

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。

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。

楽しく学んだ!! 星空観察会

講師：藤井晴彦氏(森の家みんみん)

11/27(金)に行った星空観察会は、雲の多い天気で見えにくい残念ではありましたが、直径5cm程の地球の模型を元に、月、地球、太陽の大きさ比べや距離の関係を体験やクイズ、映像、星座早見表制作で楽しみました。

星や宇宙の不思議さに触れ、次回の星空観察に期待をふくらませました。



地球と月はどのくらいはなれている?



星座早見表づくり

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/>

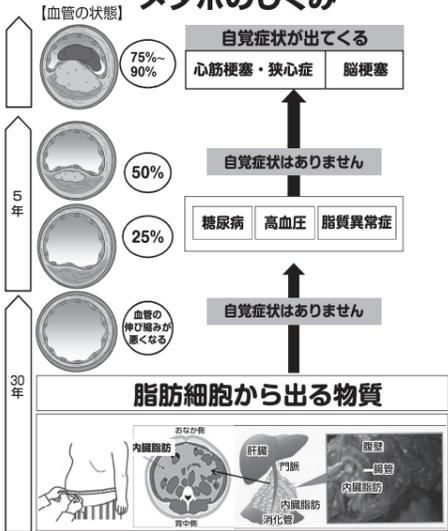


保健師 栄養士の健康めぐあい

メタボって「聞いたことある!」から「知ってる!」へ

新年あけましておめでとうございます。今年も一年良い年にしたいですね。

メタボのしくみ



2016年が明けました。「メタボリックシンドローム」という概念を2005年に日本内科学会をはじめとする内科系8学会が共同でメタボの定義と診断基準を発表して10年が経ちました。皆さんも「メタボ」という言葉は聞き慣れてきたと思います。

「メタボ」ってお腹が出ているだけ???

メタボは聞き慣れてきたと思いますが、メタボの“意味”を確認しましょう。

今一度「メタボリックシンドローム」の意味を確認すると、左記の図のように「内臓脂肪が蓄積することによって血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質が異常を起したりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。...

編集後記

新年あけまして、おめでとうございます。本年も広報はえばるをどうぞよろしくお願いいたします。鼻・のどが弱い僕は、毎年冬になると鼻水やせきに悩まされています。今年は少しでも症状を良くするために、毎日加湿器を使用しています。効果があれば良いのですが…。寒い季節になってきましたので、皆様も体調にはお気を付けください。(t0sh1)

お問い合わせ
はえばるエコセンター
☎889-4425

今月の予定

ごみ減量や環境問題への取り組みに役立つ講座を開催しています。

- 生ごみから堆肥づくり
1月6日(水) 14時~
無料(生ごみ持参)
- 古布でコサージュづくり
1月12日(火) 14時~
50円(ピン代)+古布持参
- 古布で鍋帽子づくり
1月21日(木) 14時~
100円(古布持参)
- エコで楽しくクッキング!!
1月23日(土) 9時半~13時
400円(材料費)+エプロン・すきん
- はえばる豚見学
1月28日(木) 9時~12時
350円(3Bバーガー代金)
※講座は一週間前までに予約して下さい。

- (1)県外(国外含む)の大学等に在学する者 4万円
- (2)県内の大学等に在学する者 3万円
- 申込期間/3月1日(火)~4月20日(水) 南風原町青年会
- (教育委員会教育総務課内庁舎4階) ☎889-12620
- (3)独立行政法人日本学生支援機構および沖縄県国際交流・人材育成財団等から奨学金の貸与を受けていない者
- (4)貸与した育英資金の返済義務を確実に履行できる者
- 募集人員/若干名(予算の範囲内)
- 貸与金額(月額)

第15回 ファイヤーフェスティバル

- 主催 東部消防職員共済会
- 共催 東部消防組合消防本部

日時:2月14日(日)10時~13時
場所:東部消防組合消防本部消防署構内
対象:管内3町(南風原町、与那原町、西原町)小学生、保護者

※先着150名
受付:東部消防組合消防本部 総務課
2月1日(月)~5日(金)
9時~17時(お昼12~13時を除く)
※当日は安全上の問題から靴での来場をお願いします。

お問い合わせ 東部消防組合消防本部 総務課 ☎945-2200

※平成28年1月12日(火)まで
※支援ボランティアの内容・PCの基本操作ができる方で、受講者のサポート。都合の合う日程でも構いません。
問・申込/町社会福祉協議会(桃源) ☎889-3213

南風原町育英会
育英資金貸与生募集
南風原町育英会では、平成28年度育英資金貸与生を次のとおり募集します。
※申請書類、貸与金の償還、貸付決定通知等の詳しい内容については、町広報誌2月号もしくは3月号に掲載いたしますので、ご覧ください。また、1月上旬からは町ホームページでもご覧いただけます。

子育て支援ブックスタート
日時/1月31日(日) 9時~12時
場所/ちむぐくる館 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 ☎889-6400

障がい者パソコン教室のご案内
対象/町内在住で障害者手帳(身体障害、精神障害)の交付を受けている方
場所/中央公民館 研修室
日程/1月18日(月)~(15回コース)
月/木曜日 16時30分~18時30分
受講料/無料(テキスト代1,500円)
内容/パソコンの基本操作及びワード入門、インターネット入門・活用
定員/10名

子育て講演会のご案内
日時/2月14日(日) 10時~12時
場所/ちむぐくる館
対象/一般市民
講師/山内優子氏(沖縄大学非常勤講師、沖縄子ども貧困解消ネットワーク共同代表)
問/南風原町社会福祉協議会 ☎889-3213

ご利用者募集の案内 デイサービス ともに

デイサービス「ともに」は、定員数10名の小規模事業所です。家庭的な温かい雰囲気の中で、利用者様がいきいきと過ごせるようお手伝い致します。

見学、体験利用随時受付中!

〒901-1117 南風原町字津嘉山 1279-1 サニーコート1階
☎098-882-6977 FAX 098-882-6978

不動産の無料査定実施中!

求む物件!賃貸から売買まで!
最大10万円進呈致します。
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 ■売却するか貸すか悩んでいる
■近所に知られずに売却したい ■差押え競売前に相談したい

株式会社 東洋ハウジング (098) 850-4722
売土地 広さや地目、現状は問いません。
売家 どのような家でもご相談下さい。
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 転勤中の方でもお貸しすることが出来ますので、ご相談ください。