

2012
6月号
No.123

久米島

広報 KUMEJIMA TOWN NEWS

2012(平成24)年6月号 発行/久米島町役場 編集/久米島町役場総務課 TEL.098-985-7121 FAX.098-985-7080
久米島町役場ホームページ/<http://www.town.kumejima.okinawa.jp>

Content

町長のはなし	P2	町の話題	P8-9
離島割引還付金について	P3	公立久米島病院だより	P10
教育委員会からのお知らせ	P4	歯の衛生週間	P11
博物館だより	P5	国民年金保険料の納付について	P12
消防だより	P6	お知らせ/編集後記	P13-15
くめじまスポーツニュース「くめスポット」	P7	くめじまのゴールデンウィーク	P16

人口の推移

平成24年4月末現在

男	4,500人
女	4,077人
計	8,577人
世帯	3,939世帯

町長のはなし



ジャンケン

町長 平良 朝幸

昔懐かしい「ブーサー」って知っていますか？

「ジャンケン」というのは日本人なら、子どもからおとしよりも誰でも知っていますね？

「ジャン、ケン、ポン！」のかけ声で、グー、チョキ、パーを手で表示し簡単に早く物事を決定するためには使われます。

現在行われているジャンケンは意外に新しく、日本で19世紀後半江戸時代に誕生したものだそうです。

その後、柔道など日本武道の世界的な普及や日本のアニメ、コンピュータゲームなどの普及に伴って世界中に広がりました。

コインを使ったり、クジを引いたりするには道具が必要ですが、全く道具がいらず簡単に早く物事が決着することで、他にはない斬新さが世界で受けたのかも知れません。

今ではジャンケンの世界大会もあるそうですよ。

沖縄には「ブーサー」というものがありました。これはジャンケンよりも古く平安時代の「虫拳」に由来するものだそうです。ジャンケンと同じテンポで「ブー、サー、シッ！」のかけ声で、親指、人差し指、小指のいずれかひとつを出して勝ち負けを決めました。

沖縄本島あたりでは、親指はハブ、人差指はアタビー(カエル)、小指はナンミンムサー(ナメクジ)だそうです。ハブがカエルに勝ち、カエルがナメクジに勝つのはわかりますが、ナメクジはどうしてハブ

に勝つか理解できませんが…？

私が子どもの頃は、親指はワー(ブタ)、人差指はトゥイ(トリ)、小指はアイコー(アリ)でした。この方がわかりやすいですね。

皆さんの地域ではどうだったでしょうか？

ジャンケンが子どもからおとしよりもなじみの深いものになってきたのに比べて、ブーサーがはやらないのはどうしてでしょう？

「ジャン、ケン、ポン！アイコデショ！」というかけ声に比べ「ブー、サー、シッ！、シッ！」というのは言葉の響きや華やかさがあきらかに劣るから？



それとも、グー(石)チョキ(ハサミ)パー(紙)が、ワー(ブタ)トゥイ(トリ)アイコー(アリ)よりも身近に感じるからだろうか？

いずれにせよ、ジャンケンやブーサーは地位、権力があるなし、力が強い弱いにかかわらず公平に勝負をしわかりやすく決着させます。これをあみ出した先人たちはすばらしい。

ただ、昔懐かしい「ブーサー」がこのまま消えゆくのはなんだか寂しい気がしますね。



中央保育所、
なでしこ保育園
の子どもたちが
お散歩に来て
くれました♪



仲里町舎に来ると正面玄関前に「10年」の花文字があるご存知ですか？

今年、久米島町が合併して10周年を迎えたことを記念し、環境保全課職員と苗作りを委託されたNPO法人「くめじま」により共同制作されたものです。

花文字に使用された花は、「ベゴニア」で赤、

白、ピンクの約800鉢です。見頃は6月中旬ま

でのようです。
お近くまでお
越しの際は、気
軽にお立ち寄り
下さい。

どうして「10年」なの？

町政施行10周年

航空運賃還付手続きについて

問 産業振興課 商工振興班
☎985-7131

◆航空運賃（久米ー那覇）還付金額表

	運賃種別	片道運賃	還付金額
大人	身体障害者割引	7,550	3,050
小児	離島割引	4,900	1,400
	小児普通運賃	5,700	2,200

4月1日より「航空運賃還付金申請手続き」が始まっています。
申請は搭乗後になります。搭乗券等は紛失しないよう、十分ご注意ください。

【還付金の申請方法】（搭乗後に申請）

※手続きに必要な書類をそろえる

- 飛行機に乗ったことを証明できる書類
- 離島住民カード
- 印かん
- 通帳の写し

※飛行機に乗ったことを証明できる書類について、下記の2通りがあります。

- ① 「搭乗券」または「ご搭乗案内」（レシートタイプ）で申請する場合
→ 「搭乗証明書」は必要ありません



- ② 「eチケットお客様控」（購入時に受け取る券）で申請する場合



→ 「搭乗証明書」の添付が必要です！



※「搭乗証明書」がない場合は、受付できません。

※久米島町役場 産業振興課で申請する

- ・必要書類の確認
- ・申請書記入

※役場から指定口座へ還付金振込

- ・還付金の振込は、申請日から約1ヶ月後

※「搭乗証明書」は搭乗後、次の方法により、お早めに入手して下さい。(1) 空港カウンター (2) インターネット (JALホームページ)



犬・猫の飼い主の皆さんへ

★マナー1★ ふんの始末はきちんとしましょう。

道路や公園など、みんなが利用するところを犬や猫のふんで汚さないようにしましょう。散歩中のふんは、連れてくる人が直ちに取り除くようにして下さい。ふんを取る袋などを持っていかなかったり、夜中だからといってそのままにしておくことがないように注意しましょう。

★マナー2★ 犬の放し飼いはやめましょう。

犬を夜から朝にかけて放す人がいます。うちの犬はおとなしいからといって、油断できません。放して遊ばせている時の咬傷事故や、その犬の交通事故も発生しております。

放し飼いは、絶対にやめましょう。

最近、多くの方々から犬や猫の苦情「ふん害・台所に入ってくる」が多数寄せられています。住民が快適に過ごせるように次のマナーを守りましょう。

★マナー3★ 猫は屋内飼いをおすすめします。

猫の放し飼いがよく見かけますが、飼い主の目的届かないところで何をしているのかわかりません。道路、公園などの公共の場所や他人の土地(家)などを排泄物で汚したり、交通事故や猫同士のけんかによるケガのおそれもあるため、屋内で飼うようにしましょう。

★マナー4★ 野良猫などへは自己責任の元適切な餌やりが必要です。

野良猫が可哀想だからと餌を与える人がいますが、餌を与えるだけでは更にねこの数が増えてしまいます。その結果、被害や苦情及び近隣とのトラブルの原因となっております。適切な管理・餌やりを心掛けましょう。



平成24年4月1日付において教育委員の新体制が決定しましたので報告します。

今回は吉本せつ子氏の後任として當間裕子氏が委員となりました。これから1年間よろしくお願いします。

役職名	氏名	出身地区	任期
委員長	儀間周倫	字宇根	平成22年7月10日～平成26年7月9日
職務代理	山元朝弥	字仲泊	平成23年7月10日～平成27年7月9日
委員	當間裕子	字上江洲	平成24年4月1日～平成25年7月9日
委員	松本一也	字比嘉	平成20年7月10日～平成24年7月9日
教育長	比嘉隆	字嘉手苅	平成22年7月10日～平成26年7月9日

手話技能検定5級に全員合格!



「平成23年度やさしい手話教室」の卒業生のうち10名が、講座修了後も練習に励み、3月26日に行われた手話技能検定5級の試験を受け、見事全員合格を果たした！ 合格者は合格証を笑顔で受け取り、仲間や講師の安里友希氏と喜びを分かち合った。平成24年度の「やさしい手話教室」については、P5又は、ホームページをご確認ください。

沖展 町内より2名入賞！

去る3月17日～4月1日に浦添市民体育館において開催された県内最大の美術・工芸公募展「沖展」（沖縄タイムス社主催）に本町から2人の作品が昨年に引き続き入賞を果たし展示された。



写真の部

田里 盛義 氏(字嘉手苅)



書芸の部

宮里 博子 氏(字真泊)

清水小・久米島小が茶道指定校に認定

伝統文化を学び、豊かな心を育む

平成19年度に字西銘出身の仲村宗尋先生の指導の下、裏千家淡交会沖縄支部学校茶道連絡協議会より、大岳小学校が学校茶道の指定を受け、児童の皆さんのが町行事等でお点前を披露しているが、今回さらに、清水小学校と久米島小学校が認定され、親泊一郎会長より認定書と助成金の交付が行われた。



たくさんの絵本を読んでもらったよ

「こどもの読書週間」（4月23日～26日）に、本町では移動図書館ほたる号で町内の各保育園・保育所を回り絵本や紙芝居等の読み聞かせを行った。

地域のお母さん、美崎小読み聞かせメンバーの方々の協力もあり、子どもたちは目を輝かせて、手作りの人形劇や仕掛け絵本を見たり、たくさんの絵本を読むことが出来た。子どもたちは絵本を楽しんだ後は片付けの手伝いをし、大きな声で「ありがとうございました！ また来て下さい！」とお礼を言い笑顔を見せた。



博物館だより

慰霊の日
企画

戦後67年・・・

戦争により失われた多くの尊い命
戦争を風化させてはならない

戦後67年を迎え、戦争の犠牲になった多くの方々を弔い、沖縄戦や久米島での住民虐殺などの歴史的教訓を正しく次世代の子ども達に伝え、命の尊さや平和の大切さを学ぶ企画展です。（博物館で収蔵している戦争資料や町内戦跡調査成果などを紹介）平和展最終日には、島内の戦跡めぐりをする『平和学習会』も開催します。

【主 催】久米島町教育委員会 【共 催】久米島博物館

平和展 2012



【期 間】平成24年6月9日(土)～24日(日)
午前9時～午後5時
【場 所】久米島博物館（特別展示室・講堂）
【問合せ】久米島博物館 ☎896-7181
【入館料】無料（但し、常設展示室は有料）
*6月のお知らせ
◎休館日：毎週月曜日

平和学習会



①展示見学：沖縄戦関係資料の見学
※講師による展示の解説。
②戦跡めぐり：島内の戦跡めぐり
※マイクロバスにて移動します。
【日 時】平成24年6月24日(日)／午後1時集合
【集合場所】久米島博物館
【対 象】小・中・高校生及び一般成人
【講 師】佐久田 勇 氏（定員：30名）
【持 ち 物】筆記用具・帽子
【戦跡巡り】博物館 → 久米アイランド前 → 宇根防空壕
→ 字仲村渠交番前 → 痛恨の碑
【問 合 せ】教育委員会 ☎985-2287

平和展2012 × 平和学習会



写真 左)揮毫者・仲村裕介さん
中央)新里盛和区長
右)比嘉隆教育長



文化財として指定された
兼城のコバディシ
(兼城公民館にて)

久米島博物館では平成23年度より年1基ずつ
久米島に伝わる古謡などを歌碑建立する事業を
始めている。
除幕式と併せて久米島町となつて初めての文
化財として5月10日に指定された「兼城のコバ
ディシ」(天然記念物)の指定交付式も行われた。
比嘉隆教育長から同区の新里盛和区長へ指定書
が手渡された。
式典は比嘉隆教育長の祝辞に始まり、歌碑除
幕と経過報告のほか、野村流伝統音楽協会久米
島支部会員による「浜川こはでさ節」の齊唱と
高江洲ヤスさんによる「踊りこはでさ節」の舞
踊が厳かに披露された。

久米島町字兼城に伝わる「浜川こはでさ節」を
後世に継承しようと「浜川こはでさ節」歌碑除幕
式が5月12日、兼城公民館で行われた。久米島町
内では16基目の歌碑。

兼城「浜川こはでさ節」

歌碑除幕式

【日程】6月18日(月)～10月15日(月)
毎週月曜日、全15回
※祝祭日は休講します

※開講式は、6月18日(月)です。

【時間】午後7時～8時30分

【場所】仲里町会議室(議会事務局隣)

【受講料】無料(※テキスト代1,200円
は自己負担)(講座初日に集金します)

【講師】安里 友希さん

【補助】平良 静さん

【定員・対象】約20名(定員になり次第締め
切ります) 手話に興味のある方ならど
なたでも参加可!(中学生以上)

【申込先】教育委員会・社会教育班
☎985-2207

【申込締切】平成24年6月15日(金)

【主 催】久米島町教育委員会
☎985-2207

平成24年度やさしい手話教室

回数	月 日	回数	月 日
第1回	6月18日(月)	第9回	8月20日(月)
第2回	6月25日(月)	第10回	8月27日(月)
第3回	7月2日(月)	第11回	9月3日(月)
第4回	7月9日(月)	第12回	9月10日(月)
第5回	7月23日(月)	第13回	9月24日(月)
第6回	7月30日(月)	第14回	10月1日(月)
第7回	8月6日(月)	第15回	10月15日(月)
第8回	8月13日(月)		



消防だより

久米島消防
☎985-3281

「第23回消防フェアー」開催

消防業務
を体験

第23回消防フェアーが5月13日、久米島町消防本部（上里浩消防長）で行われ、多くの家族連れが会場を訪れました。防火思想の高揚を図るとともに消防の職務に対する認識を深める目的で毎年行われています。

オープニングセレモニー後、消防職員によるはしご登はんなどの展示訓練が披露され、素早い身のこなしを見学した子ども達から拍手や歓声が沸きました。会場では、展示訓練内で煙体験、放水体験、消防車の展示・乗車体験など各コーナーで消防職務を実際に体験しました。



3on3結果



優勝: 清水男子A



準優勝: 清水女子B



3位: 仲小女子A



4月出動状況 () 内は平成24年累計

・救急	29件	(115件)
・火災	0件	(2件)
・救助	0件	(0件)
・風水害	6件	(6件)
・捜索	1件	(1件)
・その他	3件	(7件)
合計	39件	(131件)

幼年消防クラブ 鼓笛隊セット購入

久米島町消防本部では、財団法人自治総合センターが行うコミュニティ助成事業（地域防災組織育成事業）を活用し、幼年消防用活動資器材（鼓笛隊セット）を購入しました。久米島町幼年消防クラブでは、火に対する正しいしつけを身につけさせ、各所（園）、各家庭から火災の減少を図ると共に、将来人命を尊重し、財産の保全を図る社会人としての素地を育てることを目的に活動しております。今回購入した鼓笛隊セットは、秋の火災予防運動にて行われる幼年消防パレードや、各種イベント等に活用されます。



久米島町女性消防クラブは、地域における防火思想の普及を図ることを目的に結成されたボランティア組織です。

「自分達の地域は自分達で守る」

個人・友達同士・サークル仲間・地域等で参加してみませんか。
災害のない安心・安全な町づくりに貴女の力を貸してください。

主な活動

- ・防火・防災の知識、技術の習得（女性消防教室等への参加）
- ・応急救手の知識、技術の習得（救急講習会等への参加）
- ・家庭及び地域における防火思想の普及啓発活動（女性防火グラウンドゴルフ大会の運営等）
- ・防火広報活動（消防出初式等への参加）
- ・入会を希望する方は、久米島町女性消防クラブ事務局まで申し込みください。

申し込み先

久米島町女性消防クラブ事務局（久米島町消防本部予防班内）

☎ 985-3281 FAX 985-3942

KUMEJIMA SPORTS NEWS くめスポーツ!

久米島町スポーツ推進委員協議会活動スタート

平成24年4月1日、久米島町教育委員会より平成24年度久米島町スポーツ推進委員に10名が委嘱されました。本団体は前年度まで久米島町体育指導委員協議会として活動してきましたが、昨年のスポーツ振興法の改正に伴い、名称を改め『久米島町ス

ポーツ推進委員協議会』として新たなスタートとなります。本町のスポーツを推進できるよう取り組んで参りますのでよろしくお願ひ致します。



	氏名	主なスポーツ
会長	赤嶺永樹	陸上・野球
副会長	吉本景太	陸上・ニュースポーツ
委員	上間昭寿	バスケットボール
委員	金元照美	バスケットボール
委員	玉城誠	陸上・野球
委員	平田順	バスケットボール
委員	友寄昌志	陸上・野球
委員	宮原聰子	水泳・マラソン
委員	比嘉聰子	ハンドボール・マラソン
委員	山城隼人	角力・野球
事務局	中原大二郎	野球



※各種団体等への依頼がありましたら講師又はサポーターとして派遣しますので、希望される方(団体)は事務局(久米島町教育委員会 中原 ☎985-2287)までお問い合わせ下さい。

清水ブルーファイターズ優勝!

第10回 久米島町教育長杯 争奪学童軟式野球大会

平成24年5月19日(土)久米島野球場において「第10回久米島町教育長杯争奪学童軟式野球大会」が開催された。島内の5少年野球チーム(美崎、なかさと、くめしま、大岳、清水)が出場し、なかさとチーム主将・宇根千絵(かずし)君の力強い選手宣誓で幕をあけた。1回戦は圧倒的な試合展開。2、3回戦は接戦となり各チーム素晴らしいプレーが飛び出した。決勝戦は雨天の試合の中、優勝を目指し元気はつらつなプレーで大会を盛り上げ、昨年に引き続き「清水ブルーファイターズ」が本大会3度目の優勝を果たした。



優勝 清水ブルーファイターズ



準優勝 なかさと

久米島中学校体育連盟 夏季球技大会の結果

平成24年5月13日(日)久米島中学校体育連盟夏季球技大会が開催された。島内3中学校が参加し、総合開会式終了後各開催場所に分かれ、野球、男子バスケットボール、女子バスケットボール、女子バレー、女子バレーボールの競技を行った。

競技名	優勝	準優勝
野球	久米島西	仲里
男子バスケット	久米島西	仲里
女子バスケット	仲里	久米島西
女子バレー	久米島	久米島西

久米島町役場からのお知らせは・・・

ラジオ広報 ハイサイくめじま

で放送されます。



各課担当が
わかりやすく
お伝えします!

広報誌やホームページで
お伝えしている情報を
よりタイムリーに!

午前中の放送を
聞き逃した方へ...

放送時間 午前 10時~11時

再放送 午後 5時~6時

「こんなことが聞きたい！」

「あれについて詳しく説明して欲しい」

など、ご意見ご要望などありましたら総務課
広報担当までご連絡下さい！

☎ 985-7121 FAX 985-7080

✉ hp-kume@town.kumejima.okinawa.jp

今月の表紙



5月24日（木）「清水小ミニバスケットクラブ」の子どもたちがFMくめじまのスタジオに遊びにきました！スタジオに入ると同時に、「今、ラジオで流れているの？」、「誰が聞いているの？」、「どうやって自己紹介しようかなー」といつも違う空間を楽しんでいました！

FMくめじま
89.7 MHz

コミュニティ FM放送局

「FMくめじま」開局

5月17日(木)、コミュニティ FM放送局「FMくめじま」が久米島町具志川改善センター2階に開局し、記念式典と祝賀会が開かれた。沖縄県内のコミュニティ放送局としては、15番目。公開生放送で行われた記念式典・祝賀会には多くの関係者が集まり、開局を祝う会場の様子をラジオ放送でも伝えられた。地域に密着した情報発信に重要な役割を担い、久米島の地域活性化、観光振興へのつながりが期待されている。



オリオンドラフトビールCM 久米島篇が放映されます！！

5月9日(水)、オリオンドラフトビールのCMソングを手掛け、出演している宮古島出身アーティスト下地勇さんが平良町長を表敬訪問した。

沖縄本島各地域の人々とその地域の特産物が映し出されるのでおなじみのCMであるが、今回、久米島町の車エビ養殖場や紅芋畑で3日間に渡り撮影が行われた。実際のCM放映は、オリオンビールの消費量が増える夏真っ盛りの6月中旬頃から約3カ月間を予定しており、久米島町のPRにもつながればと期待も大きい。



紅芋畑

久米島をPRしよう！

放映期間は

**6月中旬～
9月末頃**を予定

心のこもった福祉サービスを！

4月23日(月)社会福祉法人心(くくる)の会(川平恵次郎理事長)は、字嘉手苅にて、地域密着型特別養護老人ホーム「球美の杜」、小規模多機能型施設「球美の家」の施設完成を祝う落成式典と祝賀会を開催した。地域住民や関係者ら約110名が出席し、施設の完成を祝った。同施設は2階建てで、個室が5室、2人部屋が2室、5人部屋が4室で25人が入所できる。職員30名のうち、ほとんどが島内採用。川平理事長は「高齢者が住み慣れた場所で安心して暮らすことができる場所と信頼と真心のこもった福祉サービスを提供したい」と述べた。



より良いさとうきびづくりを目指して

平成24年度 さとうきびの日



4月25(水)具志川改善センターにおいて、「さとうきびの日」が開催された。町内のさとうきび生産者、久米島製糖工場職員約120名が集まった。

病害虫防除及び除草剤の適正使用方法や土づくりに関する事等、さとうきびの生産に関わる勉強会が行われ、特に県内各地で大きな被害をもたらしているイネヨトウの防除について、詳しい説明がなされた。

安全にわたれるよ♪

4月18日(水)、19日(木)及び24日(火)までの間、那覇地区交通安全協会久米島支部、久米島交番などの協力のもと小学1年生と幼稚園児を対象に交通安全教室を開校した。

横断歩道の渡り方や信号機について、それぞれの校区を担当しているお巡りさんが詳しく指導、何度も横断歩道を渡って正しい交通ルールを身につけた。

最後に、1人でも、友達とでも、安全に渡れるかの確認をしたところ、全員が元気よく「大丈夫」と答えたので、参加者全員に、那覇地区交通安全協会久米島支部と、特別に配送業社からグッズがプレゼントされた。

いそいで
かならずがくにれ
みきひだい



こいのぼりあげたよ♪

中央保育所 こいのぼり掲揚

4月27日(金)、中央保育所では、子どもたちが元気いっぱいこいのぼりの歌を響かせていた。

「これからみんなと一緒にこいのぼりをあげまーす」と先生のかけ声に子どもたちは、色とりどりのこいのぼりのもとに一目散に駆け寄った。力を合わせてめいっぱい紐を引っぱり、高くあげられたこいのぼりの下で嬉しそうに飛び跳ねていた。



ゴーヤーの季節到来！

5月8日は、「ゴーヤーの日」

5月8日(火)は、「ゴーヤーの日」で、県内各地で様々なイベントがあり、久米島町でもAコープ久米島店駐車場において「ゴーヤー感謝祭」が開催された。普段よりも安い価格で販売され、たくさんの町民が買い求め賑わった。生産者によると昨年の台風、日照不足等天候不良の影響により、生産量が少なかったが、今年はこれから天候が良くなればもっと生産が増えそうだと笑顔で応えていた。





公立久米島病院だより

かぜを漢方で治す

私が医学の勉強を始めた40年前、医学部の正規の授業に漢方は全く取り上げられていませんでした。当時は漢方医学に興味を持った一部の教官や学生が、研究会を作り細々と学んでいたにすぎません。現在ではほとんどの大学の医学部で漢方の講義が行われています。高校時代漢文が不得手だった私は、どうせ漢方の古典（多くは中国で書かれました）は読みこなせない、と思い込み全く興味を覚えませんでした。そんな私が漢方を勉強しようと思ったのは、子供ができ子育てに参加した頃からです。子供はかぜを引きやすくよく熱を出します。私の妻は薬剤師で、薬学には生薬という分野（漢方薬の元になる自然界にある植物などの薬理効果を研究する学問）があり、抵抗感が無かったのでしょう。漢方の勉強を始め、子供の症状に応じて漢方薬を与えていました。子供たちは次第に丈夫になり、双子の長女の方は中高6年間無遅刻無欠席で、卒業式に表彰されたほどです。残念ながら次女は、1日だけ発熱して休み、その栄誉を逃しました。

私に影響を与えたもう一つの出来事があります。それはNHKの健康番組です。出演した講師が、漢方の名医ならばかぜは1日で治せる、というのです。今でこそ医学が進歩し、インフルエンザなどに効く抗ウイルス薬が出来ました。多くのかぜはウイルスが原因で発症するので、当時は残念ながらウイルスを直接死滅させる薬は無い、いわゆる風邪薬とされているのは、熱や咳、鼻水などの症状を軽くする対症療法に過ぎない、とされていた

時代です。最初はまさかと思いました。どんなに大家が言っても100%信じることができない私は、わが身を使って試してみることから始めました。

実は仕事上の必要度もありました。私の専門は麻酔科です。当時は1日に2~3人の患者さんの手術の全身麻酔を担当していました。私がかぜで休むと手術が中止になります。周りに多大な迷惑をかけてしまいます。

「葛根湯（かっこんとう）」という漢方薬があります。葛根とは食物のくずの根のこと、それを主体に他に6種の生薬が配合された薬です。かぜにはよく使われる薬で、コマーシャルでお聞きになった方もあると思います。私にもこの薬は良く効きました。おかげでかぜが原因で仕事を休むことは、ほとんどありませんでした。

全ての人のかぜを葛根湯で治せれば医者いらず、話は簡単ですが、そうはいかないところが難しいところです。この薬が効く状態は以下のように書かれてあります。

「比較的体力がある者の自然発汗がなく（まだ汗をかいていない）、頭痛、発熱、悪寒（さむけがする）、肩こりなどを伴うかぜ」全ての症状がそろわなくても良いのですが、ポイントはまだ汗をかいていない、肩こりがある、ですから、かぜのごく初期の状態です。治療のコツは汗をかくまで数時間おきに飲み続けることです。もちろん安静を保つことも忘れてはなりません。葛根湯は薬局でも市販されています。症状に思い当たる方は、一度お試しを。そろそろ紙面が尽きました。次回はかぜの別の症状には何を用いるのかを書きます。

子どものカラダと生活習慣病①～糖尿病～

公立久米島病院 小児科医
矢崎 幸

これまで子どものカラダと生活習慣についてお話しできました。今回からは子どもの生活習慣がどのような病気につながるのかについてお話していきたいと思います。

糖尿病には生まれつきの遺伝的な要因で起こる（防ぎようのない）1型糖尿病と主に肥満によって起こる（防ぐ方法のある）2型糖尿病があります。昔は子どもの糖尿病はほとんどが1型糖尿病でしたが、近年2型糖尿病の患者が年々増えており、1970年代と比較して2000年代には小児2型糖尿病患者は2.0倍に増えています。

子どもで2型糖尿病の起こるもっとも大きな原因是肥満です。肥満は食べたエネルギーが多く（食べ過ぎ）と使うエネルギーが少ない（運動不足）ことにより、エネルギーの過剰が起こり、余ったエネルギーが脂肪としてたまっていくことで起こります。この、脂肪が内臓や皮下にたまつくると、身体の中で悪さをはじめて肝臓や筋肉でインスリン（血糖を下げる唯一のホルモン）の効きを悪くします。それが続くと、血糖が下がりにくくなり、糖尿病が発症します。

この、インスリンが効きにくくなることを「インスリン抵

抗性」と言いますが、久米島町で小学校5年生～中学3年生まで、軽度以上の肥満がある子どもに二次血液検査を行ったところ、45%の子どもにこのインスリン抵抗性が認められました。インスリン抵抗性は糖尿病の始まりですが、これは生活習慣を変えるだけで治すことができます。実際に、こども健診の後から病院に通い始め、①お菓子とジュースを減らし、②1日30分～1時間ウォーキングなどの運動を行うことで、半年～1年間で肥満が改善し、インスリン抵抗性が正常に戻った子ども達

がいます。

2型糖尿病は腎不全、失明、動脈硬化による心筋梗塞、脳梗塞など多くの病気を引き起こす病気ですが、予防できる病気でもあります。また、子どもの頃に覚えた生活習慣が大人になってからもそのまま続くといわれます。子どもの時の今こそお菓子・ジュースを摂り過ぎない食習慣や、野菜・魚を中心の食事、適度な運動、早寝・早起きの生活習慣を身につけ、島全体で健康になっていきましょう!!

冬のかぜの流行に備えて、 肺炎球菌ワクチン接種は早めに受けましょう。

助成が受けられる期間は **24年9月29日まで** となっています。

早めの受診をお勧め致します。

*昨年接種が済んでいる方は対象外になりますので通知はいきません。

なぜ助成を始めるの?



日本人の死亡原因は高い順に、がん・心臓病・脳卒中と続き4番目の原因是肺炎です。町でも19年の死亡原因の1位が、がん。2位に肺炎となっています。(県統計)
日本で肺炎で亡くなる方の95%は65歳以上の方です。
肺炎の原因の1位は肺炎球菌によるものです。

そこで
町では…

「肺炎球菌ワクチン」は肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防するワクチンです。

肺炎球菌による肺炎は重症化しやすいため重症化を防ぎ、健康管理に対する意識の高揚を図るため、町は予防接種の一部助成を決めました。

対象者へは、個別に案内文書と予診票を郵送致します。
予診票を紛失した場合は役場福祉課にお問い合わせ下さい。

予防は、日頃の心がけと健康管理から…



高齢者のかかる肺炎の多くが肺炎球菌によるものといわれていますが、肺炎球菌ワクチンですべての肺炎が予防できるわけではありません。日頃の健康管理が基本です。

町の
実施日程

対象者 久米島町に住所があり、今年度の接種期間中に対象となる方

接種期間 平成24年5月1日～平成24年9月29日まで

指定医療機関 公立久米島病院・仲里中央診療所・球美の島診療所

接種料金 8,000円(自己負担4,000円、町助成4,000円)

接種回数 1回

お問い合わせ 福祉課 児童母子班 ☎985-7124

対象者に送付した通知書にて、球美の島診療所の連絡先に誤りがありました。
正しい連絡先は、
☎896-8036です。

未納になっている過去の国民年金保険料が 納付できるようになります

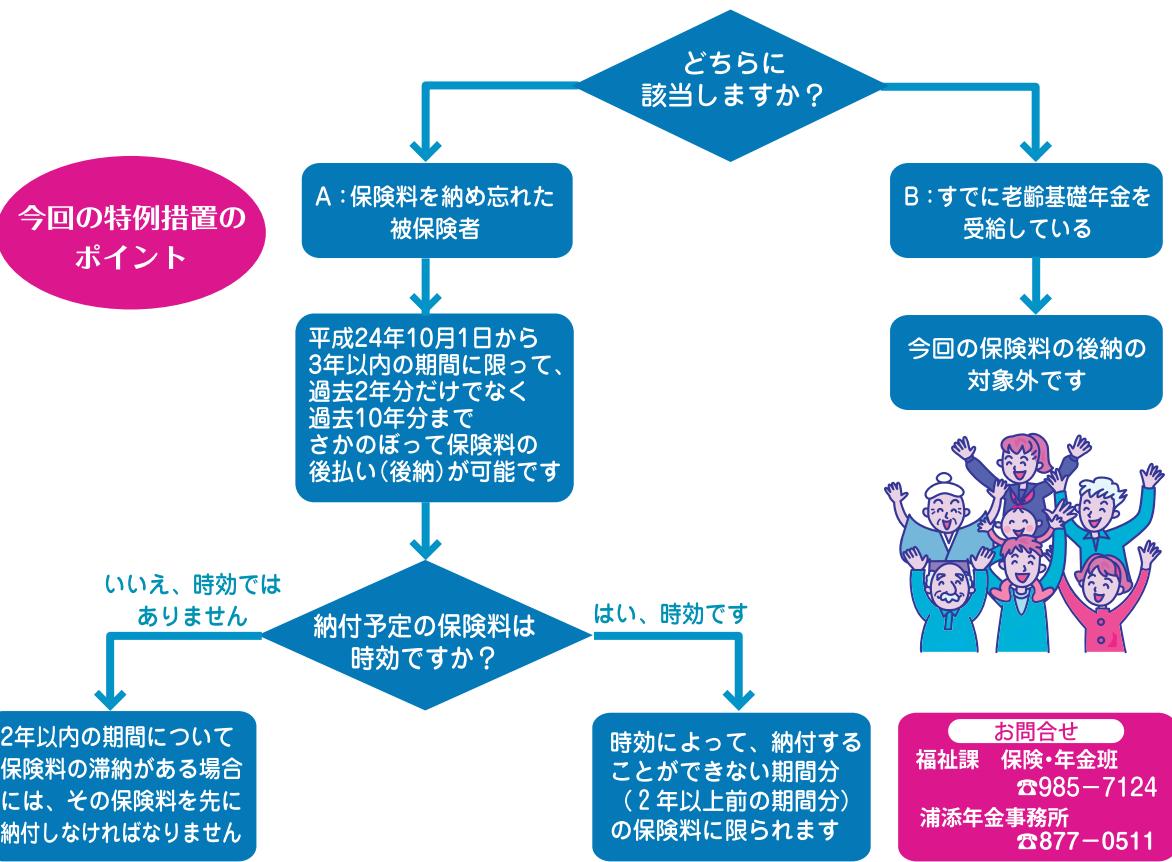
昨年8月10日に公布された年金確保支援法で、時効によって納付できなくなった一定期間の保険料を、平成24年10月1日から3年間に限って本人の希望により納付できることになりました。

保険料の後納の特例措置



国民年金の毎月の保険料は、翌月末日までに納付しなければなりません。また、保険料を滞納した場合には、2年前までさかのぼって納付することができます。しかし、2年を経過すると時効により納付できないことになっています。

ただし、保険料の免除の適用を受けたり、学生納付特例や若年者納付猶予の適用を受けたりした場合には、免除などの適用を受けた期間の保険料の全部または一部を追納することができます。この追納は10年前の分までさかのぼって行なうことができますが、追納する保険料の額は3年度以上前の分をさかのぼって納付する場合、当時の保険料の額に一定の加算が行われたものとなります。





禁煙週間:5月31日(木)~6月6日(水)/「世界禁煙デー」5月31日

—喫煙が健康に与える影響はとても大きい—

- ①たばこには発ガン性の強い物質が含まれていて、添加物が混ぜられていることもあります。
- ②軽いたばこでも健康に害が無いと言うことはありません。
- ③喫煙習慣は、慢性閉塞性肺疾患（COPD）や脳梗塞・心筋梗塞などの生活習慣病をひきおこす危険性も高くなります。（生活習慣病を予防する上でも、禁煙は重要な課題です。）
- 禁煙治療のお薬は保険がききます。病院で相談しましょう。

—大切な人のためにも禁煙を心掛けましょう！—

※慢性閉塞性肺疾患（COPD）とは……

肺に治りにくい慢性の炎症がおこり、酸素の取り入れ、二酸化炭素の排出（ガス交換）が障害される病気のこと。

『タバコ川柳集～赤ちゃんから始める禁煙活動 童どう宝』作品集より

優良賞	たばこはね 害がたくさん もうやめて	久米島中学校	嘉味田 侑莉
優良賞	禁煙で 家族みんなも 幸せに	久米島中学校	匿名希望
優良賞	白煙は 体も未来も 濁してく	久米島中学校	崎村 陽奈

歯の衛生週間のお知らせ

—歯みがきは じょうぶなからだの 第一步—



歯の衛生週間 6月4日(月)~6月10日(日)



歯周病は認知症になりやすい？

最近になり、歯周病の進行と認知症の進行の関係が深いことがわかつてきました。

脳の萎縮が、歯の数が減ることに伴って現れることが分かり、歯の喪失がアルツハイマー型認知症発症につながることが判明しています。また、脳血管性認知症は歯周病の慢性化と関係していることもわかつています。

口臭や歯茎からの出血など歯周病を疑う自覚症状に気付いたらすぐかかりつけ医の受診を！
健康な日常生活を送るためにも子供の頃からきちんと歯磨きし、健康な歯と歯ぐきを保ちましょう！

食育月間・食育の日

6月は「食育月間・毎月19日は
「食育（しょく19）の日」



「よい食習慣5カ条」—生きる力を育みます—

- ・一日のスタートにはしっかり朝ごはんを食べましょう！
- ・おやつは時間と量を決めましょう！
- ・1日1回は家族そろって楽しく食事をしましょう！
- ・夜は早めに寝て、朝は早起きしましょう！
- ・戸外遊びは元気よく体を動かしましょう！

6月集団予防接種

福祉課
母子児童班

予防接種	実施日	場所
D P T	6月7日(木)	仲里庁舎
H i b 小児肺炎球菌	6月28日(木)	仲里庁舎
麻しん風しん(MR) 2期：幼稚園生	6月21日(木)	具志川改善センター

あなたは大丈夫？—糖尿病の危険性—

検査の結果ヘモグロビンA1c (HbA1c) が5.2以上の方は糖尿病・糖尿病予備群の可能性があります。

※糖尿病にかかってしまうと医療費が年間約27万円程度かかってしまうかも・・・

福祉課 健康づくり班

お問い合わせ：福祉課 ☎985-7124

おしらせ

みんなで行こう！健康診断

日付	字の割り当て
6/2(土)	儀間、山城
6/3(日)	島尻、銭田、真我里
6/4(月)	イーフ、比嘉、比屋定、上・下阿嘉
6/5(火)	真謝、宇根、真泊、泊、東・西奥武
6/6(水)	謝名堂、宇江城
6/7(木)	仲村渠、具志川、仲地、山里
6/8(金)	【企業健診】 健診機関：北部地区医師会病院 成人病検診センター TEL: 0980-52-0777
6/9(土)	健診機関と契約している事業所のみ検診できます。 直接健診機関に問い合わせて下さい。
6/10(日)	
6/11(月)	
6/12(火)	西銘、大原、北原
6/13(水)	兼城、鳥島
6/14(木)	仲泊、久間地、上江洲
6/15(金)	嘉手苅、大田
6/16(土)	全地区(午前中のみの受付です。)

【日時】6月2日(土)～6月16日(土)午前中
【場所】具志川改善センター
【受付時間】
 (午前)8時～11時(午後)1時～2時半
【地区割り当てる】*地区割り当てる日で都合が悪い場合は、都合の良い日に受診することができます。
 地区の割り当てる各公民館と具志川改善センターまで送迎を行います。

※社会保険の扶養に加入している方も同じ
 健診受診の際は、必ず保険証・受診券をお持ちください。
 日程で健診を受診できます。

【お問い合わせ】議会事務局
 ☎ 985-7128

6月定例会日程

6月13日 (水)	開会 (一般質問)	議場 (モニター中継)
6月14日 (木)	議案審議	議場
6月15日 (金)	閉会	議場

一般質問(6月13日)は仲里庁舎1階ロビーでモニター放映も行います。
 ※日程が変更になる場合があります。
 ホームページをご覧いただけ、議会事務局にお問合せください。

久米島町議会 6月定例会傍聴のこな案内

議会を傍聴しませんか？
 ○傍聴受付について

【受付日】当日

【場所】仲里庁舎2階 議会事務局

【受付方法】住所、名前を記入するのみ

【一般質問 開始時間】午前10時

【主催】沖縄県教育委員会
 ☎ 985-2287

【主管】那覇教育事務所、久米島町教育委員会

【お問い合わせ】久米島町教育委員会

【座談会】15時20分～16時
 (子育てに関する質問コーナーなど)

【場所】イーフ情報プラザ
 【参加対象】どなたでも参加できます。

町民、乳幼児・小中学生の保護者、保育園・学校等関係者、PTAなど

【参加料】無料(定員50人)

アリモドキゾウムシ根絶確認調査に 向けて

アリモドキゾウムシの根絶確認調査が6月11日から10月にかけて行われます。

これまで、国の確認調査が行われるたびに、島外からのイモ類の持ち込みにより、アリモドキゾウムシが再発生し、確認調査が中断されています。
 今回の根絶確認調査は町民の協力が大変重要です。

島外からイモ類、ウンチュー等の寄生植物を絶対に持ち込まないよう、町民の御協力をよろしくお願いいたします。



募集!

久米島町では、障害者や要介護高齢者等を支える介護の担い手が不足しています。離島という環境もあってなかなか本島へ「資格」を取りにくくことが難しい状況もあります。「働いて給料もしっかりもらひながら、ホームヘルパーの資格を島内で取れたら。」という声もあり、久米島町では一昨年に引き続き、島内の介護事業所で働きながらホームヘルパーの資格を取得する事業を平成24年度の8月実施を計画しています。この事業への参加には以下の条件がありますのでご確認ください。詳細については決定次第広報等で報告します。

条件

- ①現在失業中であるもの(失業者であることを証明する書類等の提示を求めます)。
- ②久米島町内の介護事業所で継続した就労を目指しているもの。

問い合わせ 福祉課 地域包括支援センター 吉永まで ☎ 985-7124



【日時】6月17日(日)
午前10時～午後4時30分まで
【場所】海洋深層水研究所、
深層水ふれあい館
【主催】久米島海洋深層水協議会
【お問い合わせ】産業振興課 安村
☎ 985-7134

※詳しくはホームページをご覧ください

久米島「深層水の日」イベント



6月25日(月)

申込期間

6月25日(月)～9月26日(水)

※インターネット申込は

9月21日(金)まで

【受付窓口】仲里庁舎環境保全課窓口 具志川庁舎総合窓口

【郵便振替】最寄の郵便局へ

【インターネット】大会ホームページ

<http://www.kumejima-marathon.com>

【お問い合わせ】久米島マラソン事務局 ☎ 985-7106

ハーリー大会のお知らせ

—字真泊・字儀間・字鳥島—

6/23
土

今年も字真泊・字儀間・字鳥島の三字が漁民の航海安全と大漁を祈願し、地域繁栄を目指して伝統行事のハーリー大会を下記日程で開催致しますので、町民の皆様には御多忙な折り誠に恐縮ではございますが、お繰り合わせの上、御来観していただき選手の皆さんを激励して下さいますようお知らせします。

【期日】6月23日(土)

【主催】字真泊・字儀間・字鳥島

	字真泊	字儀間	字鳥島
開始時間	午前9時	午前9時	午前8時30分
プログラム	御願バーリー	御願バーリー	鳥島御願バーリー
	仲里中学校	職域一般(9チーム)	清水・大岳・比屋定小
	美崎幼小学校・仲里小学校	中高一貫(6チーム)	職域一般(16チーム)
	久米島高等学校	民謡ショー(なんくる)	本場バーリー
	職域一般	中バーリー	鳥島本バーリー
	上がりバーリー	職域一般(12チーム)	西中学校・久米島高校
		小学生(3チーム)	鳥島上がりバーリー
		上がりバーリー	
終了予定時間	午後12時頃	12時30分頃終了 表彰式	
終了後予定	古堅シンカ 民謡ショー		豪華賞品抽選会 民謡ショー

■自分の声って、なかなか聞く機会がないですよね。録音して、いざ自分の声を聞いてみたら、変な声でショックだつたり……。私自身も声がコンプレックスで、「ラジオ広報ハイサイクめじま」を冷や汗をかきながら聞いています。でも、自分や知っている人の声がラジオから聞こえてくるのはおもしろいなーと思いました。楽しくて、みなさんの役に立つ番組にしていきたいです！(永田)

■今回の「広報くめじま 6月号」の表紙ですが、いつもと違い、思い切って写真を一面に出してみました！いかがでしたか？子どもたちのイキイキとした表情って、本当にかわいいですね。ついつい何度も見たくなっちゃいます。そんな広報誌づくりというのも目指したいなという思いもあって、今月号から中のレイアウト等ちょっとずつ変化をつけてみました。ただ、見た目やデザインを変えたのもいいのですが、一番は、町民が求める情報が詰まった広報誌づくりだなあと思っています。楽しくてみるともいいのですが、1番は、町の話題ももっと増やしたり、新しい発見もあつたりするようなコトナーを作つてみる等、工夫していくたいと思います！(ひが)

編集後記



おかあさん、喜んでくれるかなあ 草木染めのオリジナルバンダナを作ったよ

母の日プレゼントづくり教室



4月28日(土)、母の日プレゼントづくり教室(教育委員会主催)が久米島紬の里ユイマール館で行われた。今年は「島の草木で染めるバンダナしづり染め体験」で、児童・園児など29名が参加し、ユイマール館講師の指導を受けながらお母さんやおばあちゃんに贈るプレゼントを作った。

しづり染めは布に輪ゴムや割り箸等をかけて模様を作り島の草木からできた染料で染め上げるが、最後までどのような仕上がりになるかわからないので、わくわくしながら取り組み、たった一つしかない自分だけの模様のバンダナを完成させた。バンダナを広げると思った以上の素敵な出来ばえで、あちらこちらから歓声が上がった。

今年もたくさん泳ぐぞー！

B&Gプール開き

5月3日(木)、仲里B & G海洋センターでプール開きが行われた。午前中に挾みを終えた後、午後から集まった子ども達へ、指導員から「プールに入る時の注意」などが話された。この日の気温は27度。青空の下、子ども達は待ちに待ったプールで、思い切りはしゃいでいた。3日から6日までは無料開放しており、初日は105人の利用者がいた。利用料金は子供50円。大人100円。営業時間は午前10時から午後6時まで、1時から2時は昼休み。定休日は月曜日

連絡先は985-8201 担当:松田



かめさん、かわいいねえ～

ウミガメふれあい体験

ゴールデンウイークの特別企画として、ウミガメ館で「ウミガメふれあい体験」が行われた。観光で島を訪れていた家族連れは、初めて間近に対面するウミガメに、始めはおっかなびっくりと、しだいに「かめさん、かわいいね～」と笑顔になっていた。



拍手喝采の大盛り上がり

久米島ホタルまつり

4月28日(土)に、具志川商店街のじんじんロードで久米島ホタルまつりがひらかれた。一年間久米島のPRのお手伝いをする「チチ久米島」の認定式も行われた。「チチ久米島つむぎ」に譜久里優月ちゃん(5歳)、「チチ久米島はての浜」に内間光姫ちゃん(4歳)、「チチ久米島ボタル」に山城りあんちゃん(5歳)が就任した。久米島西中によるプラスバンドや「なんくる三線」、その他各種バンドによるライブステージでじんじんロードは賑わった。中でも大道芸人「けんじ」の炎を使ったパフォーマンスには皆息を飲み、最後は拍手喝采の盛り上りであった。