でした。また、ユキヒロさんが、会場を大いに盛り上げてくれて、ラストへうまくバトンを渡してくれたので、最後はみんな一体となり感動的でした。会場に来てくれた皆様、ありがとうございます。(t0sh1)

情報あいくい



子育て支援ブックスタート

日時／11月15日(日) 9時～12時
場所／ちむくくる館 図書室
対象／乳児一般健診「後期」の親子
内容／読み聞かせと絵本のプレゼント
問／町立図書館 ブックスタート担当
☎896400

Jアラート情報伝達訓練の実施

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた防災行政無線での情報伝達訓練を行います。
日時／11月25日(水)11時ころ
問／南風原町役場総務課
☎894415

犯罪被害者に手を差し伸べてみませんか? 与那原警察署

犯罪の被害者は、直接的被害だけではなく、「二次的被害」と呼ばれる、精神的・経済的な被害に苦しめられることがあります。
警察では、関係機関・団体と連携して様々な支援を行っています。
また、民間の被害者支援団体「公益社団法人沖縄被害者支援ゆいセンター」もあります。
《犯罪被害者等のための相談窓口》
沖縄県警察本部被害者支援室
☎8620110
沖縄被害者支援ゆいセンター
☎8667830
問／与那原警察署警務課
☎9450110

第11回南風原総合文化祭

躍動・創造
～未来へつなぐ文化の祭典～

展示の部 南風原文化センター 企画ホール
日 時：11月9日(月)～15日(日)
入場無料
9時～18時(水曜休館)
最終日17時まで

舞台の部 南風原町立中央公民館 黄金ホール
日 時：11月15日(日)
入場料：各1,000円
一部 12時30分開場 13時開演
二部 15時30分開場 16時開演

お問い合わせ
南風原町文化協会 ☎090-3794-6016(野原)

適職発見フェア

合同企業説明会・面接会

日時／11月17日(火) 13時半～17時
場所／沖縄産業支援センター 展示場&ホール
問／適職発見プロジェクト事務局
☎860-8900

ご考案ありがとうございます。ございました。

■南風原町育英会へ次の方から寄付を戴きました。

一般寄付
◎JA津嘉山支店チャリティーゴルフ実行委員会様
チャリティーゴルフ収益金より寄付金として20万円

一般寄付

■南風原町社会福祉協議会へ次の方から寄付を戴きました。

◎一般社団法人南風原町観光協会 会長 照屋盛夫様 14,880円
第4回はえばる夏まつりキッズパーク 出店業者様からの協賛金として



あの広告! アキプロの仕事です。

チラシ・パンフレット・TVCM・ラジオCM・ノベルティグッズ

総合広告 株式会社アキプロモーション Akipro.
☎098-889-1518
FAX098-993-5891 アキプロモーション 検索

南風原町民・農家に朗報!

美玉完熟堆肥に助成金が出ます。



美玉リサイクルセンター

草刈り、樹木の伐採おまかせください!

☎889-7143 南風原町字神里409番地
★JAはえばる・はえばるエコセンターでも販売しています

不動産の無料査定実施中!

(社)沖縄県宅地建物取引業協会会員 沖縄県知事免許(5)第2847号

求む物件! 賃貸から売買まで!

売土地 広さや地目、現状は問いません。(古家付・更地・平地・田畑など)
売家 どのような家でもご相談下さい。(広さ、築年数、平屋造り、2階建て、店舗付など)
売マンション 何階建ての何階部分、占有面積、築年数、立地など、関係なくご相談下さい。
貸家 転勤中の間でもお貸しすることが出来ますので、ご相談下さい。

不動産売却をお考えの方をご紹介下さい。
最大 **10万円** 進呈致します。
(弊社でご成約の場合に限ります。)

こんな方は是非ご相談ください。
■早急に売りたい・貸したい ■売却するか悩んでいる
■近所に知られずに売却したい ■我が家の価格を知りたい

株式会社 **東洋ハウジング** イオンタウンとよみ近く ☎901-0205 豊見城市字根差部587 (098) 850-4722 気になったら **東洋ハウジング** 検索