

# 久米島

2012 10月号 No.127

## Contents

ハワイ交流団視察報告／他	P2-3	公立久米島病院だより	P10
くめスポっ！祝・離島甲子園準優勝／他	P4	福祉課からのお知らせ	P11-12
第3回久米島古典民謡大会／他	P5	第11回久米島町肉用牛共進会・他	P13
消防だより	P6	お知らせ —Kume Info—	P14-15
久米島町功労者・久米島町制施行10周年記念特別表彰者	P7	2012 久米島マラソン	P16
まちの話題	P8-9		

アロ～ハ～♪

祝・久米島町ハワイ姉妹都市提携1周年♪

### 人口の推移

平成24年8月末現在

男	4,508人
女	4,064人
計	8,572人
世帯	3,949世帯



# ハワイ——久米島



## 相互交流でグローバルな 人材育成を

8月15日から22日まで、久米島町ハワイ交流団（団長 平良朝幸町長 ほか6名）はハワイ島を訪問しました。今回の主な目的は、久米島の将来を担う中高生の人材育成をどのように進めていくのかを検討するため、ハワイ島内の学校を視察することです。

8月16日にはハワイ州ハワイ島にあるハワイ大学ヒロ校を、ヒロの姉妹都市である名護の稲嶺市長と共に訪問しました。今後は久米島の中学生、高校生がコナと交流し、将来的にはヒロ校への進学・交流も視野に入れています。

ヒロ校では、ストラニー学長、サイモン副学長、名護市長、平良町長ら15名で意見交換が行われました。ストラニー学長は「ハワイや沖縄のよつな島国は、協力し合い絆を深めながら互いに発展し、自分の地域に還元していかなければならぬ」と、ヒロ校が沖縄の名桜大学を始めアジアや幅広い地域との国際交流に力を入れていることを力説しました。

この他、ハワイコミュニティカレッジや私立小中学校、公立高校2校の調査訪問をしました。またケノイ・ハワイ郡長ら関係者との懇談会やヒロ県人会、コナ県人会、県人会ハワイ連合など沖縄県人会（久米島出身）の方々と交流し、互いの情報交換をしました。ハワイの県人会の絆、結束は強く、今回訪問した各学校との連絡調整では様々なネットワークを活かして、大変助けていただきました。

この姉妹都市提携を契機に、久米島町からヒロ校にて。中央がストラニー学長、サイモン副学長。左は名桜大学からの留学生。



も国際的な視野を持つ子ども達が外へと羽ばたき、学んだことを久米島で発展させる時代が来ることを願い、今後とも様々な交流を推進していきます。

## 期待高まる海洋温度差発電

沖縄・ハワイクリーンエネルギー協力第3回海洋工エネルギーワークショップ（沖縄県主催）が、9月11日、12日の2日間、具志川改善センターで行われました。ハワイ郡政府、沖縄県及び久米島町担当、大学、企業ら40名が参加しました。今回のワークショップは、OTEC（海洋温度差発電システム）プロジェクトを立ち上げるため、技術、資金、環境などの課題を明らかにし、解決するためを開催されました。

1日目は、日米の再生可能エネルギーの取組状況について、日米の企業、沖縄県、ハワイ郡の担当者がそれぞれ報告。午後は、NELHA（ハワイ州自然エネルギー研究所）での研究の成果、久米島で実施するOTECの実証実験の取組状況を報告し合いました。商業化が期待されるOTECについて、池上康之（佐賀大学海洋エネルギー研究センター准教授）が、「今後も環境問題を含め、様々な観点から議論する必要がある」と述べました。

2日目は前日の成果をふまえ、OTECの実証実験に対する質疑応答、討論結果の報告をとりまとめました。



9月11日、具志川改善センターで久米島町・ハワイ郡姉妹都市提携1周年記念歓迎交流会が行われました。ハワイ郡長の代理でランディ氏、NELHA（ハワイ州自然エネルギー研究所）理事のガイ氏、沖縄米国総領事館主席領事のマット氏、また海洋エネルギーの技術者達が、一堂に会しました。町長が「グッドイヴニング・エヴリイベン（晩）」と挨拶をして笑いと拍手を誘い、「これからもっと交流を深め、産業、人材育成と、お互いさらなる発展を目指しましょう」と話しました。

「古酒仕込み式」では、「この友好が、古酒のように時間と共に熟成しますように」という想いを込めて泡盛を壺に注ぎました。締めくくりはカチャヤーシーをみんなで踊り、末永い友好と、お互いの発展を祈りました。

## 壺の酒に友好の想いを込めて…

## ハワイ郡って、どこにあるの？

コナってどんなところ？

海岸沿いの町には長期滞在に適したホテルやコンドミニアムが建ち並んでいます。ダイビング、シュノーケルのポイントが多く、イルカやマンタを見るこどもできます。ハワイ名物コナコーヒーの产地でもあり、海岸線と並行して走るハイウェイ沿いには、たくさんのコーヒーファームが並びます。



# 準優勝おめでとう!! 久米島イーグルス

8月27日～8月30日、東京都八丈島八丈町において、第5回離島甲子園が開催されました。去年に続く決勝進出を果たしましたが、惜しくも1点差で負けてしまい、準優勝となりました。

## 【1回戦】 8/28(火)

久米島イーグルス	6 5 3 5	1 9
三宅中学校 (東京都三宅村)	0 0 0 0	0

## 【2回戦】 8/28(火)

久米島イーグルス	0 0 0 1 0 1 0	2
壱岐市選抜 (長崎県壱岐市)	0 0 0 1 0 0 0	1

## 【準々決勝】 8/29(水)

久米島イーグルス	2 3 0 3 0 2 2	1 2
直島 (香川県直島町)	0 0 0 1 0 0 0	1

## 【準決勝】 8/29(水)

久米島イーグルス	2 0 0 0 4 0 4	1 0
屋久島選抜 (鹿児島県屋久島町)	0 0 0 1 0 0 0	1



久米島イーグルス  
監督  
新垣 康史

町民・関係者・保護者の皆様、子ども達を応援して頂き、有り難うございました。

今大会の目的は、「夢づくり」「人づくり」です。優勝することはできませんでしたが、2年連続で決勝戦を戦うことができて、安堵の気持ちがあります。

子ども達は、厳しい状況の中で良く頑張ったとと思いますし、準優勝できたことを純粋に褒めてやりたいです。「島に誇りを持ち、島の子ども達を全町民で育てましょう」



## 【決勝】 8/30(木)

久米島イーグルス	0 0 0 0 1 0 0	1
隠岐の島あんやらーず (島根県隠岐の島町)	0 0 0 0 0 0 2x	2



久米島イーグルス  
キャプテン  
本永 混太

試合の結果は惜しくも優勝はなりませんでしたが、準優勝といういい結果が残せたので良かったです。

準優勝できたのも、最初未熟だった自分達をここまで成長させてくれた監督、コーチのおかげです。

今回、このチームのキャプテンを務めてみて、いろんな場所での挨拶をする時、緊張するのを克服でき自分も大きく変わったと思います。

## 久米島イーグルス 出場選手

本 永 混 太	3年	久米島西中学校
我 謝 龍 太	3年	久米島西中学校
新 里 心	2年	久米島西中学校
眞 榮 平 理 將	2年	久米島西中学校
糸 村 翔	2年	仲里中学校

安 里 翔 太	3年	久米島中学校
田 原 真 紀 人	3年	久米島中学校
比 知 屋 祐 人	3年	久米島中学校
宇 江 城 星 也	3年	仲里中学校
山 川 裕 大	3年	仲里中学校
山 城 一 育	3年	仲里中学校
渡 名 喜 良 太	3年	久米島西中学校
濱 元 智 仁	3年	久米島西中学校
當 間 圭 太	3年	久米島西中学校
古 波 藏 将 悟	3年	久米島西中学校
赤 嶺 韶 希	3年	久米島西中学校
國 吉 昌 志 郎	3年	久米島西中学校
久 手 堅 海 人	3年	久米島西中学校





## 8月11日・12日 『バスケットボール』初めての「久米島大会」開催！

8月11日～12日、仲里中学校体育館において島尻体育大会バスケットボール久米島大会が開催されました。

南風原町、八重瀬町、与那原町、久米島町の4チームが男女リーグ戦で対戦し、南風原町が男女共に優勝しました。今大会は、初めての久米島開催ということもあり、1日の試合後にはイーフ情報プラザにて選手及び関係者が集まり、交流会も行われました。南風原町チームキャンプテンの大城華代さんは、「今回、久米島に行けることをすごく楽しみにしていた。普段の大会ではないチーム間の交流会もできて、とても良かった。今後、定期的に久米島でも開催出来たらいいですね」と話しました。



今回、女子チームより県民大会(11月20日、石垣島開催)の島尻郡代表選手として西尾木の実さんが選出されました!

### 大会結果

#### ●男子

1位 南風原 3勝  
2位 八重瀬 2勝1敗  
3位 与那原 1勝2敗  
4位 久米島 3敗

#### ●女子

1位 南風原 3勝  
2位 八重瀬 2勝1敗  
3位 久米島 1勝2敗  
4位 与那原 3敗

## 8月19日

## 『ソフトボール』

軟式野球、サッカー、バドミントンは、台風の影響により延期となりました。

9月22日(土)、具志川改善センターにおいて第3回久米島古典民謡大会が催されました。

久米島に古くから伝わる古典民謡を多くの人に広め、歌い継いでいくことを目的とした大会で、今大会には小・中学生の部16名、一般の部8名(計24名)がそれぞれ思いを込めた素晴らしい唄三線を披露しました。

【課題曲:①久米阿嘉節 ②木綿花節 ③黒石森城節から1曲を選び、三線を弾きながら歌唱する。】

小中学生の部の優勝者は宮平鈴奈さん(仲里小5年)、「入賞できるように最後まで頑張って歌いたい」という目標を初出場で見事に達成しました。

一般の部の優勝者は平良朝英さん(字比嘉)、「第1回大会に出場した時には、緊張して力を発揮できなかった。今大会では本番に向けて師匠の元でしっかり稽古してきた。本番では緊張しながらも力を発揮することができた。優勝できて感無量です。」と優勝の喜びを語りました。

### 実行委員長より…

久米島の唄をより多くの方々に広めていくためにも、この大会は毎年開催します。今大会は、一般の部で島内出身者の参加が少なかったので、次回は多くの島内出身者の参加をお願いしたいです。

## 第3回久米島古典民謡大会開催



一般の部  
優勝 平 良朝 英(久米島町)  
準優勝 田 村 圭介(久米島町)  
3位 宇江城 瑞明(久米島高校1年)  
特別賞 長 田 直子(兵庫県)  
奨励賞 糸 数 友希(久米島高校1年)

小中学生の部  
優勝 宮 平 鈴 奈(仲里小5年)  
準優勝 与 那 未 諭(久米島西中2年)  
3位 桃 原 竜 海(仲里小6年)  
特別賞 平 良 恵理奈(久米島西中3年)  
奨励賞 玉 城 茂 大(大里南小2年)

## 平成24年度水難救助展示訓練を実施！

久米島消防  
☎985-3281

8月17日(金)花咲港において、「水難事故発生時の出動体制の迅速化及び潜水技術、救助技術の向上を図る」目的で消防訓練が行われました。「花咲港で釣りをしていた高校生から友達が転落したとの119番通報。高校生3名で釣りをしていて1名が誤って岸壁より転落。助けに飛び込んだ1名が溺れかけている。1名は行方不明」との想定で、消防本部から関係車両5台及び救助艇、職員20名が参加。本番さながらに訓練を実施しました。



消  
だ  
防  
よ  
り

## SORA沖縄学園3年次の救急車同乗実習を実施 !!

9月3日(月)から14日(金)までの10日間、SORA沖縄学園救急救命士学科3年次の女子学生、古堅紀乃さん、上地茜さんの2名が救急車同乗実習を実施しました。救急出動の際には救急隊長や隊員の処置などの見学を行い、消防本部では資機材点検や救急訓練など実施しました。

また9月4日に行われた久米島町総合防災訓練にも参加しました。



### 8月出動状況

( ) 内は平成24年累計

・救 急	38件	(222件)
・風水害	0件	( 6件)
・火 災	0件	( 2件)
・搜 索	0件	( 1件)
・救 助	1件	( 2件)
・その他	5件	(15件)
合 計	29件	(204件)

## 久米島町行政改革推進委員会委嘱状交付及び第1回会議を開催

久米島町では将来にわたり行政サービスを安定的に供給し、町民のニーズに応えうる町政を実現するための新たな指針となる「第2次久米島町行政改革大綱及び行政改革行動プラン(仮称)」の策定に向けて取り組んでいます。

その一環として、町の付属機関である「久米島町行政改革推進委員会」を立ち上げました。

各委員は町内の各分野、団体から推薦していただいた9名の方々で構成され、今後、行政改革大綱の策定に向けて必要な事項を審議していきます。

去る8月28日(火)に町役場仲里庁舎において第1回目の会議が行われました。審議に先立ち

平良町長より委嘱状が交付され、委員の互選によって会長には商工分野より推薦された嘉手苅一氏、副会長に漁業分野より推薦された宮里真次氏が選任されました。

嘉手苅会長は「前回の行政改革推進委員の経験を活かし、町の活性化に寄与できるような行政改革を答申したい」とあいさつを述べられました。

今回、委嘱された方々は次のとおりです。

### 【行政改革推進委員】

会 長	嘉手苅 一 氏	(商工分野)
副会長	宮里 真次 氏	(漁業分野)
委 員	山城 勝 氏	(観光分野)
	糸数 要 氏	(区長会)
	宮里 恵美子 氏	(福祉・社会教育)
	安里 辰憲 氏	(教育分野)
	比嘉 絹江 氏	(婦人会)
	宇禄 弘 氏	(建設業協会)
	与那城 良光 氏	(学識経験者・元県職員)



# 久米島町功労者・久米島町制施行10周年記念特別表彰者

去った8月3日に開催されました「久米島町制施行10周年記念式典」におきまして、表彰された久米島町功労者及び久米島町制施行10周年記念特別表彰者を紹介します。

## 久米島町功労者

まえむら ゆきひで 前村 幸秀 94歳(字謝名堂出身)	ふるさと久米島に対する熱い想いから、長年に亘り当町に対し多岐にわたる支援を続け、平成23年には多額の寄付により、人材育成を目的とした「前村幸秀人材育成基金」を創設し、当町の人材育成に多大な貢献をした。
うえす ひとし 上江洲 均 74歳(字西銘)	久米島博物館初代館長及び名誉館長として博物館の運営に多大な功績を残した。また、平成21年には伊波普猷賞、平成23年には東恩納寛惇賞を受賞するなど、沖縄民俗学研究で幅広い成果をおさめ、当町の文化振興に多大な貢献をした。
やましろ こう きゅう 山城 幸久 72歳(字泊)	長年に亘りくるまえび養殖に取り組み、沖縄県車海老漁業協同組合長等を歴任し、県のくるまえび養殖産業を牽引するとともに、久米島くるまえびのブランド化を確立し、当町をくるまえび生産地日本一に導くなど、当町の産業振興に多大な貢献をした。
たいら そうせい 平良 會清 83歳(字比嘉)	昭和52年より久米島農業協同組合長、昭和61年より仲里村長として村勢の発展に貢献した。また、平成14年の仲里・具志川両村社会福祉協議会の合併に尽力され、以降久米島町社会福祉協議会の会長として長年に亘り地域福祉の向上に多大な貢献をした。
やなせ まこと 梁瀬 誠 76歳(字謝名堂)	昭和61年に仲里中央診療所を開業して以来、長年に亘る地域に密着した医療活動により、地域医療の充実と住民の健康管理に貢献するとともに、学校医として児童生徒の健康管理に尽力され、地域福祉の向上に多大な貢献をした。
たまき たみお 玉城 民雄 65歳(字大田)	歯科医師として長年に亘り地域住民の歯科医療活動に尽力したほか、乳幼児検診や歯科教室での口腔保健指導、保育所や学校へのフッ化物洗口の推進により、児童生徒のむし歯発生率を著しく低下させ、当町の口腔衛生の向上ならびに地域福祉の向上に多大な貢献をした。
やましろ そうたろう 山城 宗太郎 70歳(字真謝)	平成6年に仲里村議会議員選挙に初当選以来、平成23年まで4期17年に亘り議会議員として、村勢及び町勢発展に尽力した。また、久米島紬事業協同組合理事長、久米島紬保持団体代表を歴任するなど、伝統工芸産業の振興と後継者育成にも尽力した。
みやた いさむ 宮田 勇 70歳(字宇根)	昭和61年に仲里村議会議員選挙に初当選以来、平成23年まで6期25年に亘り議会議員として村勢及び町勢発展に尽力したほか、平成15年から平成19年まで1期4年間副議長として議長を支え、地方自治の向上発展に多大な貢献をした。
うえざと そうこう 上里 総功 65歳(字儀間)	平成6年に仲里村議会議員選挙に初当選以来、平成23年まで4期17年に亘り議会議員として、村勢及び町勢発展に尽力したほか、平成19年から平成23年まで1期4年間副議長として議長を支え、地方自治の向上発展に多大な貢献をした
たから 高良 ノブ 69歳(字錢田)	平成2年より仲里村議会議員に初当選後、平成10年からは議長に就任し、沖縄初の女性議長として女性の地位向上に多大な貢献をした。また、両村合併時には初代久米島町議会議長を務め久米島町誕生にも多大な貢献をした。

## 久米島町制施行10周年記念特別表彰者

●地方自治部門●	●教育文化部門●	●社会福祉部門●
しんざと しょうえい 新里 昌永 字山里	う え ず しんしち 上江洲 信七 字兼城	ふくざと こうてい 譜久里 廣貞 字西銘
ひらた せいじろう 平田 政次郎 字真謝	おおやま たかし 字謝名堂	とうばる はつこ 桃原 初子 字比嘉
やましろ じろう 山城 次郎 字謝名堂	う え ず じんほう 上江洲 仁芳 字西銘	なかはら たけし 仲原 健 字真謝
●産業経済部門●	●神里 節子 字比屋定	とうま ひろあき 當間 弘昭 字仲泊
えす りょうえい 江洲 良榮 字比嘉	とうばる こ 桃原 くめ子 字泊	やまかわ かずこ 山川 正員 字宇江城
しんざと えいやう 新里 榮勇 字上阿嘉	ほくむら しょうきん 保久村 昌欣 字仲地	あらかき きくこ 新垣 喜久子 字大原
いそい としお 磯井 俊男 字仲泊	よしもと こうしん 吉元 幸信 字謝名堂	うえざと けいこ 上里 桂子 字儀間
●教育文化部門●	●神里 節子 字比屋定	かでかる 嘉手苅 トヨ 字儀間
えす りょうえい 江洲 良榮 字比嘉	とうばる こ 桃原 くめ子 字泊	かでかる 嘉手苅 トヨ 字儀間
しんざと えいやう 新里 榮勇 字上阿嘉	ほくむら しょうきん 保久村 昌欣 字仲地	しまぶくろ ちょうえい 島袋 朝榮 字比嘉
いそい としお 磯井 俊男 字仲泊	よしもと こうしん 吉元 幸信 字謝名堂	

## 久米島観光の受け入れ体制強化を！

9月3日は「球美の日」

9月3日、イーフビーチホテルにて「久米島観光の日セレモニー」が開催されました。平良町長は、「観光客の目線で物事を考え、“また来たい”と思わせるような久米島の観光を作り上げていきたい。町全体で協力して受け入れ体制を整えていきたい。」と挨拶しました。観光大使には、沖縄民謡歌手の村吉茜さんとお笑いコンビ「ドラゴンエマニエル」の仲村昭吾さん、喜久里航平さんが任命されました。新たに観光大使に任命された3人は、「これまでよりももっと久米島をPRしていきたい。」と元気いっぱいに応えました。



## 地区記録更新 !!

第43回全沖縄ジュニア陸上競技選手権大会1位

9月1日～2日に行われた第43回全沖縄ジュニア陸上競技選手権大会で、久米島中学校3年生の田端真実さんが、共通女子ジャベリックスローで46m31cmの自己ベストを記録し、1位という快挙を成し遂げました。これまでの地区記録は當間汐織さんの45m34cmで、それを97cm上回る記録でした。田端真実さんは10月26日に行われる第43回ジュニアオリンピック陸上競技大会（神奈川県横浜市）に県代表として参加します。町民の皆様の応援をよろしくお願いします。

## 海ぶどうに興味津々

台湾旅行社久米島視察

9月7日、台湾の旅行会社から20名が、各社で計画中の沖縄離島ツアーの視察のために久米島を訪りました。一行は久米島町観光協会事務局長の案内で、五枝の松、久米島の久米仙、海ぶどう養殖場、畳石などを回りました。参加者は、「海ぶどうを食べたことはあるけれど、このように養殖場を見るのは初めて。おもしろいですね。」と興味津々で話しました。「久米島の感想は？」と尋ねると、「空気がきれい。」「自然がいっぱいです。」と答えてくれました。



## 10周年おめでとう !!

字イーフ10周年記念祭



9月9日、イーフ情報プラザ前駐車場で、「字イーフ10周年記念祭」が行われました。字イーフの住民が主体となったお祭りで、屋台からは暑さに負けない活気ある声が飛び交っていました。中でも「マグロバーガー」と「カジキバーガー」はボリュームと本格的な味わいが好評で、早くに完売していました。夜の部では、女子アームレスリング大会が開場を沸かせ、猛者たちを勝ち抜いて優勝した宮里さんが、「自信ありました！」と笑顔でガッツポーズを見せました。締めくくりは今年観光大使に就任した「ドラゴンエマニエル」の漫才。独特のテンポに方言を交えた舞台で、子どもも大人も大爆笑させました。

## 久米島の「水・土・里」から自然を学ぶ

### 水土里の路ウォーキング in 久米島

9月21日～22日、沖縄県主催による「水土里の路ウォーキング in 久米島」が開催されました。1日目のシンポジウムは、絶滅危惧種に指定されているクメジマボタルの生息状況やカンジンダムの多面的な役割などが紹介されました。また、パネルディスカッションでは、久米島の農業の展望と可能性について活発な意見が飛び交いました。

2日目に行われたウォーキングでは、島内外から約150名が参加し、さとうきび畑や田園、カンジンダムなど久米島の風景を満喫しました。



### 自分の夢に向かって 海外ホームステイ研修報告

7月25日から約1ヶ月間、アメリカワシントン州での海外ホームステイに参加した久米島西中3年の新里優奈さん、島袋万莉さん、平良恵理奈さんが平良町長のもとを訪れました。3人の研修生は「ホストファミリーに温かく迎えられ、たくさんの文化や習慣を学ぶ事が出来ました。高校や大学でも英語をもっと勉強したいです。」と報告しました。

平良町長は、「ホームステイを通して学んだ事を活かしながら色々と工夫をして、自分の夢に向かってチャレンジして下さい。」と、激励しました。



## たくさん笑って、ちゃーがんじゅー

### 平成24年度久米島町敬老会

9月14日、具志川改善センターにて「平成24年度久米島町敬老会」が開催され、約400名の高齢者が出席しました。

余興の部においては、町内保育園児による和太鼓の演奏をはじめ、各団体による琉球民謡の演奏、寸劇や手品等が披露され、敬老会を盛り上げました。

方言を交えた寸劇は、面白おかしく演じられ、会場中が笑いの渦に巻き込まれました。出席者らは、「みんなとても上手だった。」「来年も楽しみにしているさー。」と話し、とても満足した様子でした。



### みんなの心がひとつに ハワイアンフェスティバル2012

久米島町観光協会主催の「ハワイアンフェスティバル2012」が、9/21日にサイプレスリゾートホテル、9/22に久米アイランドホテルで行われました。開場には県内外からフラの踊り手が集結し、21日は11チーム、22日は9チーム出場し、来場者を魅了しました。久米島からも3チームが出演し、子ども達のククナ・オカラ・フラサークルもかわいらしいダンスを披露しました。ラストは観客と出演者が手をつないで丸くなり、「カイマナヒラ」を歌唱しました。ダイヤモンドヘッドを表すこの曲に合わせて、みんなの心が溶け合いました。





# 公立久米島病院だより

久米島おとな健康プロジェクト第2弾

公立久米島病院 医師 深谷幸雄

## 薬は飲み始めたら一生飲まなくてはならないんじょ?

一だったらできるだけ飲み始めるのは遅いほうがいい これってホント?—

薬はできるだけ飲まないほうがいい、飲むにしてもできるだけ遅らせたほうがいい、こんなことを言っている方がおられます、これはほんとでしょ?

高血圧のことを例にとってお話ししましょう。健診で少し血圧が高いと指摘されたとしましょう。この方の動脈硬化はまだわずかしか進んでいませんから、食事で塩分制限をしたり、運動をしたり、肥満を解消することによって充分血圧は下がる段階なのです。しかしこの状態をほっておいたらどうなるでしょう。年ごとに動脈硬化は進んでいきます。動脈はどんどん硬くなり、血圧は徐々に上がっていきます。しかし自覚症状はでませんから、相変わらずの生活が続くわけです。さていよいよ上の血圧が200へ、下の血圧が100を超えるようになります。いよいよ心配になって病院に来られます。しかしこの状態になってしまふと動脈硬化はかなり進んでしまい、動脈は力チカチの状態です。この状態になってから塩分を制限しても、運動をしても、肥満を解消しても手遅れで、血圧はわずかしか下がらないので。そして血圧を下げる薬を飲んでも簡単には下がらないので。ですから血圧の薬が何種類も必要になってしまいます。その上動脈硬化は全身の血管

に及んでいますから、頭の血管がつまって脳梗塞を起こしたり、心臓の血管がつまって心筋梗塞を起こしたりする可能性が非常に高くなってしまっているわけです。高血圧の薬を飲んでも動脈硬化は元には戻らないからです。ですから繰り返し言いますが、健診で見つかった軽い高血圧のうちから、食生活を見直したり、運動をしたり、少しの薬を飲み始めたりしたほうが、動脈硬化の進行がおさえられて、少しの努力と少しの薬ですむことになるのです。

糖尿病に関しても同じことが言えます。インシュリンを分泌する胰臓の細胞の働きを早くから守ってあげると、食生活の改善と運動習慣、そして内服薬にて維持することができます。胰臓の細胞をほったらかしにして痛めてしまふと、飲み薬では何ともできなくなってしまい、インシュリンが必要になってしまいます。健診を受けて、早いうちに病気の芽を見つけ、早いうちに対処したほうが、一生を通して見るうんと得になるのです。

早期発見で病気になるのを予防する。  
これが特定健診の目標です。

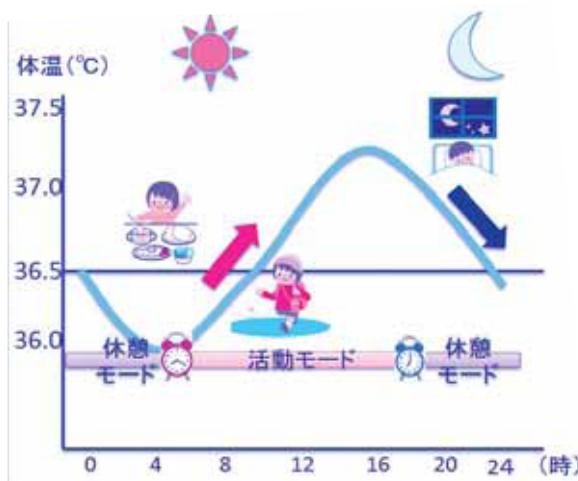
## 体内時計に合わせた生活で、健康&能力UPを目指そう

公立久米島病院  
小児科医 矢崎幸

前回は、人は24時間の間に体温が大きく変化し、その時間に合わせて身体も変化しているというお話をしました。図に示した通り、人は朝の4時に最も体温が低くなり、6時頃から徐々に体温が上がり始め、夕方4時をピークに徐々に体温が下がっていきます。

この朝の体温を上げて身体を活動モードに変えるのにとても大事なのが以下の2つです。

①朝食をしっかり食べる。②朝歩いて学校に行く。



朝早く起きて、朝食をしっかりとることで、一晩中休んでいた脳にエネルギーを与えます。また朝歩くことで体温が上がり、脳の血流もよくなります。この二つはスポーツ前の準備体操（ウォーミングアップ）のようなもので、昼間に元気に活動するためにはなくてはならない大事なものです。この事は健康だけでなく学力や体力などの能力アップにもつながるといわれます。

これが、朝起きるのが遅くて朝食をちゃんと食べれなかったり、時間がないので車で学校に行く、ということになるとこの体と脳のウォーミングアップが出来ないということになります。最近、島の小学校で行ったアンケートでも午前中の授業中にあくびができる、眠くなると答える小学生が増えています。これは体と脳がまだ十分に目が覚めていないということです。

今日から30分早起きして、「しっかり朝食」と「歩いて登校」で健康&能力UPを目指しましょう!!

眼科診療再開について

休診しておりました眼科の診療を10月から毎週火曜日に診療を行います。

## ある日の健康相談より 最近、地域で流行っている「酵素」

インスリンは血液中で働くホルモンです。今のところは飲み薬はありません。もし、糖尿病でインスリンを出せなくなってしまうと注射以外に方法はありません。



心当たりのある  
気をつけ下さい。  
あなた

野草に砂糖10kgを入れて発酵させたあと、野草を漉しつつ残った液体が「酵素」らしい。これを朝夕飲み続け半年で飲み干すという。

「何のために飲んでるの？」と尋ねると「健康にいいらしい」との返事。

成人の1日の砂糖の摂取量は「10g」まで。10kgの砂糖を半年で飲むとなると、1日「55g」の砂糖を摂取することになる。恐ろしいことです。10kgの砂糖は2年9ヶ月分の量です。これで本当に健康になれるのでしょうか？

実際、酵素を飲み始めて血糖値が高くなつた方がいます。健康どころか、糖尿病になつてしまつます。

健康相談に来られた方で「酵素を飲んでいるが血糖値が心配」という方がいました。

毎日、これだけの砂糖を摂取し続けると、「インスリン」(臍臍から出されるホルモンで血糖を下げる働きをする)を多量に使い続け臍臍が疲れてインスリンを出せなくなつてしまつ重症の糖尿病になります。そうなると、治療法としては、インスリン注射(食事をするたびに自分で打つ)をすることになります。

健康は、正しい食生活、正しい生活習慣でつくられます。「これを飲めば(食べれば)・・・」という風に、安易に偏った方法をやり続け健康を害することができないように気をつけましょう。

## 10月は「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間」

知っていますか？日本人の死因の第1位は「がん」です。

平成22年度は年間35万の方が「がん」によって命を落としています。

### ・がんの死亡率を下げる検診

がんは主に生活習慣が原因となり引き起こされます。しかし、生活習慣の改善を心がけても、がんにかかるリスクをゼロにすることはできません。そこで重要なのががん検診です。

医学の進歩により、がんは現在、約50%の方が、“治る”ようになりました。特に進行していない初期の段階で発見し、適切な治療を行うことで非常に高い確率で治癒します。

「がん検診」は、がんの死亡率を下げるのに非常に効果的です！

お問合せ 福祉課 健康づくり班  
☎ 985-7124

自分自身やあなたを必要とする人のためにもがん検診へ行きましょう。



## 国民年金保険料の後納制度が始まりました！

お問合せ 福祉課 国保・年金班  
☎ 985-7124



対象となる方には順次日本年金機構から通知(「国民年金保険料の納付可能期間延長のお知らせ」と「国民年金後納保険料納付申込書」)が日本年金機構から送付されます。(通知が届く前でも手続きは可能です)後納保険料を納めるには、申込書を記入し年金事務所へご提出ください。後納制度の他にも任意加入制度や免除・猶予申請制度があります。

お問合せ：浦添年金事務所 国民年金課 ☎ 877-0511 まで

日本年金機構「国民年金保険料専用ダイヤル」：0570-011-050(ナビダイヤル)

■受付時間：月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

第2土曜日 午前9時30分～午後4時00分

祝日、12月29日～1月3日を除く

※ナビダイヤルは、一般の固定電話からかける場合は、全国どこからでも市内通話料金で利用できます。

※050(一部)、070の電話からかける場合は、03-6731-2015におかけください(通常の通話料金がかかります)

■政府広報オンラインホームページ：<http://www.govonline.go.jp/useful/article/201208/1.html>

「年金保険料の納め忘れのある方は「後納制度」をご利用ください」

■日本年金機構ホームページ：<http://www.nenkin.go.jp/n/www/index.html>

## 平成24年10月1日から『乳幼児医療費助成制度』が 『こども医療費助成制度』となり助成対象が拡大されます

お問合せ

福祉課 母子児童班  
☎985-7124

【拡大の対象】入院の医療費が中学校3年生(15歳到達後、最初の3月31日)までとなり、所得制限が撤廃されます。

	名 称	対 象 者
改正前	乳幼児医療費 (～平成24年9月30日)	通院…0～3歳未満児、3歳児(1ヶ月1医療機関1,000円自己負担有り) 入院…小学校就学前まで
改正後	こども医療費 (平成24年10月1日～)	通院…これまでどおり 入院…中学校卒業まで

### ■新たに助成の対象になる人

小学校1年生から中学校3年生までの人が、平成24年10月以降入院した場合は、受給資格者証の申請手続きが必要になります。福祉課にて申請してください。

【持参する物】 ①印鑑(認め印) ②健康保険証(お子さんのもの) ③受給資格者名義の預金通帳

### ■10月以降も引き続き資格のある方

9月末に新しい『こども医療費受給資格者証』に切り替えて送付しています。これまでの『乳幼児医療費受給資格者証』は破棄してください。資格取得の手続きの必要はありません。

【助成の対象となるもの】 保険診療による入院に係る医療費の一部負担金

【助成の対象とならないもの】 保険適用外・健康診断・予防接種・食事療養費

※加入している保険で付加給付制度・高額医療制度を受けることができる場合はそちらを優先し、差額分をこども医療費で助成します。

### ■申請期間

受診日から1年内です。

## 久米島町特定不妊治療費助成事業について

久米島町では特定不妊治療費助成事業が平成24年4月1日から始まりました。これは体外受精や顕微授精による不妊治療を受けている夫婦を対象に経済的負担を軽減するために、特定不妊治療に要する費用の一部を助成する制度です。

### 医療機関

沖縄県が指定している医療機関とします。くわしくは福祉課母子・児童班へお問い合わせください。

### ■対象治療

体外受精・顕微授精

### ■助成の対象者

下記のすべての要件を満たす方

- 戸籍上の夫婦で、夫婦の両方が本町に住所を有していること。
- 沖縄県が実施する特定不妊治療費助成事業の助成承認決定を受けていること。
- 夫婦の前年の所得合計額が730万円未満の方。
- 町税等を滞納していない方。

### ■助成内容

助成金額は1回の治療につき15万円を限度とし、通算10回とします。助成を受ける初年度にあっては3回まで、翌年度以降は2回を限度に通算5年間助成します。

※助成金の対象額 ⇒ 特定不妊治療に要した費用額から沖縄県の助成金額を控除した額。

### ■申請方法

治療が終了した年度内(4月～翌年3月)に、所定の申請書に以下の必要書類を添えて、1回の治療終了ごとに治療終了1年内に福祉課へ申請してください。

- 久米島町特定不妊治療費助成金交付受診等証明書(主治医が記入したもの)
- 特定不妊治療を受けた医療機関の領収書
- 沖縄県の特定不妊治療費助成事業の認定通知書
- 夫及び妻が1月1日に住所が久米島町にない場合は前住所地より前年の所得を証明する書類

# 農業委員会

だより

お問い合わせ 農業委員会 ☎985-7141  
仲里庁舎 2階

## 農業委員会総会(許認可業務の審議会)開催

8月24日、仲里庁舎において、平成24年度第5回農業委員会総会を開催しました。審議としましては、農業者等から申請ありました次の案件です。

- ①第3条許可申請(農地の売り買い及び貸し借りをする場合、所有権の移転及び賃借権の設定等の許可申請)  
⇒【7件】
- ②一時転用承認申請願い(農地を農地以外の目的(工事用地等)に、一定期間使用する)の申請 ⇒【1件】  
以上の申請案件は、農業委員の審議の上、全会一致にて許可されました。



## 農業者年金に加入しませんか!!!

○町農業委員会及びJAおきなわ久米島支店(985-8102・農業者年金担当)では、農業者年金の加入推進を行っております。

※愛称:国が支える。安心が大きくなる

**“扱い手積立年金”**

【条件及び内容等】

- ①国民年金の第1号被保険者(保険料納付免除者を除く)で、年間60日以上農業に従事する60歳未満の人は誰でも加入できます。
- ②積立方式の年金です。
- ③少子高齢化時代に強い年金です。
- ④保険料の額は自由に決められます。
- ⑤終身年金で80歳までの保証付きです。
- ⑥公的年金ならではの税制上の優遇措置があります。
- ⑦農業の扱い手には、手厚い政策支援(保険料の国庫補助)があります

**第6回農業委員会総会の開催期日 10月25日(木)**  
**許可申請書及び届け出等の申請締め切り 10月15日(月)**

## 第11回久米島町肉用牛共進会

9月5日、久米島町家畜セリ市場にて「第11回久米島町肉用牛共進会」が開催されました。

大城周成さんの『あんな』と亀島智弘さんの『てるみ』が11月に開催される県畜産共進会へ出品されます。

### 若雌1類

出品牛		
優等	大城	周成(真我里)
1等1席	国吉	明(鳥島)
1等2席	高良	吉浩(比嘉)
2等1席	国吉	明(鳥島)
2等2席	徳元	清政(下阿嘉)

### 成雌1類

優等	宇根	良実(下阿嘉)
1等1席	亀島	智弘(真我里)
1等2席	佐久田喜永	(山城)
2等1席	高良	吉浩(比嘉)
2等2席	国吉	明(鳥島)

### 子牛育成めす

優等	宇根	良実(下阿嘉)
1等1席	知念	幸真(上阿嘉)
1等2席	新里	栄勇(上阿嘉)
2等1席	知念	秀雄(上阿嘉)
2等2席	知念	直喜(上阿嘉)

### 若雌2類

出品牛		
優等	亀島	智弘(真我里)
1等1席	宇根	良実(下阿嘉)
1等2席	知念	直喜(上阿嘉)
2等1席	知念	幸真(上阿嘉)
2等2席	与座	嘉文(錢田)

### 成雌2類

優等	亀島	智弘(真我里)
1等1席	新里	栄勇(上阿嘉)
1等2席	佐久田喜永	(山城)
2等1席	知念	常安(錢田)
2等2席	宇根	良実(下阿嘉)

### 団体賞

1位	上阿嘉
2位	下阿嘉
3位	真我里

### 特別賞

1. 沖縄県農林水産部長賞  
成雌1類 宇根 良実(下阿嘉)
2. 沖縄県畜産振興公社賞  
若雌1類 大城 周成(真我里)
3. 沖縄県農業共済組合長賞  
若雌2類 亀島 智弘(真我里)
4. 沖縄県家畜改良協会長賞  
成雌2類 亀島 智弘(真我里)



■お知らせ「Kume Info」は、ホームページ、FMラジオでもお伝えしています。

久米島町役場ホームページ : <http://www.town.kumejima.okinawa.jp>

FMラジオ [89.7MHz] : ラジオ広報ハイサイくめじま 放送時間 : 午前10時~11時・[再放送] 午後5時~6時



## 戦中戦後の混乱期における義務教育未修了者支援事業

戦中戦後の混乱のため中学校を卒業できなかった方に、学習機会の提供を行い、中学校の卒業に相当する証書の授与を行う制度ができました。

### ■実施期間

平成23年度から平成25年度までを予定

**■対象** 昭和7年から昭和16年生まれ(71~80歳)の方で、中学校の学習内容を学び、卒業に相当する証書の授与を希望する方

### ■内容

民間等の教育施設等で3年間学びます。

**■授業** 国語、数学、社会等を中心に年間を通して授業を受けます。

**■授業料 無料**

**■申込方法** アンケート用紙を、久米島町教育委員会で受取り、必要事項を記入して、平成24年11月30日までに沖縄県教育庁義務教育課あてに郵送します。

### ■お問合せ

沖縄県教育庁義務教育課 ☎866-2741

久米島町教育委員会 ☎985-2287



## 第13回夏休み子ども作品展好評開催中

久米島町内の小学生が夏休み期間中に取り組んだ自由研究の作品を展示しています。多くの皆様の来館をお待ちしています。

**■日時** 10月14日まで

**■場所** 久米島博物館特別展示室及び講堂

**■入場料 無料**

### ■お問合せ

久米島博物館 ☎896-7181



## 企画展 『久米島のサシバ写真展』

**■期間** 10月17日(水)~10月28日(日)

**■内容** 久米島のサシバに魅了され、平成16年から幾度となく久米島に足を運び、調査を重ねてきた「おかげ自然体験の森(愛知

県)」指導員三浦重光氏の成果の一部を写真展として紹介します。

**■会場** 久米島博物館特別展示室

**■入場料 無料**

**■主催・お問合せ**

久米島博物館 ☎896-7181

## 秋のサシバ渡り観察会

**■日時** 10月20日(土)

午前6時~8時

**■場所** 西銘農道(詳しくは博物館までお問い合わせ下さい)

**■内容** 久米島にも毎年、秋の渡りで南下するサシバが飛来します。寒露を機に本格的な渡りのシーズンが10月末頃まで続き、多い時には100羽以上の群れが観察されています。この機会に久米島から飛び立つサシバの姿を見てみませんか?

**■参加費 無料**

**■講師** おかげ自然体験の森 指導員 三浦重光氏

**■申込先及び問い合わせ**

久米島博物館 ☎896-7181

担当 山城

**\*雨天中止**

**\*望遠鏡・双眼鏡をお持ちの方は持参下さい**

## 第9回 久米島美術工芸展

「久米島美術工芸展」は、今回で9回目となり、久米島美術工芸クラブによる作品展です。会員が日頃、趣味として描き、また制作した作品の展示を通して、美術クラブの活動を理解して頂くとともに、見学に訪れた皆様と広く交流を図り、今後のクラブ活動の発展と地域文化の振興を目的としています。

**■期間** 11月3日(土)~11月11日(日)

**■会場** 久米島博物館特別展示室

**■入館料 無料**

**■主催** 久米島美術工芸クラブ

**■展示内容**

油絵・アクリル画・色鉛筆筆画・水墨画・墨彩画・木工(予定)

**■お問合せ**

久米島博物館 ☎896-7181

10/1

～1/10の主な日程



7

日

第10回久米島町民運動会

8

月

体育の日(公休日)

9

火

法律相談(9:00~17:00)

仲里庁舎1階

11

木

予防接種(14:00~15:00)

DPT・Hib・小児肺炎球菌・ポリオ

仲里庁舎 会議室

13

土

久米島町小体連陸上競技大会

14

日

第13回夏休み子ども作品展

(9:00~17:00)

久米島博物館 (9/28~)

15

月

行政相談(10:00~15:00)

具志川改善センター

16

火

行政相談(10:00~15:00)

仲里庁舎2階会議室

17

水

久米島のサシバ写真展(～28日)

久米島博物館

18

木

予防接種・ポリオ(14:00~15:00)

仲里庁舎 会議室

19

金

巡回登記所(10:00~16:00)

仲里庁舎1階会議室

20

土

おきなわ地域教育の日

伴走・伴歩講習会(1日目)

(16:00~18:30)

久米島町ホタルドーム

秋のサシバ渡り観察会

(6:00~8:00)

西銘農道

21

日

家庭の日・ファミリー読書

伴走・伴歩講習会(2日目)

(8:30~11:30)

久米島町ホタルドーム

25

木

予防接種(14:00~15:00)

DPT・Hib・小児肺炎球菌・ポリオ

仲里庁舎 会議室

出張年金相談会(9:30~16:00)

具志川改善センター2階会議室

26

金

出張年金相談会(9:30~16:00)

仲里庁舎1階会議室

28

日

2012久米島マラソン(7:30~)

仲里総合グラウンド

11/3

土

文化の日(公休日)

第9回久米島美術工芸展

(～11日) 久米島博物館

11/4

日

集落外清掃

11/8

木

予防接種(14:00~15:00)

DPT・Hib・小児肺炎球菌・ポリオ

仲里庁舎 会議室



# おしらせ Kume Info



## 秋の行政相談週間

「秋の行政相談週間」(10月15日～26日)が始まります。  
下記の通り、相談会を開催します。  
◎行政相談委員が相談に応じます。

**【相談内容】**  
※相談は無料、秘密厳守です。  
医療保険、年金、老人保健・福祉、雇用保険、交通安全、恩給、公害、戸籍、道路、環境衛生、登記など

**【相談員】**



山城京子さん



川上博久さん

月日	時間	場所
10/15(月)	午前10時 ～ 午後3時	具志川改善センター 仲里庁舎 1階会議室
10/16(火)		

### ■お問合せ

町民課 ☎985-7123  
総務省行政評価事務所の行政苦情  
110番  
(17:00～翌8:30までは留守番電話)  
☎098-867-1100



## 法律相談・巡回登記所

### 【法律相談】

■日時 10月9日(火)  
午前9時～午後5時  
■場所 仲里庁舎 1階会議室  
■お問合せ  
戸田 ☎090-1857-4804

### 【巡回登記所】

■日時 10月19日(金)  
午前10時～午後4時  
■場所 仲里庁舎 1階会議室  
■お問合せ 税務課 ☎985-7127  
法務局 登記課 奥間  
☎098-854-7952



## 出張年金相談会

日本年金機構 浦添年金事務所が出張年金相談会を開催します。  
**【相談内容】**  
・国民年金保険料 ・年金加入記録  
・厚生年金請求 ・障害年金  
などについてご相談ください。



今日は仲里庁舎  
と具志川改善センター  
で開催します!

月日	受付時間	場所
10/25(木)	午前9時30分 ～ 午後4時	具志川改善センター 2階会議室
		仲里庁舎 1階会議室

**ご予約の方が優先になります。**

☎877-0733(浦添年金事務所まで)

- 相談には認印・年金手帳・年金証書・ねんきん定期便等の基礎年金番号のわかるものもしくは身分証明書をお持ちください。
- また、代理で相談をされる場合は委任状が必要となりますのでご注意ください。(代理人の方も身分証明書をお持ちください。)
- 50歳以上の方は、年金見込額の計算をすることができます。

### ■お問合せ

日本年金機構 浦添年金事務所  
国民年金課(資格・保険料等)  
☎877-0511  
お客様相談室(年金給付)  
☎877-0733  
福祉課 介護・障害班  
☎985-7124



## 伴走・伴歩講習会

視覚障がい者が家から出て運動する機会をつくり、ランニングやウォーキングを支援するボランティアを育成する目的で、伴走・伴歩講習会を開催します。

### ■日時・場所

10月20日(土) 午後4時～6時30分

【受付:午後3時30分】

町役場具志川庁舎2階会議室

※午後7時から講師を含めて情報交換会を予定しています。

10月21日(日)

午前8時30分～11時30分

【受付:午前8時】

久米島町ホタルドーム

■定員 20名(※2日間参加出来る方を優先します。)

■対象 ウォーキング、ランニング、ボランティアに関心のある方(高校生以上)

■参加費 無料

■申し込み・お問合せ

※事前申し込みが必要です

10/15(月)まで

スポーツ推進委員協議会  
(久米島町教育委員会) 中原

☎985-2287 【FAX】985-2856



## 第10回 久米島町民運動会

■日時 10月7日(日) 午前8時45分～

■場所 仲里総合グラウンド

■お問合せ

久米島町教育委員会

☎985-7124

## 平成25年成人式について

例年通り、成人の日前日に行います。  
アンケートにご協力いただきました  
皆さま、ありがとうございました。

- 日 時 平成25年1月13日(日)
- 場 所 具志川改善センター
- お問合せ 総務課 成人式担当  
☎985-7121

## 球美の里より

使わなくなったベビーバス  
・ベビーベッドの寄付をお願いします。

### ■お問合せ

球美の里事務局

☎985-8880

# 今年も久米島を駆け抜ける 2012 久米島マラソン



## お願い

安全対策の為、交通規制にご理解・ご協力を  
お願いします。

※規制時間は、変動する場合がありますのでご了承下さい。

※迂回路を ■ 表示しておりますが、その他、コース以外の道路も迂回路としてご利用下さい。

※スタッフ及び迂回路表示の案内に従って下さい。

## ボランティア スタッフ募集

「久米島マラソン」は、町民の皆様の沿道からの心温まるご声援、ご協力により運営されてあります。「マラソンは苦手……」という方。ランナーのみなさまの心に残る大会を目指し、ボランティアスタッフとして大会を盛り上げてみませんか？みなさまのご協力宜しくお願いします。

### ■エイドステーション

各エイドステーションでランナーに飲物等を配布

### ■競技役員・大会運営ボランティア

走路コース上の交通整理や競技進行の手伝い

### ■マッサージボランティア

エイドステーション、本部でのマッサージ連絡先／町役場 総務課  
TEL.985-7121 (儀間)

### 2012招待選手



1977年11月22日生まれ。  
徳島県鳴門市出身

市橋 有里  
(Ari Ichihashi)

### 【主な成績】

1997年	名古屋国際女子マラソン	4位
1997年	札幌国際ハーフマラソン	1位
1998年	札幌国際ハーフマラソン	1位
1998年	東京国際女子マラソン	2位
1999年	世界選手権(セビリア)	2位
2000年	シドニー五輪	15位

### 【自己ベスト記録】

2時間27分02秒  
世界選手権セビリア大会 1998年8月29日

## ランナーのみなさんへ

大会が近づき、多くのランナーの練習風景がみられます。夕暮れ以降のジョギングは、車のドライバーからは見えにくく大変危険です。事故を未然に防ぐため、夕暮れ以降のジョギングは、自立つ場所に必ず反射テープをつけて行いましょう。