

県の動き 1

うちな〜ライフスタイル・ウォーキングのすすめ 日常生活で気軽に楽しく健康づくり



●日頃から歩くことを意識していますか？ (今より10分多く歩こう！)

沖縄県民(20歳以上)の1日の平均歩数は、**男性6,261歩**、**女性5,901歩**で、全国と比較すると男女ともに少なく、特に働き盛り世代(20~64歳)の歩数で年々、減少する傾向がみられます。(平成28年度「県民健康・栄養調査結果」)

沖縄県は車社会などの背景もあり、日常生活で歩くことが少ないことで運動不足が懸念されています。身近な運動のウォーキングは、いつでもどこでも簡単に始められ、肥満や高血圧、高血糖の予防につながるほか、脳の活性化や睡眠改善などの様々な効果が期待できます。厚生労働省が推奨する**1日8,000歩程度を目安に歩いて**、生活習慣病の予防はもちろん、パフォーマンスのアップを目指しましょう！

●生活の中でウォーキング習慣をつくらう！ (ウォーキングイベントで楽しもう！)

- ・通勤時はひとつ手前のバス停、駅で降りて歩く
- ・エレベーターの利用回数を減らし、代わりに階段を使う
- ・スーパーの駐車場では遠い場所に止めて、なるべく歩くなど

県では、気軽に楽しく運動習慣を身につけるため、スマートフォンを活用したウォーキングイベントを実施します。

実施期間:令和4年10月1日~12月31日(3ヶ月間)

参加方法:専用の無料アプリをダウンロードして、簡単にエントリー

9月より参加受付開始(参加無料)

- ・歩いて貯まるポイントで景品をゲット!(ギフト券など)
- ・ランキング形式で結果を公表!(市町村・個人・年代別)



取り戻そう!健康長寿おきなわ!詳しくは「健康おきなわ21」webサイトで

問い合わせ

健康長寿課 電話:098-866-2209

FAX:098-866-2289

県の動き 2

犬や猫の譲渡数の増加に向けて 「譲渡推進棟」を10月から供用開始します。



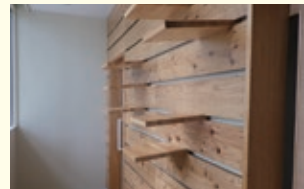
県では、犬や猫の殺処分の「ゼロから廃止」を目指すため、動物の愛護及び管理に関する法律の改正や県における動物の愛護と管理に関する課題や実情を踏まえ、令和3年に沖縄県動物愛護管理推進計画を策定しました。この推進計画のなかで、譲渡可能な個体の殺処分数を令和12年度までにゼロ頭にする目標を掲げ、関係機関と連携・協力して譲渡数を増やすための様々な取組を行っています。

より多くの犬や猫の譲渡を推進するためには、収容した犬や猫の感染症対策や健康管理などの個体管理が必要となることから、十分な収容スペースを確保する必要があります。

譲渡推進棟の役割

そこで県は、犬や猫の収容スペースを拡充し、譲渡数の増加を図るため、県動物愛護管理センターの附属施設として「譲渡推進棟」の整備を進めており、令和4年10月の供用開始を予定しています。適正飼養や動物愛護思想に関する情

報発信等の普及啓発活動、動物とのふれあいを通じた交流共生の推進など、人と動物が共生できる沖縄県の実現を目指した様々な役割を担っていくこととしています。



猫ふれあいスペース

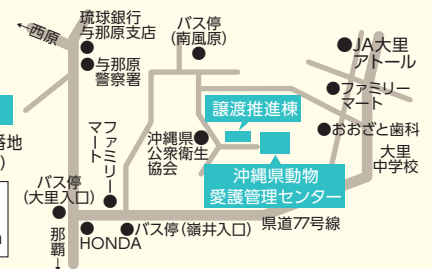


ドッグラン

譲渡推進棟へのアクセス

所在地:南城市大里字大里2003番地(沖縄県動物愛護管理センター横)

バス停(嶺井入口)より約2.5km
バス停(南風原)より約300m
おおぞと歯科信号機より約1km



問い合わせ

自然保護課 電話:098-866-2243

FAX:098-866-2855