

# 公立久米島病院だより



## 久米島おとな健康プロジェクト④

— 受動喫煙防止条例について④ —  
病院長 深谷 幸雄

今回は今話題になっているPM2.5についてお話ししましょう。冬になって、先日も中国大陸からPM2.5の襲来が久米島まで届きました。どんよりとした景色になり、海も海岸近くしか見えず、水平線は全く見えませんでした。このPM2.5というのは空気に漂う粒子の大きさを表しており、非常に細かいため気管支を通じて肺胞という肺の一番奥まで届いてしまうものです。以前は環境基準を表すためPM10というのが使われていたのですが、PM2.5の方がより人体への健康被害と関連すると言ったことがわかり、大気汚染の環境基準に使われるようになりました。そしてまさにこのPM2.5がタバコの煙そのものの大きさなのです。日本の環境基準でPM2.5の安全基準は40μg/立方メートルです。現在北京市の平均のPM2.5濃度が100μg/立方メートル、お母さんが車の中でタバコを吸っていると300μg/立方メートル、自由喫煙の居酒屋では700μg/立方メートルです。この濃度は久米島の居酒屋で皆さんが自由にならばタバコを吸っている時の濃度ですが、これはテレビでよく見る天安門広場が曇っている時の状態と同じ濃度なのです。PM2.5について中国の汚染が強調されていますが、まさに皆さんの目の前でこの汚染がおこっているのです。如何に



居酒屋での受動喫煙が健康に悪いものかわかっていただけです。冬になって、先日も子供さんを連れただけでもタバコを吸っていることがいかに子ども達に害を与えているかわかりでしょうか。公共の場での自由喫煙が、人に害をもたらす健康被害であることをわかっていただきたいと思います。旦那さんが車で自由にならばタバコを吸い、家の中でもタバコを吸っている場合、いつも傍らにいる奥さんの肺がんになる危険性は、そうで無い人の2倍となり、全ての疾病を合わせると、タバコ10本を毎日吸う程度の健康被害がもたらされるのです。タバコを吸う人は自分のタバコの煙が周りの人に如何に害を与えるかを知っていただき、公共の場では人の居るところでは吸わない努力をしていただきたいと思います。特に子供さんには気をつけていただきたいと思

# 『読字障がいへの対応』について

（発達障がいを知ろうシリーズ⑱） 小児科医 渡邊 幸

今回は読字障害への対応方法として、「T式ひらがな音読支援」という指導法についてご紹介します。私達は普段文章を読む時には無意識に頭の中で「①文字を形として認識すること」と「②単語の意味を抽出すること」の二つの事を行っています。たとえば「あらち」など意味のない文字の羅列を読む時は「文字ずつ認識してはいますが、ゆきがふりそうた」などの文章を読む時は通常「ゆき」という単語の塊で「雪」をイメージして文章を読み進めていきます。文字を覚えてきた子どもは①の方法で「文字ずつ拾い読みをしますが、慣れてくると単語や語句をひとまとまりとして認識することが出来る様になります。正確に速く読める様になります。読字障害の場合にはこの二つともが困難ですが、まず文字がスムーズに読める様になる練習を優先して行います。具体的にはひらがな46文字を書いたカードを作り一枚ずつ出してそれを読む練習を行います、すぐに読めなかったものは繰り返し読む練習をしてよどみなく読める様にした後「が」などの濁音、「きつて」「きゅうり」などの促音・拗音を含む単語の読みがスムーズに出来る様になるまで読みの練習を繰り返します。これらがスムーズに読める様になったら、次に単語の意味を覚える練習をしていきます。これは子どもの使っている教科書の中から単語を選び、指導者に続いて「読み」の練習をした後に、その単語の意味を調べさせたり絵で単語のイメージをかせたりすることで意味を定着させ、最後にその単語を使った例文を作ら

# 風の帰る森

定期便り



第17号

今月の担当  
久米クリエーション  
渡辺 信介

久米島空港2階コワーキングスペース風人（かぜびと）の取組紹介です。

風人（かぜびと）では、2月より島内の生産者さんによる食材をつかった朝食トーストセットを始めました。地元を生産者さんによる新鮮で美味しい味を空港を訪れる方々にアピールしていきたいと考えています。今回はご協力いただいている生産者さんを紹介させていただきます。

### 朝食トーストセットの協力業者さん

- ・トースト：島内パン屋さん
- ・ジャム：久米島特産品開発さん
- ・ゆで卵：久米島高校園芸科の皆様
- ・コーヒー：マキノコーヒーさん
- ・サラダ：海洋深層水の冬野菜栽培実証施設さん
- ・ヨーグルト：（島内ではありません）

今後も風人を通して地元生産者さん業者さんとの連携を深め、風の帰る森施設でも久米島がぎゅっと詰まった特別で魅力ある体験を発信していきたいと思っています。少しずつの手探りですが良い形を探し前進していきたいです。



△海洋深層水冬野菜栽培実証施設の宮城さん。いつも新鮮で美味しい野菜をありがとうございます。



△久米島高校園芸科の生徒さん。ゆで卵は、新鮮な食材の味を活かすために少量の水で卵が水から顔を出す形で茹でています。旨味が逃げないよう大切に調理させて頂いています。



△海洋深層水冬野菜栽培実証施設のほうれん草を使った季節のスムージー。

お問合せ プロジェクト推進室 ☎098-985-7141

# 農業委員会だより

## ここが変わる！「農家、農地制度」

### ・制度改正のポイント

- 1、農業委員会の役割が「農地等の利用の最適化の推進」として強化されました。
- 2、農地利用最適化推進委員が設置されます。
- 3、農業委員の選出方法が変わりました。
  - ア、公選制から任命制へ
  - イ、認定農業者を過半に、利害関係者以外も登用を。
  - ウ、女性や、青年の登用促進を。
- 4、「農地等の利用の最適化の推進」に関する意見提出が責務になります。
- 5、農業委員会活動の「見える化」をさらに進めます。
- 6、農業委員会ネットワーク機構の整備。
- 7、農地制度も改正されました。



以上の改正を踏まえて、「沖縄県農業会議会長 山内昌茂氏・沖縄県女性農業委員協議会長 瀬長澄子氏」が、新制度への理解を求め町長及び議長へ要請がありました。

お問合せ 農業委員会 ☎985-7134