

お申込み:不要
参加費:無料

NPO法人まほろばクラブ南国
南国市受託事業

令和4年度 メタボ予防運動教室前期

南国市民の方ならどなたでも参加OK!
メタボが気になってお腹まわりを引き締めたい方、足腰を強くしたい方、運動不足で体力をアップさせたい方など友人やご家族と一緒にお気軽にご参加下さい!
全回参加しても1回のみ参加でも大歓迎ですよ♡

お問い合わせ

NPO法人 まほろばクラブ南国(南国市立スポーツセンター)
南国市前浜1344-3 TEL:088-865-8015 まで

場所

南国市立スポーツセンター

時間

受付時間/13:30~ (夜間)19:00~
運動時間/13:45~15:00 (夜間)19:15~20:30

内容

- ・基礎代謝をアップする筋力トレーニング
- ・自宅でできるお手軽運動
- ・ウォーキング指導 etc

用意するもの

運動靴、バスタオル(運動用マット)、飲み物、
健康手帳・健康パスポート(お持ちの方)、
運動しやすい服装(脱着できるジャージなど)

指導

健康運動指導士 濱田 泰行

開催日(令和4年度前期)全13回

4月12日(火)・26日(火)
5月10日(火)・24日(火)
6月14日(火)・**24日(金)**・28日(火)
7月12日(火)・19日(火)
8月23日(火)
9月13日(火)・27日(火)・**30日(金)**

☆ 悪天候や新型コロナウイルス感染症の状況などによりやむを得ず中止・変更となる場合があります。
※ 必ず受付をして、血圧測定をします。
最高血圧160mmHg以上の場合は参加できません。

シリーズ国営ほ場整備 ②7

ほ場整備における担い手の要件

国営ほ場整備事業の担い手の要件は、「南国市人・農地プランに位置付けられる地域の中心経営体」となっており、担い手を育成していくことで、事業実施エリアだけでなく本市全域の農業振興を図ります。

本事業では、整備後の農地を担い手に利用集積することにより、農作業の労力軽減や耕作放棄地化の防止を図ります。併せて、利用集積率を高めることで、「農業経営高度化促進事業」の促進費の交付による受益者負担金ゼロを目指しており、担い手への集積率8割を目標として換地計画を作成します。

人・農地プランとは

高齢化や後継者不足等に伴う耕作放棄地増加などの課題を解決するために、集落や地域での話し合いによって作成する「地域農業の将来像」となる計画です。

■問い合わせ

農地整備課(ほ場整備)

☎880-6586

農林水産課(人・農地プラン)

☎880-6559