

くめしま

2019

7

NO.208
月号

9/27~
9/28

ハワイアン・フラ
ミニライブも

TOPICS

- ・消費増税に伴う介護保険料軽減措置
- ・国民健康保険税の納付
- ・後期高齢者の被保険者証の切り替え
- ・水害土砂災害の防災情報

人口の推移

令和元年5月末現在

男 4,162人
女 3,650人
計 7,812人
世帯 4,003世帯

沖縄県知事行政視察

玉城デニー沖縄県知事、就任後初訪問！

沖縄県知事行政視察

玉城デニー沖縄県知事が5月24日、25日の日程で行政視察のため久米島町を訪れました。24日午前より那覇市泊ふ頭からフェリー琉球に乗り、渡名喜村経由で久米島町兼城港に到着し、大田町長らが迎えました。

意見交換会

大田町長をはじめ、議長、教育長、久米島商工会、久米島町観光協会、久米島組、久米島漁協組合、JA久米島支店、各課課長、町議員等も参加し、意見交換会を行いました。

大田町長は①海洋深層水取水設備の増強ならびに研究体制の強化、②航空運賃の低減、③航空燃料給油施設の整備、④兼城港拡張整備、⑤プレジャーボートを活用した観光振興、地域活性化を図るためのマリナ整備、⑥出産ならびに難病患者が安く長期滞在可能な宿泊施設の整備、⑦高速船導入の7件を要望しました。

これを受けた知事は、事業の必要性・目的・財政・ニーズ等を踏まえ、課題を整理し、引き続き意見交換を重ねて検討してまいりたいと述べました。

講演（球美中学校）

意見交換会後、知事は球美中学校を訪れ、久米島西中学校、球美中学校の児童生徒に講演を行いました。

沖縄県の離島振興施策をテーマに島の将来のために何ができるか、夢を持つこと、また叶うと信じていることが大事だと児童生徒に呼びかけていました。知事の講演を聴いて、新垣海矢君は「自分の夢を探しに一度島を出るが、また久米島に戻ってきたい」と話しました。最後に生徒達の質問に答え、講演終了後は拍手喝采で児童生徒と握手をしながら球美中学校を後にしました。

行政視察

その後は、大田町長の案内のもと、意見交換会にもありました、海洋深層水関連施設5か所、カンジダムの視察を行いました。

25日午前には兼城港、久米島高校離島留學学生寮（じんぶん館）、福祉施設（家福みー家）を訪れ、町民と交流しました。じんぶん館では決断力の身につけ方や基地問題等の質問に対し知事は生徒達にアドバイスを行っていました。家福みー家では、施設利用者のみなさんと一緒に「ちゃーがんじゅう体操」や歌を歌ったり等、交流をしました。





△本館施設の様子
(2019.6月撮影)



△ワックス掛け作業の様子

▼本館施設の様子
去る6月中旬、本館施設の施工が終わり、久米島町へ引き渡されました。引き続き電気や水道などのライフラインの整備、進入路や駐車場の周辺整備を行っています。並行して風森に携わるメンバーと有志で床のワックス掛けを行いました。暑湿の中、一所懸命に作業し無事に終えることができました。本館施設工事に関わって下さった皆様、ありがとうございました。



△風の帰る森学童クラブ
(イメージ図)

▼放課後の過ごし方調査について
現在、久米島町福祉課、教育委員会、プロジェクト推進課と連携し「放課後の過ごし方」の調査を実施しています。調査対象は小学生児童とその保護者、未就学児童の保護者です。調査内容は子どもたちがどこで、誰と、どのように放課後を過ごしているのか、またどのように過ごさせたい(過ごしたい)のか等をアンケートにて調査しています。この結果を元に放課後環境の充実、関係機関との連携に役立てることを主な目的としています。
この場を借りて調査にご協力頂きました学校関係者の皆様、児童保護者の皆様に御礼申し上げます。

お問合せ プロジェクト推進課 ☎985-7141 一般社団法人 久米島風の帰る森 kazemoristaff@gmail.com

風の帰る森は web サイトにて進捗情報を発信しております！

URL : <http://kazenokaerumori.com>

[@kazenokaerumori](https://www.facebook.com/kazenokaerumori)

[kazenokaerumori](https://www.instagram.com/kazenokaerumori)

第 38 号

今月の担当
風の帰る森事務局
上月 有紀



定期便り

本館施設の施工が終了し、久米島町へ引き渡しが完了しました

風の帰る森

消費税増税に伴う低所得者向けの介護保険料軽減について

平成27年度から第1段階の低所得者向けに公費を投じて介護保険料の軽減措置が行われておりましたが、令和元年10月に予定されている消費税の引き上げに伴い、軽減幅が変わることになります。第1段階を更に軽減するほか、第2、第3段階にも公費を投じ、介護保険料の軽減を行うこととなります。

◆消費税増税前の介護保険料

	第1ランク	第2ランク	第3ランク	保険料率
第1段階	33,312円	35,200円	40,843円	0.45
第2段階	55,521円	58,667円	68,073円	0.75
第3段階	55,521円	58,667円	68,073円	0.75

◆消費税増税後の介護保険料 (2019年度)

	第1ランク	第2ランク	第3ランク	保険料率
第1段階軽減後介護保険料	27,761円	29,334円	34,037円	0.375
第2段階軽減後介護保険料	46,268円	48,889円	56,728円	0.625
第3段階軽減後介護保険料	53,670円	56,712円	65,804円	0.725

◆参考

第1ランク(5町村)	第2ランク(7市町村)	第3ランク(17市町村)
南大東村・北大東村 南風原町・宜野座村 読谷村	北中城村・西原町 豊見城市・東村 北谷町・八重瀬町 伊江村	金武町・南城市・本部町・嘉手納町・渡嘉敷村 与那原町・国頭村・中城村・久米島町 伊平屋村・恩納村・今帰仁村・渡名喜村 大宜味村・伊是名村・座間味村・粟国村

お問合せ 福祉課福祉班 ☎985-7124



目指せ！健康あいランド久米島



5月に受けた特定健診の会場で「血圧が高い」と言われた方はいますか？血圧は運動や食事・気温など様々な条件で左右されます。1日のうち常に変動しているため、1回の測定では本当の血圧を判断することができません。ただし、会場で測った血圧もあなたの血圧です。白衣性高血圧の方は、白衣性高血圧でない人と比べて将来1.8倍も高血圧になりやすいことがわかっています。血圧のパターンは人によって違い、早朝に高いタイプの人がいるため、家庭で測る血圧はとても大切になります。1度、朝と夜に計って記録することをお勧めします。

測定のタイミング

●1日2回(朝・夜)行う

朝

- 起床後1時間以内
- トイレに行ったあと
- 朝食の前
- 薬をのむ前

夜

- 寝る直前
- 入浴や飲酒の直後は避ける

測定するときのポイント

いすに座って1～2分
たってから測定する

座ったばかりだと、血圧が安定していないことがある。測定時には、腕の力を抜いて、リラックスすることも大切。

カフは心臓と同じ
高さで測定する

カフが心臓よりも低い位置だと、「数値が低く出る」など、不正確になる場合がある。

薄手のシャツ1枚なら
着たまでもよい

カフは素肌と直接巻きつけたほうがよいが、薄手のシャツ1枚くらいなら、着たま測定してもよい。

Q：血圧とは？

A：心臓から送り出された血液が血管の内側の壁に与える圧力のことです。心臓がぎゅっと収縮すると心臓の中の血液が全身の血管に送り出されます。その血液が血管を通るときに血管の壁を押し広げるのですが、そのときに血管の壁を押し広げる力を収縮期血圧というのです。血圧は活動すると上がり、安静時には下がるように、体の状態に合わせて常に調整されています。血圧の高さは、心臓がぎゅっと収縮する強さと、押し広げられる血管の壁の硬さ、送り出される血液の量や性状(サラサラやどろどろ具合)で決まります。

Q：高血圧とは？

A：心臓の収縮力が強くなったり、動脈硬化によって血管の壁が硬く厚くなって血液の通り道が狭くなったりすることで、血管にかかる圧力が高いことです。症状がないからと、長いあいだ血管に高い圧をかけ続けると、大切な脳や心臓、腎臓の血管が傷み、脳梗塞や心不全など取り返しのつかない病気になってしまいます。

Q：血圧を下げるにはどうしたらよいのでしょうか？

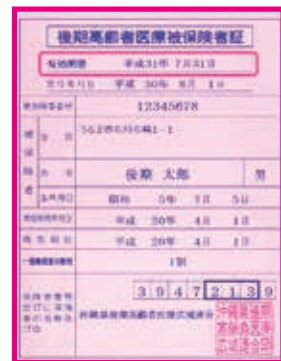
A：高血圧になる主な原因は肥満、食塩、アルコール、喫煙です。これらの原因を解消することで、ほとんどの方は薬を飲まないで血圧を下げるができます。特に、沖縄県は肥満率が全国1位で、肥満による高血圧が多いです。体重を1Kg減らすことで血圧を1～1.5も下げることができます。また、1日30分程度の軽い運動でも血管のしなやかさが回復し、効果的に血圧を下げられます。野菜にも血圧を下げる効果があります。

《運動を始めるときの注意》

血圧が140/90mmHgを超える方は安全に運動するために、病院を受診して医師に診てもらいましょう。

後期高齢者医療制度 被保険者の皆様へ

被保険者証が切り替わります
(有効期限が令和2年7月31日となります)

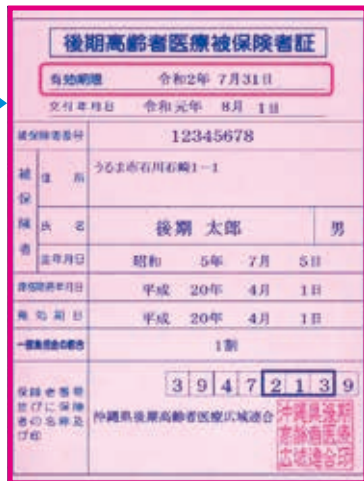


**被保険者証の色（ピンク）
の変更はありません。**

新しい被保険者証は、7月下旬までに、お住まいの市町村役所（場）から郵送又は窓口等で交付します。

8月からは医療機関の窓口で新しい被保険者証を提示してください。

被保険者証が届いたら、住所・氏名・一部負担金の割合を確認してください。



お問合せ 福祉課 ☎985-7124 / 沖縄県後期高齢者医療広域連合 ☎963-8012

限度額適用・標準負担額減額認定証 (減額認定証)について

減額認定証とは？

後期高齢者医療の被保険者で住民税非課税世帯の方が療養（入院・外来・調剤）を受ける場合に、減額認定証を被保険者証に添えて医療機関の窓口で提示することにより、一部負担金限度額の適用及び入院時の食事代等が減額される証です。

減額認定証の交付は、広域連合にて認定された該当者については8月の定期更新時に被保険者証と同封します。

なお、初めて申請する時などは、原則申請手続きが必要になりますので、久米島町役場福祉課で被保険者証、印鑑をご持参のうえ、申請して下さい。減額認定証は申請した月の初日から適用となります。なお、代理人が申請に来る場合には被保険者証、被保険者本人の印鑑、代理人の方の身分証明書をご持参ください。

住民税非課税世帯とは？

区分低Ⅰ 同一世帯の世帯員全員が住民税非課税であって、かつ、世帯全員が年金収入80万円以下（その他の各種所得が必要経費・控除を差し引いたときに0円）の方（減額認定証に「区分Ⅰ」と表記されます）

区分低Ⅱ 同一世帯の世帯員全員が住民税非課税の方（減額認定証に「区分Ⅱ」と表記されます）

長期入院該当候補者の方

平成30年8月から令和元年7月の減額認定証（区分Ⅱ）に該当する期間のうち、入院日数が90日をこえる方は、申請するとさらに食事代が減額されます。申請を希望される方は、医療機関が発行した直近3ヶ月分の入院日数が確認できるもの（領収書など）を持参して市町村後期高齢者医療担当窓口にてお手続きください。

減額認定証が交付できない方

世帯構成員に所得不明者がいる方

世帯構成員に平成31（令和元）年度の所得が不明の方（未申告者、市町村で申告の情報が無い方）

がいる場合は、所得の定期判定ができません。交付を希望される方は世帯員全員の申告が必要となります。



お問合せ 福祉課 ☎985-7124

7月から国民健康保険税の納付が始まります

国民健康保険（国保）は、相互扶助という考えによって成り立っている医療保険制度です。加入世帯の被保険者数や収入などに応じた保険税を負担することにより、万が一、被保険者が病気やけがをしたときには、少ない自己負担（3割または2割）で医療サービスを受けるようになっています。

今年度も国民健康保険税の納付が7月より始まります。国保税の納税義務者は国保に加入している世帯の世帯主であり、年金から保険税が天引きとなる世帯（特別徴収）を除き、毎年7月から翌年の2月までの毎月8期にわたり納付となります。

保険税は期限内納付をよろしくお願いいたします。

国民健康保険税の納期限表

第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期
令和元年 7月31日	令和元年 9月2日	令和元年 9月30日	令和元年 10月31日	令和元年 12月2日	令和2年 1月6日	令和2年 1月31日	令和2年 3月2日

□ 口座振替

口座振替日：各納付月の25日（25日が休日・祝日の場合は翌営業日）

口座振替希望の方は、役場窓口または、各金融機関窓口で申請して下さい。

□ 国民健康保険税の納税通知書が届かない方は町に連絡を

国保加入世帯には、7月上旬に郵送する予定ですが、表札、部屋番号が不明などの理由により、配達できず返送されてくる場合があります。7月20日を過ぎても保険税の納税通知書が届かない方は町に連絡してください。

□ 所得申告

保険税所得割額の算出や低所得者への保険税の軽減、高額療養費の判定の基礎とするため、所得の有無に関わらず、毎年必ず所得の申告を行う必要があります。まだ、所得申告が済んでいない方は、早急に所得申告をするようお願いします。

国民健康保険税の賦課限度額と軽減範囲が変わります。

□ 賦課限度額の変更

国民健康保険税の「医療給付費課税額」に係る課税限度額を61万円（現行58万円）に引き上げます。

	医療分	介護分	支援分	合計
平成30年度	58万円	16万円	19万円	93万円
令和元年度	61万円	16万円	19万円	96万円

□ 低所得者への均等割・平等割の軽減

低所得者の国民健康保険税の軽減措置の対象を拡大するため、国民健康保険税の5割軽減及び2割軽減の対象となる世帯の軽減判定所得の引上げを行ないます。

	5割軽減世帯	2割軽減世帯
平成30年度	基準額33万円+27.5万円×被保険者数	基準額33万円+50万円×被保険者数
令和元年度	基準額33万円+28万円×被保険者数	基準額33万円+51万円×被保険者数

南部地区市町村議会議長会

久米島町行政視察研修

南部地区市町村議会議長会（会長：識名与那原町議会議員長他12名）の管内離島行政視察研修が5月16日～17日の日程で、久米島町で開催されました。初日は大田町長から、本町の概要説明を受け、2日目に海洋深層水研究所や深層水を活用した関連施設、車えび養殖場、海ぶどう養殖場、そして、パークゴルフ場を視察され、芝の管理が素晴らしいと熱心に、質疑を行っていました。「視察研修で得た成果は、活動に反映する事でしょう。」と感想を述べていました。



山川穂高選手見事なホームラン

久米島応援団も熱狂！

5月21日、22日の両日、那覇市の沖縄セルラースタジアム那覇にて、プロ野球パ・リーグ沖縄県内公式戦、埼玉西武ライオンズ対福岡ソフトバンクホークスの試合が行われました。久米島からも山川穂高選手のご家族や親戚、ファンが応援にかけつけました。西武4番山川穂高選手は7回左中間へ3ランホームラン（今季20号）を放ち、久米島応援団を含む会場1万6千人を熱狂させ、大いに会場を盛り上げていました。



6月12日は久米島海洋深層水の日

第13回Sea Water Dream フェスティバル

久米島町では海洋深層水を水深612mから取水していることから、毎年6月12日を久米島海洋深層水の日として制定しており、Sea Water Dream フェスティバルも今年で13回目を迎えました。イベントは、毎年恒例のもずく流しや、海洋生物キーホルダー作成、海洋深層水〇×クイズ、特別価格で用意した海洋深層水関連商品販売、福引・抽選会で賑わっていました。また、海洋深層水の冷水プールに子供達が冷たくて気持ちいと真夏の暑さを吹き飛ばしていました。

沖縄の夏到来！ハーリー鐘が鳴り響く

真泊・鳥島・儀間ハーリー

旧暦5月4日（ユッカヌヒー）にあたる6月6日に伝統行事ハーリーが真泊漁港、鳥島漁港にて行われました（儀間は6月9日に実施）。豊漁と航海の安全を祈願するハーリーは、御願ハーリーからはじまり、小学生の部、中学生の部、高校生の部、職域の部による競漕の他、玉投げや綱引き、マグロ解体ショーと様々なプログラムもあり、地域のお祭りとして賑わっていました。観光で立ち寄った際はぜひ飛び入り参加を！



第29回 宜野湾～久米島 ヨットレース

風と波にのってようこそ久米島へ！

5月25日に第29回宜野湾～久米島ヨットレースOCEAN CUP 2019が開催されました。午前6時朝日が昇るころに、16艇のヨットが約90km離れた久米島を目指し、宜野湾港マリーナ沖を出発しました。

慶良間諸島を通過したのち、久米島のトンバラ岩を一周して兼城港に向かうコースとなっており、約7時間の耐久レースでした。大会終了後は、パーティにてお互いの健闘を称えあい盛り上がっていました。



久米島紬500年の伝統を永遠に

久米島紬後継者育成事業 入所式

町では、久米島紬の技術や文化の継承を目的に後継者育成事業を行っています。今年度は2人の受講生を迎え、6月10日に入所式が行われました。大田町長は「中国から伝わって500年の歴史をもつ久米島紬を永遠に継承されるよう行政としても支援していきたい。皆さんはこの1年で技術を身に付け、後継者として頑張ってもらいたい」と激励しました。受講生は10か月で2～4反を織り上げることで終了証が授与されます。受講者の作品は産業まつりに出品予定です。



久米島高校、久米島高校卒業生と記念植栽

ぜひ教材に活用して！

沖縄椿協会から久米島高校へ久米絞（くめしぼり）10本が寄贈され、5月28日に久米島高校で植栽を行いました。久米絞は久米紅の挿木を繰り返している内に誕生した、黄金斑が特徴の花付きのよい椿です。まだ品種登録はされておらず、今年12月を目標に日本ツバキ協会へ申請するそうです。久米絞は蒸散や光合成実験、椿油の採取、挿木の練習など学べる事が多く、ぜひ教材に活かしてほしいと石原校長先生に呼びかけていました。



教えて、電子図書館サービス Vo.3

電子書籍（コンテンツ）に選書基準はありますか？



実証事業初年度ということもあり、他県での電子図書館利用実績を踏まえ、電子図書館システム業者が選書した電子書籍を町民の皆さんにご利用いただいています。今年度は利用アンケートや本町で利用の多かった分野を中心に選書し、200タイトルを購入予定です。

空と水 図書館の久米島ー沖縄県立移動図書館ー

6月1日と2日に具志川農村環境改善センターで「空と水図書館in久米島」が行われ、2日間で175人が利用、1,557冊の本が貸し出されました。

紙芝居や絵本の他、児童生徒向けの本や趣味（料理、子育て）本がずらりと並ぶ中、来場者が熱心に本を選ぶ光景が見られました。このほか、GODAC（国際海洋環境情報センター）特別ワークショップ「深海のお話と水圧実験」も開催され、子ども達は水圧実験を通して、深海の世界や水圧について学ぶ良い機会になりました。



借りた本は久米島町教育委員会、具志川農村環境改善センター（図書室・ブックポスト）、仲里庁舎ブックポストに返却をお願いします。



母の日プレゼント教室

5月11日、久米島紬ユイマール館にて母の日プレゼントづくり「しぼり染め教室」が行われました。参加した園児・児童35人は、日頃愛情たっぷり注いでくれるお母さんへの感謝の気持ちを込めて、島の草木染めを用いた「バンダナ」と「ストール」を作り上げました。世界に1つしかないオリジナルの作品仕上がり、子ども達の心のこもった母の日のプレゼントとなりました。

久米島町教育町杯争奪学童軟式野球大会

5月18日(土)、久米島球場において第17回久米島町教育町杯争奪学童軟式野球大会が開催されました。3チームによる総当たり戦が行われました。攻守で安定した美崎スポーツクラブでしたが、久米島ヤンキースが接戦を制し全勝で見事優勝に輝きました。

1位 久米島ヤンキース	2勝	10得点 8失点
2位 美崎スポーツクラブ	1勝1敗	11得点 5失点
3位 なかさと	2敗	7得点16失点



学校閉庁日について

久米島町では、教職員が休暇等を取りやすい環境を整えるため、今年度より「学校における働き方改革推進プラン」の一環として、「長期休業期間中の学校閉庁日」を実施することになりましたので、お知らせします。保護者・地域の皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

願います。

学校閉庁日期間中は、夏期講習や部活動等すべての教育活動を休みにします。期間中、緊急に連絡する必要がある場合、久米島町教育委員会までお問い合わせください。

実施期間：令和元年8月14日(水)～16日(金)

お問合せ 教育委員会 ☎985-2287 FAX985-2856

消防 だより

令和元年7月号

第30回消防フェア開催

令和元年5月11日(土)に第30回消防フェアが久米島町消防本部において開催されました。

消防フェアは、「管内の児童生徒及び保護者、住民を対象に、幼児期から防火思想の高揚を図ること。」を目的として、煙中体験、放水体験、消防車両乗車体験、障害物競走、イス取りゲーム、はしご登はん、ロープ登はん、3オン3バスケット大会等、多くの種目を設け子供から大人まで沢山の町民の皆さんが参加し、盛会のうちに終了することができました。

多くのご参加ありがとうございました。

☆放水体験☆



☆障害物競走☆



3オン3バスケット大会

男子優勝☆仲里Aチーム



女子優勝☆仲里Aチーム



第43回 沖縄県消防救助技術指導会



この大会は、複雑多様化する諸災害に備え、消防が行う救助活動の万全を期するため、日頃の訓練成果の披露とあわせ、知識及び救助技術の普及向上並びに指導者の育成を図り、安全且つ確実な救助技術の確立を目的とし、5月31日(金)に沖縄県消防学校で行われました。

久米島町消防本部から、ロープブリッジ渡過、はしご登はん、ロープ応用登はん、ほふく救出の4種目に出場し、はしご登はん、ロープ応用登はんの2種目が見事入賞しました。

来年度は、さらに良い結果が残せるよう日々精進してまいります。

ご声援ありがとうございました。

※火災の早期発見と「逃げ遅れ」を防ぐために住宅用火災警報器を設置しましょう。

住宅用火災警報器の交換の目安は10年です。定期的に作動の確認をしましょう。

○消防法及び久米島町火災予防条例により、すべての住宅に火災警報器の設置が義務づけられました。

※火入れを行う場合は、必ず消防本部まで連絡するようお願いいたします。

※火事・救急・救助は119番へお願いします。

5月出動状況 ()は、令和元年累計

・救 急	28件 (144件)	・風水害	0件 (0件)
・火 災	0件 (1件)	・捜 索	0件 (0件)
・救 助	0件 (0件)	・その他	3件 (8件)

合計……… 31件 (153件)



水害・土砂災害について、市町村が出す避難情報と、
国や都道府県が出す防災気象情報を、5段階※1に整理しました。

＜避難情報等＞		＜防災気象情報＞
警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。 命を守るための最善の行動をとりましょう。	災害発生情報※2 ※2 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令（市町村が発令）
警戒レベル4 全員避難	速やかに避難先へ避難しましょう。 公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内より安全な場所に避難しましょう。	避難勧告 避難指示（緊急）※3 ※3 地域の状況に応じて緊急的又は重ねて避難を促す場合に発令（市町村が発令）
警戒レベル3 高齢者等は避難	避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・高齢者等避難開始（市町村が発令）
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの避難行動を確認しましょう。	洪水注意報 大雨注意報等（気象庁が発令）
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	早期注意情報（気象庁が発令）

※1 各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

Q&A

質問1) 防災気象情報は出てるけど、避難情報が出ていないときはどうすればいいの？
⇒市町村は、様々な情報をもとに、避難情報を発令する判断を行うことから、必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が、同時に発令されるわけではありません。
自らの命は自ら守る意識を持って、防災気象情報も参考にしながら、適切な避難行動をとってください。

質問2) 避難指示（緊急）は、避難勧告と同じ警戒レベル4に位置付けられたけど、考え方が変わったの？
⇒避難指示（緊急）は、地域の状況に応じて緊急的に又は重ねて避難を促す場合などに発令されるもので、必ず発令されるものではありません。避難勧告が発令され次第、避難指示（緊急）を待たずに速やかに避難をしてください。

質問3) 洪水で「警戒レベル4相当情報」が既に出ているなかで、土砂災害で「警戒レベル3相当情報」が出たけど洪水のレベルも4から3に下がったということなの？
⇒洪水の危険性が4から3に下がったわけではありません。洪水は4のままで、土砂災害の3が追加されたのであり、その地域は洪水と土砂災害、両方の災害を警戒する必要があります。

【警戒レベル5】では既に災害が発生しています。また、必ず発令されるものではありません。

【警戒レベル3】や【警戒レベル4】で、
地域の皆さんで声をかけあって、安全・確実に避難しましょう。

■詳しく知りたい方は
内閣府 防災情報のページ
内閣府 避難勧告
検索
http://www.bousai.go.jp/oukyu/hinankankoku/h30_hinankankoku_guideline/index.html

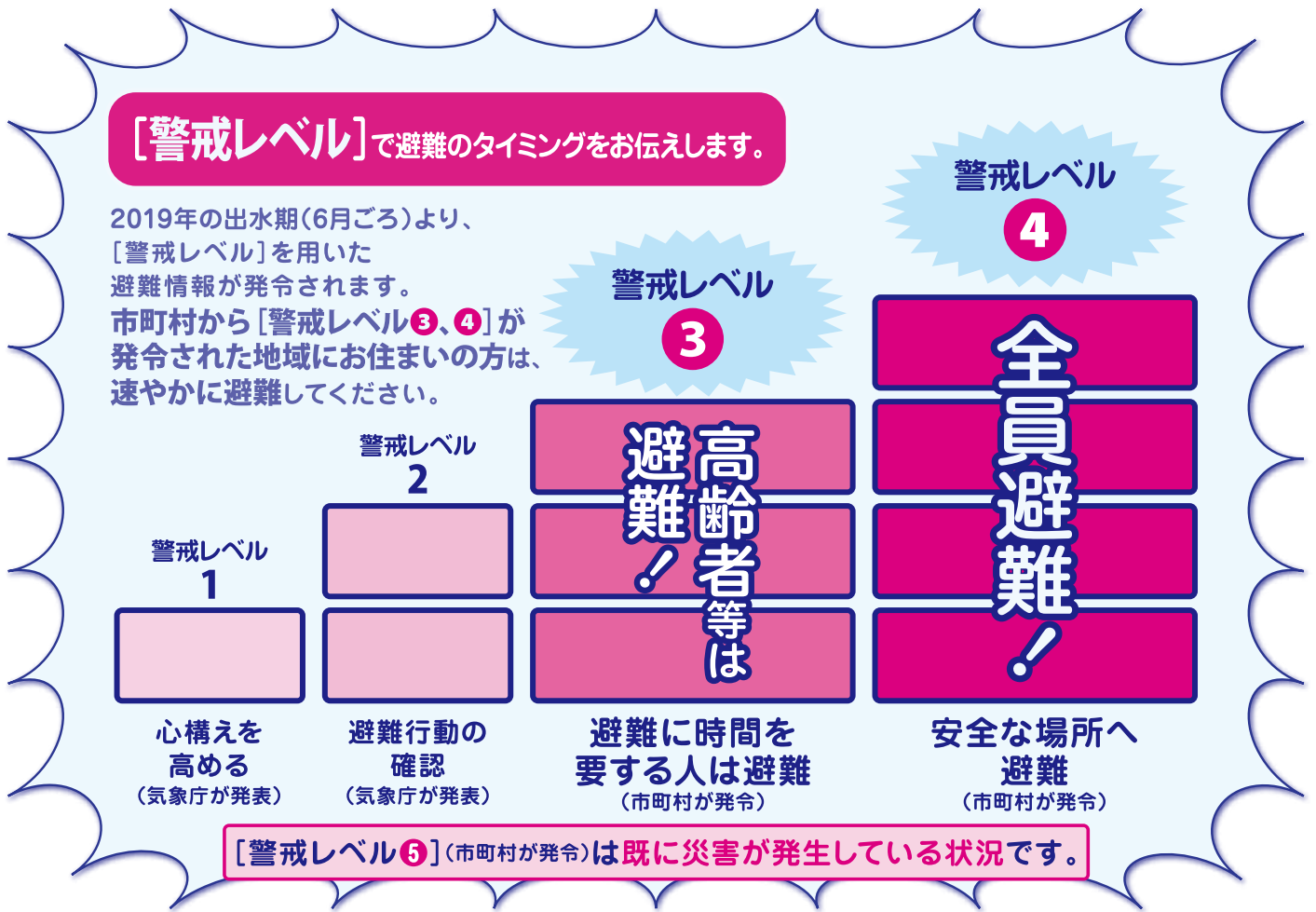
QRコード
スマホ用
二次元コード

水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わります

防災情報はいろいろあるけど
いつ避難すればいいの？

逃げ遅れゼロへ！

警戒レベル4で全員避難!!



次のような内容で自治体から避難行動を呼びかけます！

呼びかけの一例
警戒レベル4
避難勧告の伝達文例

■緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。
緊急放送、緊急放送、警戒レベル4、避難開始。

■こちらは、〇〇市です。

■〇〇地区に洪水に関する警戒レベル4、避難勧告を発令しました。

■〇〇川が氾濫するおそれのある水位に到達しました。

■〇〇地区の方は、速やかに全員避難を開始してください。

■避難場所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所に避難するか、屋内の高いところに避難してください。

警戒レベルととるべき行動を端的に伝えます

避難勧告の発令を伝えます

災害が切迫していることを伝えます

とるべき行動を伝えます

内閣府(防災担当)・消防庁



久米島学習センター通信 第47号

全国有数の町営塾が久米島高校生と共に成長していく様子をお伝えする記事です。

今月のテーマ 夏休みは、遊びに勉強に恋に部活に。

何が何やら みんな咲いてゐる

種田 山頭火

織姫と彦星で有名な七夕伝説は、もともと中国の牽牛織女神話から来ています。大変な働き者だった二人は結婚すると、仕事をしなくなり、天の怒りを買って離れ離れにさせられてしまいます。夏休みまで学校や家での毎日を、一生懸命に過ごしていた高校生が、夏休みになった途端にだらだら過ごしてしまい、保護者の方に怒られてしまう、そんなお話に少し似ていますね笑。7月下旬になると、いよいよ夏休みです。遊ぶもよし、部活に全力もよし、ひと夏の恋を甘酸っぱく送るもよし（成後はなお良し）、勉強して将来を見据えるもよし。高校生の夏をエネルギーいっぱいにご覧ください。家でだらだらスマホやPC画面見て過ごす青春を送るより、色々なことを体験、チャレンジしてほしいと思います。検索で世界は知れませんが、自分で世界を広げることが大事です。

就職試験に向けて頑張っています！



ギター練習と勉強を両立しています！

～ちゅらゼミ コンセンサスゲーム～

5/31に、今年度初めてのちゅらゼミを行いました。ちゅらゼミは、「知識」「論理」「自己分析」「他者理解・協働」「表現力」「多様性」「課題解決力」「久米島力」を深め、高める内容となっています。今回は、NASA開発の、不時着した砂漠からの脱出を図るコンセンサス（同意形成）ゲームを行いました。



書籍のご寄付を頂きました

久米島学習センターでは、先日書籍のご寄付を頂きました。ルビ入り英書を5冊で、タイトルは、「アルジャーノンに花束を」、「リトル・トリ」、「華麗なるギャツビー」、「アンナと王様」、「ティファニーで朝食を」。高校生にとって、普段は中々読むことができないような文学を手にする機会が増えました。ご寄付、ありがとうございました！



「情報」の信憑性

高校生がよく使うSNSや動画サービス（例えば、Twitter、Instagram、Youtube、TikTokなど）は、フェイクニュース（いわゆるデマ情報）の発信源として有名です。テレビや雑誌、新聞などの各メディアから発信される情報は、ライブ中継や生放送以外は基本的に「誰かの手によって編集済み」ですが、どれだけ信憑性の高い「編集」かを、情報の受け取り手は判断する必要があります。「みんなやってる」や「これをやれば儲かる」などの文言は、基本的に疑ってかかるべきでしょう。情報の利用や発信は、難しいものですね。



お問い合わせ 勉強に関するご質問など、お気軽にお問い合わせください！スタッフが丁寧にお答えします！

☎ 070-3802-2739 E-Mail : kumejuku@gmail.com

フェイスブックも更新中 「久米島学習センター」で検索！

フェイスブック
QRコード



第1号 じんぶん館だより

2019年在寮生集合写真



こんにちは、ハウスマスターです。

久米島高校に通う離島留学生のうち29名は、仲泊にある「じんぶん館」という公営塾も併設した白い建物で共同生活をしています。

寮生活では、掃除や洗濯はもちろん、寮生活のルール作りも寮生自身で話し合い決定しています。

これから、じんぶん館だよりを通じて、寮生の久米島での日々を、寮生視点で発信していきたいと思います！

じんぶん館外観・概要



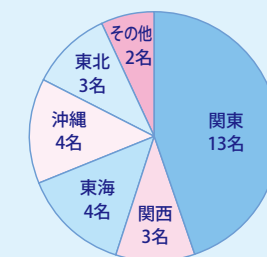
定員：32名（男女各16名）
部屋：4人部屋
設立：2016年4月

じんぶん館データ①



じんぶん館データ②

在籍している寮生の出身地



全国各地、
14都道府県から
集まっています！

次号は寮生を見守る
スタッフたちの紹介です。



農業委員会だより

農業委員会総会（許認可業務の審議会）が開催されました。

町農業委員会では、5月24日仲里庁舎において、令和元年度第2回農業委員会総会を開催し、申請のありました案件を審議しました。

- ① 農地法第3条の規定による許可申請 → 2件 審議の結果許可されました。
- ② 農用地利用集積計画（案）に係る意見決定について → 2件 審議の結果許可されました。

令和元年度第4回（7月）農業委員会総会の開催日 → 7月25日（木）
許可申請書及び届出書等の申請締め切り日 → 7月16日（火）

お問合せ 農業委員会 ☎985-7134

こども医療費助成 受給資格者証について

1. 加入保険の変更等、受給資格者証の記載事項の内容が現状と異なる場合は、変更届を提出してください。
例えば・・・国保から社保に変わった等、加入保険の変更が生じたら速やかに変更届の提出をお願いします。
2. 転出する際には、必ず受給資格者証を返納してください。お住まいの住所と受給資格者証の住所が違う場合は、受給資格者証は使えません。使えた場合でも、後日、転出元の市町村から医療費の返還が求められることになります。

こども医療費助成 その他

1. 高額な医療費が見込まれる入院時には、高額療養費限度額認定証の手続きも忘れずをお願いします。限度額認定証の発行は保険証の発行機関にご相談ください。
2. 学校、保育園等だけがをした場合、こども医療費助成制度ではなく、独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度が優先され、保護者に対して給付金（災害共済給付）が支払われます。手続きについては学校、保育園等にお問い合わせください。



7月健康カレンダー

●体操教室

対象者／65歳以上の町民 お問合せ／福志士会 ☎985-7770

毎週月・水・金に下記公民館等で体操教室を行っています。
ユンタクしながら楽しく体を動かしたい方などのご利用ください。

	月	火	水	木	金	土	日
9:30～11:30	仲地公民館		宇江城公民館		西銘公民館		
13:30～15:30	社協会議室		銭田公民館		真謝公民館		

●ちゃーがんじゅー大学

対象者／65歳以上の町民 お問合せ／福志士会 ☎985-7770

毎週火・木はホタルドームと比嘉公民館でちゃーがんじゅー体操を行っています。
体操教室の動きでは少し物足りなく感じた方は、ちゃーがんじゅー大学をご利用ください。

	月	火	水	木	金	土	日
9:30～11:30		ホタルドーム		比嘉公民館			
14:00～16:00		比嘉公民館		ホタルドーム			

●SMAP

対象者／健康維持のための運動に興味ある方 お問合せ／久米島町健康運動施設 ☎851-3098

久米島健康運動施設、通称SMAP(久米島Smart Project)では、利用者それぞれに合った運動指導を健康運動指導士が丁寧に指導します。

月	火	水	木	金	土	日
利用時間 11:30～20:00						9:00～17:30
○	○	○		○		○

健康運動、ダイエットに興味のある若者はSMAPへ、激しい運動は無理だけど、汗をかくて体を動かしたい方は、ちゃーがんじゅー体操へ、足腰が少し悪いけど、健康維持のために運動したい方は体操教室で体を動かして、健康寿命を延ばしませんか？

タバコやめませんか？

内科外来(透析) 金城元氣

「タバコ」と聞くと、嫌な顔をする人もいれば、「あれだけが唯一の楽しみ」、「依存になっているからもうやめられないよ」等と、多くの声が聞こえてきます。日本では最近東京オリンピックに向けてタバコ対策が講じられ、愛煙家の皆様にとっては、ますます肩身が狭くなっているのが現状です。しかし、この「タバコ」、よく聞かすように【百害あって一利なし】なのです。皆様がよく知っているように肺がんになりやすくなるのは当然、その他にも、動脈硬化の進行による心筋梗塞、脳梗塞、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、糖尿病などの生活習慣病のリスクが上がるのが知られています。またタバコを吸っている方で、咳が止まらなかつたり、痰がいつも絡んでいる方はいませんか？ それも喫煙が原因になっている可能性があります。

禁煙治療では、ニコチンパッチ(貼り薬)、ニコチンガム、飲み薬の3種類があり、禁煙外来では飲み薬と貼り薬のどちらかで治療を行います。貼り薬は薬局でも購入が可能です。医師が処方するものとは用量が異なっています。また禁煙成功率は飲み薬のタイプが高いという報告もあります。外来は合計5回で3か月間の治療になり、費用は5回合計で約2万円です。(飲み薬タイプで3割負担の場合) *貼り薬はこれよりも少し安い。毎日タバコを1箱吸う方なら、1箱400円と仮定しても1か月で1万2千円、3か月では3万6千円と、治療の方が安く済みます。禁煙治療以降、禁煙に成功した場合は、年間14万4千円の貯金が出来ます。

さあ、ここまで読んで「禁煙やってみよう!」「家族の人に勧めよう!」と思った方は当院禁煙外来でお待ちしています。当院では5月より禁煙外来を専用にし、他の外来と別にする事で患者様の待ち時間が少ないように改善しました。ぜひお問い合わせください。

禁煙外来

隔週木・土曜日 午前

うちの子もしかしたらHSC?

小児科 渡邊 幸

5人に1人の子どもが持つと言われる「HSC…ひといちばい敏感な子」の特徴について詳しく見ていきたいと思います。

①チェックしてみよう

アーロン博士が作成したHSCかどうかを判断するためのチェックシートをご紹介します(図)。この質問項目に、「どちらか」というと当てはまる「過去に当てはまっていた場合には○、ほぼ当てはまらない」場合には×をつけてみてください。○が「13個」以上つく場合はHSCと考えられます。(○が1、2個でもその度合いが極端に強い場合はHSCの可能性ががあります。)

②二つのタイプ

HSCには、刺激を避けて行動範囲が狭くなる「内

向的」タイプと、刺激を求め好奇心旺盛な「外交的」タイプの二つのタイプがあります。HSCは「大人しい子」、ではないのです。何れにしても周囲の大人はHSCの特性を持つ子に対して他の子と同じ方法で対応すると上手くいかない事が多く、HSCに合った方法で対応するとずっと上手くいくということです。

③コミュニケーションのポイント

一番大きく影響するのが「注意のし方」です。HSCの子は小さな時から些細なことが気になったり、こだわったりするため、周囲の大人の思い通りには行動できなことが多くあります。それを、「なんでこれができるの!」「わがまま言わないの!」と強く怒られると、気持ちが悪く、怒りが受け入れられず傷つき、自己防衛策として「ばか!嫌い!」などの反抗的な言動が出たり、「フリーズ」したりしま

実は、HSCでなくても子どもが「強く叱らない」という事を聞かないという事はほとんどなく、「強く叱られるとよくわからない。わかるように指摘されれば行動も変えられる」事のほうが多く、多い事を、子どもと接する大人には知っておいてほしいと思います。

- 1 すぐにびくつきする
- 2 服の布地がチクチクしたり、靴下の縫い目や服のラベルが肌に当たったりするのを嫌がる
- 3 驚かされるのが苦手である
- 4 しつけは、強い罰よりも、優しい注意のほうが効果がある
- 5 親の心を読む
- 6 年齢の割りに難しい言葉を使う
- 7 いつもと違うにおいに気づく
- 8 ユーモアのセンスがある
- 9 直感力に優れている
- 10 興奮したあとはなかなか寝つけない
- 11 大きな変化にうまく適応できない
- 12 たくさんのお話を質問する
- 13 服がぬれたり、砂がついたりすると、着替えたがる
- 14 完璧主義である
- 15 誰かがつらい思いをしていることに気づく
- 16 静かに遊ぶのを好む
- 17 考えさせられる深い質問をする
- 18 痛みに敏感である
- 19 うるさい場所を嫌がる
- 20 細かいこと(物の移動、人の外見の変化など)に気づく
- 21 石橋をたいて渡る
- 22 人前で発表するときには、知っている人だけのほうがうまくいく
- 23 物事を深く考える



7/1 ～ 8/18 の主な日程		
1	月	・区長会
6	土	・久米島朗読劇
7	日	・運動会（球美中）
12	金	・無料法律相談
13	土	・東京、久米島直行便就航（～8/31）
14	日	・年代別ソフトボール大会
15	月	・海の日 ・（東京）球美友結の会（久米島ファンの集い）
18	木	・肉用牛セリ市 ・認知症カフェ
19	金	・巡回登記
25	木	・農業委員会総会
27	土	・儀間全島角力大会（旧暦6月25日）
28	日	・謝名堂全島角力大会（旧暦6月26日） ・第18回久米島の久米仙パークゴルフ大会
29	月	・特定計量器定期検査（～30日）
8月		
1	木	・区長会
2	金	・中学校佐賀交流（～5日）
9	金	・無料法律相談
10	土	・町内中学校陸上記録会
11	日	・山の日 ・西銘全島角力大会・西銘エイサー
13	火	・旧盆（ウンケー）
14	水	・旧盆・小中学校閉庁日 ・旧盆エイサー（謝名堂・真我里・比嘉・真謝・儀間・宇根）
15	木	・旧盆（ウークイ） ・旧盆エイサー（嘉手苅）
17	土	・久米島まつり（久米島大綱曳き）
18	日	・久米島まつり

県産品奨励月間
7/1 ～ 7/31
県産品 未来をつくる
募金の振込先
琉球銀行 壺屋支店
普通預金 4139
ゆうちょ銀行 0178015146048
公益社団法人琉球水難救済会 ☎86815940

池坊（いけのぼう）華道家師範による「いけばな体験」があります!!
7月12日（金）午後2時から
7月13日（土）午前10時から
※ 小黒美智子氏、古波蔵久美子氏、他の池坊師範の皆さん



沖縄角力 観戦無料!
令和元年 久米島場所日程
6月17日 真謝全島角力大会
7月27日 儀間全島角力大会
7月28日 謝名堂全島角力大会
8月11日 西銘全島角力大会
9月3日 仲地全島角力大会



空き家相談会を開催します
今年度、町では空き家対策・利活用に向けた取り組みをスタートします。ご自身や、親族の空き家の運用に困ってはいませんか？家は財産です。しかし、きちんと管理をしないと負の財産となる可能性があります。負の財産にしないために、その管理や有効活用方法について、ぜひ一度ご相談ください。
●相談日時：8月2日（金）・3日（土） 午後1時～午後4時
●場 所：仲原家（久米島町字真謝 20）
●相談員：島ぐらしコンシェルジュ 矢島守人（やじまもりと）
●お問合せ・申込：Email:info@shimagurashi.net ☎894-6488
※予約なしでもご相談対応いたしますが、外出することもありますのでご予約いただくと確実です。



募金
「青い羽根募金」のお願い
公益社団法人琉球水難救済会は、海で働く人々が救助員となり、身近な海域で水難に合った人々を救助するボランティア団体です。船舶の遭難や海洋レジャー事故の際の人命救助等、及びその訓練、機材の購入等の活動資金は募金によって支えられており、毎年、海の日を中心として、7月1日から8月31日まで「青い羽根募金」の強調運動期間として、広く県民の皆様へ募金をお願いしております。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。
募金先・問合せ
公益社団法人琉球水難救済会 ☎86815940

相談
無料法律相談
内容 財産、相続、金銭、賃借、契約などの法律問題
日時 7月12日（金）
午前10時～正午
午後1時～午後4時
場所 仲里庁舎2階会議室
※予約制とします。
当日受付も行いますが、予約の方が優先となります。
※相談時間は1人30分
※相談は無料、秘密は厳守されます。
お問合せ
総務課 ☎98517121

口座名義
公益社団法人琉球水難救済会

イベント
第10回 久米島久米仙パークゴルフ大会
期日 7月13日（土）～7月21日（日）
会場 久米島博物館
講堂・特別展示室
開館時間 午前9時～午後5時
※入館は午後4時半まで
※最終日（21日）は午後4時まで
入館料 無料
※ただし、常設展示室は有料
主催 久米島町教育委員会、久米島博物館
後援 久米島町教育委員会、久米島博物館

出品予定者（ ）は雅号
山里昌輝（久米）・東恩納弘美（香翔）
玉城ヤス子（江彩）・太田久恵（蘇久）
柴野元トシ子（琴仙）・太田栄子（陽彩）
西塚和貴子・平良祥子（藤邦）
山里瑞紀（彩遥）・山里真彩
東恩納寧音・山里璃音
【高校生】
田場成海・國吉真歩・宮城夏琳
【中学生】
又吉りこの・吉元凜・玉城奈津帆
熊谷七星・東恩納凜太郎・山里藍玲
白道瑞基・國吉悠矢・久手堅華音
大田瑞希・古見友音・又吉乃亜
内間莉麗・喜久里綾音・白道柚葉
安里将・仲村梨帆
【小学生】 23名

脂肪燃焼エクササイズ教室
筋トレ・ストレッチ・有酸素運動などの基本的な運動を楽しく実践し、効果的かつ安全に脂肪燃焼する運動方法を学びましょう！
日程 7月26日（金）
午後6時30分～午後8時
場所 旧久米島中学校体育館（儀間5番地）
持ち物 室内シューズ、飲み物
参加費 無料
申込み 当日受付
お問合せ
S M A P ☎85113098
福祉課 ☎98517124

特定計量器定期検査開催
日程 7月29日（月）
午後2時～午後5時
仲里庁舎1F会議室
7月30日（火）
午前9時～正午
具志川農村環境改善センター
お問合せ
商工観光課 ☎85119162

第18回 久米島の久米仙パークゴルフ大会
大会日 7月28日（日）
会 場 久米島シーサイドパークゴルフ場
申込場所 商工観光課（あじま～館内）
☎85119162

FunRun～楽しく走ろう～ 2019久米島マラソン
招待選手決定
○川内優輝選手
'19 バンクーバーマラソン優勝
自己ベスト
フル2時間8分14秒
（'13 ソウル国際マラソン）
○川内侑子選手
'19 バンクーバーマラソン優勝

参加申し込み受付開始!
■申込期間 6月24日（月）～9月13日（金）
■窓口受付 商工観光課（あじま～館内）
仲里庁舎出納室
■インターネット 大会ホームページ
<http://www.kumejima-marathon.com>





大綱
虫

第19回

久米島まつり

令和元年
8月 17 土 18 日

場所：ふれあい公園

健康保険証が
ご利用できます

からだの痛み・悩みを

自宅で解消!

ご自宅まで往診します





＼こんな方にオススメ／

肩や腰の
痛み
なかなか
とれない方

ご高齢や障害、
その他の原因で
外出が
困難

75歳以上の
ご高齢者
からだに
障がい
のある方

治療内容 リハビリ、機能訓練、はり、お灸、マッサージ

琉球治療院 久米島店

詳しくはwebを検索!

琉球治療院

検索

お気軽にお問い合わせください【営業時間 9:00～18:00】

TEL.098-985-5070

広告