

久米島

NO.285

2025
DEC.

12



久米島の小中高校生による
島の心を伝える渾身の舞台



現代版組踊 月光の按司 カサシワカチャラ
久米島公演・沖縄本島公演開催予定（関連ページP21）

TOPICS

- [P2-3] 2025久米島マラソン
- [P08] 島からはじまる、君のチャレンジ
- [P24] おーるーブルー製作応援プロジェクト

人口の推移	男 3,778人(+2人)
	女 3,234人(-6人)
令和7年10月末現在	計 6,972人(-4人)

2025 久米島マラソン 各種目クラス別島内入賞者一覧

フルマラソン

クラス	順位	氏名	記録
男	35代	2 新井 健太	3:23:25
女	50代	3 鶩足 恒子	4:16:21

ハーフマラソン

クラス	順位	氏名	記録
男	50代	1 鮫島 憲吾	1:50:57
	65代	3 浜元 浩	2:06:48
	70代	3 佐々木 潔晴	2:38:52
	75代	1 山里 昌伸	2:52:59
女	30代	3 上原 雪野	1:58:44

3Km

クラス	順位	氏名	記録
男	1 小学4年	1 大城 裕生	0:13:58
	2	江洲 謙	0:14:12
	3	山里 徳駕	0:15:20
	2 小学6年	2 當間 喜一郎	0:12:32
	1 中学1年	1 与座 胡安	0:11:51
	2	吉原 那津	0:12:13
	3	宮里 奏丞	0:12:19
	1 中学2年	1 山内 獅琉	0:10:20
	2	伊良皆 和玖	0:11:13
女	3	國吉 甚希	0:12:27
	1 中学3年	1 与座 陽向	0:09:58
	2	濱元 千阿	0:10:01
	3	吉永 壮佑	0:11:06
	3 小学4年	3 吉元 愛	0:16:59
	1 小学5年	1 宇地原 新菜	0:14:05
	2	當間 杏樹	0:14:08
	3	吉永 菜々花	0:15:38
	3 小学6年	3 木下 澄	0:13:45
中学1年	1	古堅 琉愛音	0:12:26
	2	新垣 心夏	0:15:37
	3	鮫島 莉子	0:16:03
	1 中学2年	1 仲与志 笑来	0:11:59
	2	岡田 菜々海	0:12:07

10Km

クラス	順位	氏名	記録
男	30代	1 松本 丈一朗	0:48:55
	2	櫻川 悟	0:49:46
	40代	2 玉城 貴史	0:47:29
	45代	1 糸数 直人	0:57:43
	50代	2 木村 忠文	0:55:39
	3	林 政俊	0:57:11
	一般	1 岡田 栄里那	0:54:55
	3	国吉 結愛	1:02:35
	女	2 當間 有沙	1:12:10
女	30代	3 大城 ちひろ	1:15:48
	35代	3 平出 裕美	1:20:47
	40代	1 喜友里 有紀	1:05:43
	55代	3 田島 淑江	1:00:39

2025 久米島マラソン 小さな島で大きな笑顔

道からはたくさんの声援が送られました。

大会運営を支えてくださったボランティアや関係者の皆さん、そしてご協賛いただいた各企業の皆さんに心より感謝申し上げます。

また来年もご家族、ご友人、職場の仲間と一緒に、笑顔あふれる久米島を楽しく走りましょう。





久米島紬の技と心を守り続けて 功労者表彰に輝く

全国重要無形文化財保持団体協議会(会長・末松則子鈴鹿市長)は、10月17日に新潟で「第32回南魚沼・小千谷大会」を開催しました。この大会において、久米島紬保持団体から平田とき子さん、山城智子さんが令和7年度功労者表彰を受けました。お二人は約27年間久米島紬の製造に携わり、日々技術の研鑽に励むとともに、後継者育成や技術の保存・伝承にも尽力されてきました。久米島紬の普及及び保持団体の発展に貢献し、その功績が顕著であることが評価され、今回の受賞となりました。

久米島の未来をともに 佐賀大学へ感謝状を贈呈

10月23日、久米島小学校と伊万里市の南波多郷学館の児童たちがオンラインで交流授業を行いました。これは「海洋温度差発電」をきっかけに、両地域の文化や学びを深め合うことを目的に実施しているものです。授業では、まず佐賀大学の池上先生が海洋温度差発電の仕組みを分かりやすく解説。その後、児童たちが互いの地域の特産品や文化について紹介し、クイズを通して理解を深めながら楽しく交流しました。町では今後も、児童たちが地域の魅力を再発見しながら互いに学び合える機会を提供していきます。



プロレスラー新崎人生さん来島! 楽しく学べる健康体操イベント開催

9月20日(土)改善センターで体操イベントを開催し約220名の参加者が健康体操で汗を流しました。今回は企業版ふるさと納税を活用し、(株)りらいぶより「リライブシャツ上下セット」の寄贈がありました。体操イベントでは、講師に現役プロレスラーで健康エクササイズ講師としても活躍する(株)みちのくエンタテイメントの新崎人生氏を迎ました。参加者からは「自宅でも続けたい」「正しいストレッチ方法が分かった」などの声が寄せられました。※人生体操の動画がユーチューブで確認できます。継続的に実践しましょう



故郷への思い一つに 東京で郷友会懇親会

10月12日(日)東京板橋区で「第65回東京久米島郷友会定期総会・懇親会」が開催され、会員や関係者約120名が参加しました。町からは中村幸雄副町長、富永肇副議長、宇江城詮教育長、内間仁春観光協会会长が出席し、年に一度の親睦を深めました。新会長には古堅宗啓さん(前事務局長)が就任。懇親会では琉球舞踊や唄三線が披露され、島の特産品が当たるお楽しみ抽選会も行われ、郷友同士の交流が盛り上がりました。



株式会社商船三井と包括的連携 地域課題解決へ共同歩みだす

10月28日(火)、久米島町は株式会社商船三井と包括的連携協定を締結しました。この協定は、双方が持つ技術や知見、資源を活用し、相互に連携しながら地域課題の解決と産業振興を進めることを目的としています。連携内容は(1) 海洋温度差発電と海洋深層水に関すること(2) DOC(Direct Ocean Capture)に関すること(3) 産業ツーリズムに関すること(4) 外国人材事業に関するこの4分野で協力を進めていきます。

久米島初寄港!三井オーシャンフジを歓迎

10月10日、商船三井クルーズ「三井オーシャンフジ」が久米島に初寄港しました。歓迎セレモニーでは、初寄港を記念して久米島紬のタペストリーを贈呈し、キャプテンからは記念の盾を受領しました。また、仲里幼稚園児による元気いっぱいのエイサーと歌が披露され、会場を大きく盛りあげました。キャプテンからは「久米島は日本で見てきた島々のなかでも緑が多く、美しい。ぜひまた訪れたい」との言葉をいただきました。乗客の皆さんも島内観光や食事を楽しみ、久米島の魅力を満喫していました。



第20回若年者ものづくり大会「敢闘賞」 ～沖縄県内から2人目の快挙～

8月4日に香川県高松市で開催された「第20回若年者ものづくり競技全国大会」で久米島高校園芸科2年の大城柊人さんが「敢闘賞」を受賞しました。造園の学習を初めて3ヶ月での快挙で、県内造園業界からも「7年ぶりとなる二人目の受賞。2年生なので今後も頑張ってほしい」と称賛の声が寄せられました。大城さんは「初めての出場で敢闘賞が取れたのは運もありました。来年は実力で金賞を目指したい」と力強く語っています。

地域農業を支えた功績に栄誉 山里理事長が会長表彰を受賞

10月15日「第47回全国土地改良大会佐賀大会」において、久米島具志川土地改良区の山里昌伸理事長が会長表彰を受賞しました。この表彰は、土地改良事業の推進や地域農業の発展に永年にわたり尽力してきた功績が顕著であると認められたものです。

同土地改良区は、農地の基盤整備や水利施設の管理に力を注ぎ、農家が安心して営農できる環境づくりに大きく貢献してきました。今回の受賞は、その取り組みが高く評価されたものです。久米島の農業を支える重要な役割として、今後の活躍にも期待が高まります。



久美中学校1年生が「働くこと」を学ぶ

久美中学校で「職業人講話」が開催されました。この取り組みは、町内外で活躍する方々から直接お話を聞くことで、生徒が“仕事”や“働くこと”に興味を持ち、地域の産業や職業への理解を深めることを目的としています。

当日は、多様な分野の5名を講師としてお招きしました。

消防士の使命と誇り 久米島消防本部 宇江城翔さん

宇江城さんは、消防の仕事や現場での活動について紹介しました。「水難事故にあったときはどうすればいい?」という質問に「無理に飛び込みます、浮くものを投げて救急隊に伝えることが大切」と具体的に助言。生徒たちは「消防の仕事に興味がわいた」「地域を守る責任の重さを感じた」と感想を寄せました。



久米島発!世界に誇るコーヒー しらせコーヒー園 安村翔太さん

安村さんは、ハワイでの研修経験や世界基準のスペシャリティコーヒーに挑戦した道のりを紹介。「挑戦する心」の大切さを語り、生徒たちは地元発で世界をめざす生き方に刺激を受けました。生徒たちは「地元でも世界とつながる仕事ができる」と希望を感じていました。



畜産では欠かせないお仕事 削蹄師 山川航平さん

畜産業と削蹄師として働く山川航平さんを講師にお迎えしました。生徒は、牛の世話や出荷までの流れを写真とともに学び、「学校での経験や人とのつながりが社会で力になる」というメッセージに、自分の将来を重ね合わせていました。



海を守るプロフェッショナル 赤土流出防止対策協議会 黒木恭子さん

黒木さんは、環境保全の立場から講話を行いました。サンゴの生態をクイズ形式で紹介し、「サンゴは動物」「光合成もする」など、生徒たちは新しい発見に驚いていました。「すべての学びはつながっていく」という黒木さんの言葉に、生徒たちは学びの広がりを感じていました。



ITで社会を支えるシステムエンジニア 株式会社アルク沖縄 仲与志彦太さん

仲与志さんは、予約システムや医療システムなど、人々の生活を支えるITの役割を紹介しました。「働くことは社会への貢献」であり、学校の学びが将来につながると語りました。生徒たちは「好きなことを続けたい」「得意を生かしたい」と将来への意欲を高めしていました。



次回は久米島西中学校での様子をお届けします!

お問い合わせ 商工観光課 ☎985-7131

島からはじまる、君のチャレンジ

— KICK (Kume Island Creative Kids) 実施報告 —

10月4日(土)、中高生による起業体験プログラム「KICK (Kume Island Creative Kids) ~島からはじまる、君のチャレンジ~」が開催されました。この取り組みは、久米島の課題を自分たちの視点で見つめ、島の魅力を発信できる商品を企画・製作・販売することで、地域理解と主体的な学びを深めることを目的としています。

チームで挑戦!島の未来をつくる“会社”体験



今回のプログラムには、中学校2校の混合チーム2組と高校生チーム1組の、計3チームが参加しました。それぞれのチームは「会社」として組織され、社長・会計・宣伝・製造などの役職を決定。メンバーの得意分野を活かしながら、商品づくりに取り組みました。最初は、初めて顔を合わせる仲間も多く緊張した様子でしたが、アイデアを出し合ううちに次第に打ち解け、活発な意見交換が行われるようになりました。銀行への借入プレゼンにも挑戦し、自分たちの考えを堂々と発表。修正点を指摘されても前向きに受け止め、「次はこうしてみよう」と挑戦を重ねる姿が印象的でした。

島の魅力を形にした3つの商品

各チームが試行錯誤を重ね、完成した商品はこちらです。

- ウミガメコースター（ウミガメをモチーフにしたデザイン）
- サマードーム（久米島の思い出を閉じ込めたミニチュアドーム）
- オーシャンサンドキーホルダー（島のビーチの砂を詰めたお守り風キーホルダー）



どの作品にも、久米島の自然や魅力を伝える工夫がたくさん詰まっていました。

「大変だったけど、やり切れた!」

参加した生徒たちは、「自分の得意を活かせた」「みんなで協力して達成できた」「大変だったけどやり切ってよかった」などの感想が寄せられました。

チームでの活動を通して、計画性や責任感、そして挑戦する気持ちを学ぶ貴重な機会になったようです。



地域とつながる、未来への第一歩



今回のKICKを通じて、生徒たちは地域の資源や魅力に改めて目を向け、久米島を自分たちの言葉と形で発信する力を育みました。

また、異なる学校や学年の仲間と協働することで、新たな発想やつながりも生まれ、将来の地域づくりへの関心が高まるきっかけとなりました。

法定調書の提出は e-Tax で !!

e-Tax を利用するメリット

- 税務署に行かず、自宅や事務所などから法定調書を作成・提出。
法定調書の提出の e-Tax 利用率は 76.6%、約 4 人に 3 人が e-Tax を利用しています！
- 事業主の方が、e-Tax で給与所得の源泉徴収票を提出することで、従業員の方が所得税の確定申告書を作成する際に、マイナポータル連携を利用すると、給与所得の源泉徴収票の情報を申告書の該当項目へ自動で入力することができます。
- ※従業員の方が国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」からマイナンバーカードを利用して e-Tax で申告する際にご利用になります。

詳しくは、国税庁又は e-Tax ホームページをご覧ください。

- 法定調書の作成・提出について



- マイナポータル連携で給与所得の確定申告が簡単に



eLTAX で市区町村と税務署に同時提出

市区町村へ提出

- 「給与支払報告書」
- 「公的年金等支払報告書」



税務署へ提出

- 「給与所得の源泉徴収票」
- 「公的年金等の源泉徴収票」

- eLTAX を利用することで、

支払報告書の電子申告 (eLTAX) 用のデータと
源泉徴収票の電子申告 (e-Tax) 用のデータを
同時に作成し、
支払報告書は、受給者の住所地の市区町村へ
源泉徴収票は、支払者の所轄税務署へ
まとめて提出（送信）することができます。
(eLTAX ホームページ) ⇒



法定調書の e-Tax 等による提出義務化について

- 令和 6 年中に提出した法定調書の枚数が 100 枚以上となった法定調書については、令和 8 年に提出する法定調書を e-Tax、クラウド等又は光ディスク等により提出する必要があります。
※100 枚以上の判定は、法定調書の種類ごとに行います。
- 令和 9 年 1 月以降に提出する法定調書については、e-Tax 等による提出義務の判定基準が「100 枚以上」から「30 枚以上」に変わります。
- 令和 7 年中に提出する法定調書の枚数が 30 枚以上となった方は、令和 9 年に提出する法定調書を e-Tax 等により提出する必要がありますので、e-Tax 等による法定調書の提出のご準備をお願いします。

- 法定調書の e-Tax 等による提出義務化の概要について



※e-Tax ソフトの事前準備、送信方法、エラー解消などの使い方のお問合せは
e-Tax・作成コーナーヘルプデスクへ 電話番号 0570-01-5901



12月・1月の開館カレンダー

開館時間

平日 10:00~19:00

土日・祝日 10:00~17:00

※小学生以下のご利用の場合は、保護者同伴でのご来館をお願いします。

【12月の特設コーナー】

- クリスマス ●年の瀬（大掃除） ●鍋料理

久米島町複合型防災・地域交流センター「ほんのもり」からのお知らせです。当館では、「換気扇の常時稼動」「ゴミ箱の末設置」などを引き続き行ってまいります。ご理解とご協力をお願いします。

12月の開館カレンダー

休館日

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1月の開館カレンダー

休館日

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

※■はぴよおはなし会&読み聞かせ会

【年末年始の休館日について】

期間：12月29日（月）～1月3日（土）

ほんのもりでは、年末年始の上記の期間は休館いたします。2026年の開館初日は、1月4日（日）です。休館中の図書返却は、お近くの返却ポストをご利用下さい。

【お正月も本が読みたい！そんなあなたへ！】

◎ ほんのもりで本を借りる！

※0歳から利用者カードが作成できます。1枚のカードにつき3冊2週間借りることができます。

◎ 沖縄県立図書館から借りる！

※ほんのもりを通して沖縄県立図書館の本が借りられます。10冊まで約1か月間貸出ができます。

◎ 久米島町電子図書館を利用する！

※ご自身の携帯・タブレット・パソコンで本が読めます。通信料は利用者様の負担になります。
(ほんのもりの利用者カードをお持ちの方に限ります)



開館日・イベント等の開催内容を変更する場合があります。ご了承ください。
不明な点・ご質問等ございましたら、「ほんのもり」までお問い合わせください。

【問い合わせ】久米島町複合型防災・地域交流センター「ほんのもり」

☎ 987-7051 FAX 985-5052

E-mail : honnomori@town.kumejima.okinawa.jp

ほんのもり
ホームページ



世界と久米島をつなぐエミリーのCIR日記

初めて久米島で過ごしたハロウィン

アメリカで「秋のお祝い」といえば、ハロウィンです。元々はアイルランドの「サムヘーン」という収穫祭に由来し、夏が終わる頃に生きている人の世界と「あの世」の境界線が薄くなると考えられていました。魔物を追い払うために仮装したり、焚火で物語を語りあったりしていました。

ニューヨークで育った私は、ハロウィンはクリスマスの次に楽しみにする行事でした。ニューヨーク州は意外にも農業が盛んで、毎年親戚と一緒にハロウィン飾りの施された農園に行くのが楽しみでした。アップルサイダーを飲み、ドーナツを食べ、慎重にパンプキンを選ぶのが定番でした。家で顔を掘って「ジャック・オ・ランタン」を飾るのが、秋の楽しみの一つでした。

少し大きくなると、「トリック・オア・トリート」を一番楽しみにするようになりました。好きなキャラクターに仮装して、夜に友達と回るのが、大人っぽく感じていたものです。ハリーポッターのクローフを着て回った時の、肌寒くも興奮した感覚が今でも鮮明に残っています。

今年は初めて久米島でハロウィンを過ごしました。

アメリカでも親しまれているお祝いを楽しみながら、久米島ならではのハロウィンの雰囲気を味わえました。仲里小学校のハロウィン授業に参加した際、小学生に「トリック・オア・トリート」と言われ、お菓子を渡しながら、子どもの頃を懐かしく思い出しました。授業で「スパイダー」や「バンパイア」など、ハロウィンのモンスターについて、子どもたちが積極的に英語で話しているのを見て驚きました！また、町役場に来た保育園児たちのかわいいらしい「ハロウィンドレス」など、久米島ならではのハロウィンのお祝いも楽しめて、とても嬉しかったです。来年も、久米島でハロウィンを通じて国際交流を楽しみながら、素敵な思い出を作りたいと思います。



12月・令和8年1月の休診日：毎週日曜・月曜、12/30（火）、
12/31（水）正月三が日（1/1（木）～3（土））

血圧のはなし

こんにちは！10月から12月までの3か月間、公立久米島病院で勤務しています草野と申します。普段は千葉県の東京ベイ・浦安市川医療センターで勤務していますが、今回ご縁があり久米島に来ることになりました。海のシーズンではありませんが、透き通る美しい海とあたたかな人々の笑顔に囲まれ、夜は久米島の方々との交流を楽しみながら、毎日充実した日々を過ごしています。

高血圧は「沈黙の殺し屋」

さて、風が冷たくなってきたこの季節、気をつけたいのが「血圧」です。寒さで血管がキュッと縮むため冬は血圧が上がりやすいとされています。高血圧は自覚症状がないため軽く捉えられがちですが、血管に高い圧がかかることで、じわじわと血管を傷つけていきます。症状がないからといって放置すると、将来の脳卒中・心筋梗塞・腎臓病といった重い病気や認知症にもつながるため、高血圧はサイレントキラーとも呼ばれます。

まずは知ることから始めよう

そんな高血圧に対して私たちができるはじめの一歩は「自分の血圧を知ること」です。病院は緊張して

「子どもの“遊び”を大事にしよう」

「子どもは遊びが仕事」という言葉がありますが、これは真実をついた言葉です。子どもの頃の遊びは、自己肯定感、非認知能力を育み、将来の生きる力に繋がることがわかっています。一方、近年ではスマートフォンやゲームの時間が増え、体験的な遊び時間が少ない子も増えています。また、習い事や宿題などやる事が多いと、大人はついつい、「遊んでないで、さっさと～して」と言ってしまいます。しかし、大人にとっては無意味に思える「遊び」も、子どもの脳にとっては重要な「仕事」なのです。

「遊び」の中では、「やってみたい」という自発性、「こうやったら面白くなりそう」という探究心、意見が合わなくても自己調整する自制心/忍耐力、協力してやり遂げようという協調性/共感力などが自然と育まれます。また、遊びは「結果」よりも「過程」が重視されるため、失敗も敗北も経験しますが、そこで暴言が出ることはできません。一方、ゲームやスマートフォンは勝敗や結果に注目しやすいため、暴言や相手を尊重しない言葉が出やすいです。

子どもはなんでも遊びにする天才ではあります
が、「子どもが自発的に遊ばない…」という方は、



☎985-5555
受付 午前8時30分～11時
時間 午後1時～4時



東京ベイ・浦安市川医療センター
草野 侑嗣

第19回幼年消防クラブ 合同交流会を開催しました！

10月9日（木）に行われたこの交流会は、幼稚園児と保育園児で構成される幼年消防クラブ員の防火思想向上及び交流を深める目的で行われました。防火標語の「お・か・し・も・ち」をクイズで出題したり、また職員VS園児たちの綱引き競争を行うなど、楽しみながら交流を深めました。



救護医療部で久米島マラソン ランナーをサポート！

10月26日（日）に行われた第37回久米島マラソンにおいて消防本部、町福祉課、公立久米島病院ほか多数の団体で構成された救護医療部で、ランナーへの救護活動を行いました。当日はランナーに適した天候もあり、救急搬送は1件でした。



女性防火クラブ活動報告！

女性防火クラブでは「宝くじの社会貢献広報事業助成金」で購入した訓練用水消火器を使用しての消火器取扱い訓練をはじめ、ワイヤレスアンプとプロジェクターを活用した月例会議を行っています！



女性防火クラブは今後も家庭からの火災を未然に防ぐとともに、住宅用火災警報器の設置を推進し、地域住民のさらなる防火思想の高揚に努めて参ります。

久米島消防の日常を発信！

公式インスタグラムのフォロー、いいね！をよろしくお願いします！



@KUMEJIMA_FD

「マイナ救急」が始まりました！

10月1日から全国の自治体で「マイナ救急」が開始されました。マイナ救急とは、救急隊員が専用端末を使って患者さんのマイナ保険証を活用し、過去の受診歴や処方薬などの医療情報を閲覧するものです。これにより患者さんの医療情報を正確に把握することができ、救急現場活動でより適切な処置を受けることができます。マイナ保険証をお持ちの方は、救急隊へのご提示をお願いいたします。※税や年金など、医療情報以外は閲覧できません。



- 救急 …… 39件 (400件)
- 火災 …… 1件 (5件)
- 救助 …… 1件 (3件)
- 風水害 …… 0件 (2件)
- 捜索 …… 0件 (2件)
- その他 …… 1件 (17件)

()は、令和7年累計
合計 …… 42件 (429)

マイナンバーカードを健康保険証として使うために 利用登録をしておきましょう！

ご自身の登録状況がわからないときは

病院など医療機関の受付窓口に設置されている顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置いてください。

利用登録が済んでいない方には、その場で利用登録の案内がされます。



受付に使用する顔認証付きカードリーダーの操作方法など、
何かわからないことがあれば、受付の職員にお気軽に声かけください。

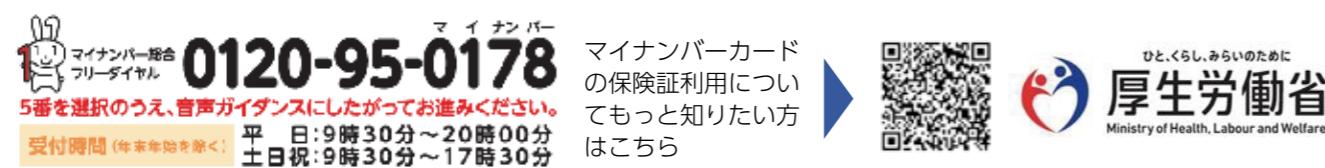
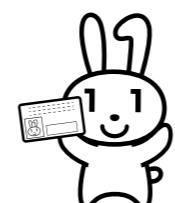
他の方法で確認したいときは



- 1 スマートフォン
マイナンバーカードを用意します。
- 2 「マイナポータル（モバイルアプリ）」にログインします。
- 3 「健康保険証」を押します。
- 4 「未登録」もしくは「登録済み」と表示されるのでご自身の登録状況をご確認ください。

あわせて確認！電子証明書の有効期限

- マイナンバーカードには、“ログインした者が、あなたであること”を証明するための電子証明書が搭載されています。
- 電子証明書には、有効期限が設定されています。有効期限通知書がお手元に届きましたら、お早めに更新をお願いします。



国民健康保険にご加入されている方へ

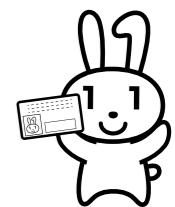
健康保険証廃止後（令和6年12月2日以降）は

マイナ保険証か資格確認書 で医療機関・薬局にて受付をしてください。

今まで使用していたような健康保険証は発行されなくなり、
マイナ保険証を基本とするしくみに移行しています。



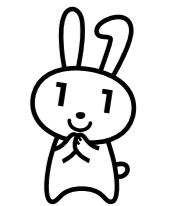
マイナ保険証を使ってる人はどうしたらいいの？



ぜひ、そのままお使いください！



マイナ保険証でないと受診等できないの？



マイナ保険証をお持ちでない方には、資格確認書が交付されます。
また、マイナ保険証をお持ちの方でも、マイナ保険証での受付が困難な方は、加入している医療保険者に申請すれば資格確認書を取得できます。親族等の法定代理人や介助者等による代理申請も可能です。（その際は、委任状が必要です。）



まずはマイナンバーカードを持っているかご確認ください！

マイナ保険証を使うメリット

■より良い医療を受けることができます。

過去のお薬情報や健康診断の結果を見られるようになるため、体の状態やほかの病気を推測して治療に役立てることができます。また、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうことができます。

■手続きなしで高額医療の限度額を超える支払いを免除

限度額適用認定証などがなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。

■急病のときに役立ちます

マイナ保険証を持っていると、救急隊が通院やお薬の記録を確認でき、適切な応急処置や医療機関への搬送につながります。

いきいき
100歳
体操

『さてと、元気に歳でもとりますか!』～北原・宇根・儀間にお邪魔しました～

介護にならずに、元気に人生を謳歌するための秘訣をお知らせしています♪

◎12月の予定

2日(火)大原公民館
16日(火)錢田公民館
23日(火)嘉手刈公民館

◎持参するもの タオル、水筒

毎月対象の字にはチラシを入れています！友人やご家族を誘ってお気軽に越しください！

お問い合わせ 福祉課 健康づくり班 ☎985-7124



真我里に新しい「通いの場」が誕生しました！

字真我里では、8月から住民の皆さんのが主体となった「通いの場」がスタートしました。毎週土曜日の午前10時から真我里公民館で「いきいき100歳体操」を行い、現在は4名ほどが参加されています。

少人数ならではの和やかな雰囲気で、体操や会話を楽しみながら、健康づくりと交流を深めています。継続して参加されている80代の方は「動きがスムーズになり、自信がついてきた」と笑顔で話していました。



通いの場を始めてみたい方へ！

「少しお助けが必要な方も、そうでない方も、みんなが元気になる場所」として、参加者同士のつながりが広がっています。自分の地域にもこんな通いの場があったらいいなと感じた方は、ぜひお気軽に地域包括支援センターまでお問い合わせください。

りっか！りっか！貯筋 第1期卒業

～元気な自分を取り戻す、期間限定の介護予防プログラム～

「りっか！りっか！貯筋」の第1期生がこのたび卒業を迎えました。約半年間「いきいき100歳体操」や理学療法士との個別面談、栄養・介護予防の学習会などに取り組み、それぞれの目標に向かって努力を重ねてきました。

「運動習慣が身につき、外出が楽しくなった」「食事が改善した」など、多くの方が効果を実感され、心身ともに前向きな変化を見せました。卒業後も学んだことを生かし、元気に生活を続けている姿が素晴らしいです。

10月からは新たに12名が第2期生としてスタートしています。今回から公立久米島病院の理学療法士もサポートに加わり、クラスも週2回に増設され、より参加しやすくなりました（通所は週1回です）。



健康づくりは、今からでも始められます。
興味のある方はお気軽に地域包括支援センターへお問い合わせください。

お問い合わせ 福祉課 地域包括支援センター ☎985-7124



『歳を重ねても、骨折しない体をつくるために、



骨の血管を守りましょう！

図1



骨折しやすい人、折れにくい人

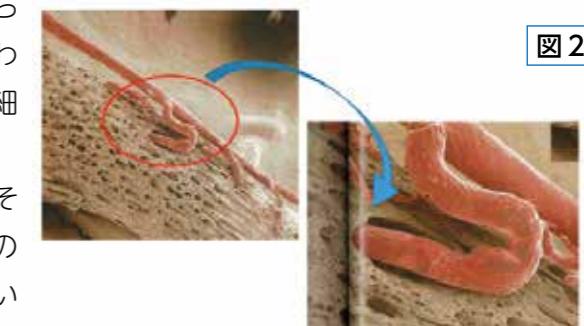
転んでも骨折する人、しない人には「骨密度」に違いがあることは有名ですよね。図1の写真的白い部分が骨です。骨折しやすい人は、白い部分が少なくなっています。この白い部分を増やすために必要な事に「カルシウム摂取」「たんぱく質摂取」「運動」などがありますが、それだけではありません。



骨には“血管”が通っています

骨は、カルシウムやタンパク質などの材料で作られています。その材料は食べたらすぐに骨になるわけではありません。血液が材料を運び、骨の中の細い血管を通って骨に届けられています。

図2のように、骨には小さな穴がたくさんあり、その中を細い血管（毛細血管）が通っています。この血管が健康だと、材料がしっかりと届き、折れにくい骨になります。



参考：NHK 驚異の小宇宙人体

血管が痛むとどうなる？

毛細血管は、とても弱くて傷つきやすい血管です。糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病を放っておくと、血管が痛み材料が骨まで届きにくくなります。そうなると、骨がスカスカになり、ちょっとした転倒でも骨折しやすくなります。

今日からできる骨折予防

- ・健診で血管が傷つくリスク（生活習慣病の有無）を確認！
- ・異常があつたら放置しない！早めの受診が大事！



みんなで血管と骨を守り、元気に過ごしましょう！

図1・2 参考：国保連合会資料

お問い合わせ 福祉課 健康づくり班 ☎985-7124

島の宝を守るために密猟防止にご協力ください

島内において、国指定天然記念物リュウキュウヤマガメ、オカヤドカリ、県指定天然記念物のクメトカゲモドキの密猟が確認されました。

久米島町野生動植物保護条例では、島内に生息する野生動植物は、天然記念物以外もすべて島外へ持ち出すことを禁止しています。また、これらの動植物の違法な採取・捕獲・持ち出しは、下記の条例・法律により固く禁じられています。

島の大切な自然を守るため、住民・事業者・来訪者のみなさまのご協力をお願いします。

- ◆久米島町野生動植物保護条例
- ◆絶滅のおそれのある野生動植物の種の保存に関する法律（種の保存法）
- ◆文化財保護法（天然記念物）



お問い合わせ
久米島博物館 ☎896-7181
久米島ホタル館 ☎896-7100
久米島町環境保全課 ☎985-7126

農業委員会だより

農業委員会総会(許認可業務の審査会)が開催されました。

町農業委員会では10月27日久米島町役場において、令和7年度第7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 → 1件 審議の結果許可されました。
- ②農用地利用集積等促進計画（案）について → 7件 審議の結果許可されました。

許可申請書及び届出等の申請締め切り日 → 12月15日(月)
令和7年度第9回(12月)農業委員会総会の開催日 → 12月22日(月)

申請についてご不明点等がありましたら、農業委員会事務局まで連絡をお願いします。

お問い合わせ 農業委員会 ☎985-7134

現状を理解しサトウキビで儲ける

単収向上のポイント

採苗

- ・採苗は必ず新植圃場から(株出栽培の圃場からは採苗しない)
- ・虫が付いていない茎(特にワタアブラムシ被害のないもの)を選ぶ
- ・芽子がきれいな(硬化していない、芽子が伸びていない、黒変していない、虫の侵入痕がない)ものを使う
- ・採苗して遅くとも2~3日以内の種苗を使う



植付

- ・畦幅は、収穫が小型ハーベスターなら140~150cm
- ・株出栽培を行う予定なら、植え溝は深くする
- ・適度に転圧し、種苗と土とを密着させる
- ・覆土は薄くする
- ・植付け直後に灌水する
- ・植付けたら3日以内に土壤処理剤を散布

農薬の適正利用について

1. ラベルに記載されている使用時期(撒布時期)、使用方法等を十分に確認し作業を実施すること。
2. 収穫前の使用や収穫直前の圃場近くでのドリフト等に十分注意する。
3. 農薬の使用前後には、防除器具を点検し、十分に洗浄されているか確認すること。
4. 住宅や近接する他作物等周辺環境への配慮を行うこと。

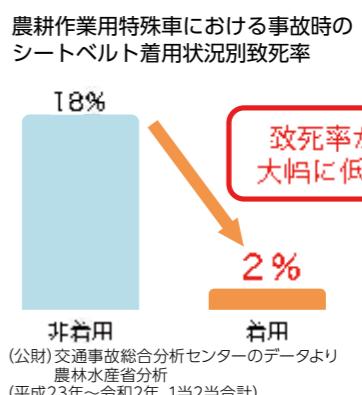


シートベルト着用が義務化されます

令和9年1月1日より乗用型トラクタで道路を走行する際には、シートベルト着用が義務化されます。(令和7年6月17日交付)



シートベルトを着用することで安全キャブ・フレームによりつくられる安全域とどよることができ、トフクターの下敷きになることを防ぐことができる。



農業保険で安心を!

農業経営のさまざまなりスクも備え、安定した経営のために、ぜひ制度の内容をご確認いただき、ご加入をご検討ください。

農業保険制度の動画リンク、二次元バーコード

農業共済（沖縄県内農家インタビュー編）－60秒－

「農業共済に加入して良かったことは？」

- ①南風原町 玉城 勇さん（さとうきび）：畑作物共済
- ②今帰仁村 我那覇 盛さん（繁殖和牛）：家畜共済
- ③金武町 安富祖 稔さん（水稻）：農作物共済



お問い合わせ 産業振興課 ☎985-7134

子どもたちが演じる感動の舞台 月光の按司 ガサシワカチャラ

久米島に実在した按司を題材にした、現代版組踊「月光の按司 ガサシワカチャラ」公演が、12月に開催されます。出演するのは小中高校生ですが、その迫力ある演技は毎年多くの方を感動させ、涙を誘うほどです。ぜひ会場で子どもたちの熱演をご覧ください。

今年も沖縄本島公演を予定しています。本島にお住いのご家族やご友人にも、ぜひお知らせください。

■沖縄本島公演

日時 / 12月13日（土）16:30開場 17:00開演
12月14日（日）11:30開場 12:00開演
会場 / タイムスホール（タイムズビル3F）
料金 / 大人2,500円 高校生以下1,500円

■久米島公演

日時 / 12月20日（土）
[昼]13:00開場 [夜]17:30開場
会場 / 具志川改善センター
料金 / 大人2,000円 学生1,000円

チケット取扱い 教育委員会 ☎985-2287 | 総務課 ☎985-7121 | 時間 午前8時30分～午後5時



作品募集

第31回久米島町新春書道展

【開催日】
令和8年
1月24日(土)
1月25日(日)

【会場】
久米島町
具志川改善センター

【出品資格】 久米島町在住または久米島に住所を有する者。
【出 品 等】 児童・生徒の部(小・中学生)／一般の部(高校生を含む)
※軸装代：児童生徒の部(特別賞受賞者のみ1,320円)／一般の部(4,000円)

作品受付期間：令和8年1月5日(月)～9日(金)17時迄

※作品出品に関する詳細については、町ホームページに掲載の要項をご確認ください。

主催・お問い合わせ 久米島町新春書道展実行委員会事務局（教育課）担当：上江洲 TEL:985-2287

令和8年久米島町新年会

町民の皆さんと新年の幕開けを祝い、令和8年が実り多い一年となるよう願いを込めて、久米島町新年会を開催します。

日 時：令和8年1月7日(水) 午後6時00分～
場 所：具志川農村環境改善センター
会 費：1,000円(当日受付)

お問い合わせ 総務課 TEL:985-7121

令和8年二十歳のつどい

「令和8年久米島町二十歳のつどい」を開催します。対象者には案内を送付しています。通知が届いていない場合は総務課までお問い合わせください。

対 象：平成17年4月～平成18年3月生まれ
日 時：令和8年1月11日(日) 午後4時30分～
(受付は午後4時00分～)
場 所：具志川農村環境改善センター

お問い合わせ 総務課 TEL:985-7121

久米島空港を利用する皆さまへ

年末年始期間の駐車場利用について

空港の駐車場は駐車できる台数が限られており、週末や連休、島外イベント時（児童生徒の大会派遣・結婚式等）は大変混雑します。

★時間に余裕をもって

駐車場が満車状態で駐車に時間を要する場合があります。
搭乗手続きや荷物の預け入れ、保安検査に時間を要する場合があります。搭乗予定機に乗り遅れのないよう時間に余裕をもってお越しください。

★駐車スペース利用しよう

ターミナルビル前および駐車場内の路上は駐車禁止です。
所定の駐車スペースを利用しましょう。

★送迎や公共交通機関等のご利用を

バス・タクシー等のご利用や家族・友人等の送迎もご検討ください。

路上駐車禁止



《大事なお知らせ》

駐車禁止区域への路上駐車が増えており、車両の接触事故がたびたび発生し、人身事故が懸念されます。空港は久米島の玄関口であり帰省や観光など多くの方が現状を目の当たりにします。すべての方が気持ちよく安全な久米島ライフを過ごすため、駐車スペース利用の徹底にご理解とご協力をお願いします。

久米島空港管理事務所 ☎985-2939

第3回SHIDOHパーシモンカップin久米島

期 日	2026年1月18日（日）	競技方法	45ホール ストロークプレイ
会 場	久米島シーサイドパークゴルフ場	主 催	株式会社SHIDOH
参 加 料	1人5,000円※町民料金	共 催	久米島町パークゴルフ協会・久米島町・久米島町観光協会
募 集 人 数	定員200人(島外参加者含む)		
参 加申込	申込書を記入し、参加料とあわせてお申込みください。		
申込先	久米島シーサイドパークゴルフ場（☎987-0086） 商工観光課（☎985-7131 FAX985-7080）	申込締切	2025年12月24日（水）17時





12・1月のスケジュール

12月

7	日	久米島町産業まつり
12	金	久米島観光・物産と芸能フェア (那覇市) ~ 14日
13	土	ガサシワカチャラ沖縄本島公演
14	日	ガサシワカチャラ沖縄本島公演
20	土	ガサシワカチャラ久米島公演
25	木	小中学校2学期終業日 農業委員会総会
27	土	てだむい公演 (P23参照) 町長杯JSTARAC メモリアルカップ ~ 29日

1月

1	木	元日
6	火	小中学校3学期始業日
7	水	久米島町新年会 (P21参照)
9	金	消防出初式 (P21参照)
11	日	久米島町二十歳のつどい
12	月	成人の日
18	日	SHIDOH杯 パークゴル大会 肉用牛初セリ市

沖縄県の最低賃金が 変わります！

令和7年12月1日より
時間額 1,023円

ちゃんとチェック！最低賃金！
働く人も、雇う人も、確認を忘れずに

お問い合わせ先 沖縄労働局賃金室 ☎868-3421

12月は
固定資産税
の納期月

納付期限

口座引落日

12月25日(木)

12月25日(木)

納期内納付にご協力をよろしくお願いします。また口座
振替の方は通帳残高のご確認をお願いします。

お問い合わせ 税務課 ☎985-7127

認知症を知ろう

タイムスリップひろば

~世代を超えて集まる、
久米島のやさしい時間~
懐かしい写真や道具、むかしのあそびを通じて、お互い
に思い出を語るひとときを過ごしませんか？
子供も大人もご近所の方も、みんなで遊びに来てください。

期 日 12月21日 (日)
時 間 10時～15時
場 所 久米島博物館、ほんのもり
※お車は、博物館・銅像横の駐車場をご利用ください。

■博物館

むかしのあそび
大人のための絵本時間
キャンドルづくり体験
むかしの久米島の写真展
むかしの道具展示
スタンプラリー
認知症相談会



■ほんのもり

絵本読み聞かせ
認知症に関する絵本の展示

福祉課 地域包括支援センター ☎ 985-7124

琉球舞踊 玉城流てだの会
久米島支部 新教師お披露目

てだむい公演

久米島文化協会所属の「玉城流てだの会 久米島支部」の門下生2人が教師免許を授与され、そのお披露目を兼ねて、久米島支部門下生をはじめ、総勢30名が古典舞踊・創作舞踊を披露します。

開設日 12月27日 (土)
時 間 午後7時開演
場 所 具志川改善センター
入場料 一般2,000円 中高生1,000円
(中高生以下無料)

目指せ！人と猫と一緒に暮らすことができる島

久米島町 猫の繁殖抑制事業について

猫を飼っている（餌を与えている）皆さまへ
お願い！隠さないで

「野良猫だから関係ない」と思って、猫の存在を隠す事案が多くなっています。エサをあげれば居ついて増えるため、手術を受けましょう。

猫はエサを貰える場所に通います！皆さまからの情報・協力が無ければ捕獲できず、また子猫が産まれて野良猫が増えてしまいます。

交通事故や感染症などにより、不幸に命を落とす猫が増え続けている現状を今回限りで止めるため、皆様のご協力をお願いします。

猫の格安不妊手術キャンペーン

島内で不妊手術を行うため獣医師が来島します！

実施日：2026年1月予定

手術料金：避妊・去勢手術5,500円/1頭

優先エリア：比屋定～西銘

★優先エリア以外の地域の予約も受け付けています。

※健康体の猫にのみ実施します。

※子猫は体重1キロ以上で手術可能です。

TNR・NTA
プロジェクト

次回最後!
島内1周完了!

今回の
対象エリア

比屋定～西銘

繁殖抑制のため、対象エリア内全ての
猫(飼猫、飼主不明の猫も含む)に不妊手
術を受けさせる事を目標に、事前調査
を行います。猫の情報がありましたら、
環境保全課までご連絡ください。



お問い合わせ 環境保全課 TEL985-7126

予約・相談は
LINEが便利です



LINE
@246uhokf
LINEの「友だち追加」から、
ID検索するか二次元コード
をスキャンしてください

楽しい子育てのための

ペアレント・プログラムに参加してみませんか。

子育てが難しいと感じている方（保護者）や発達障害の子どもがいる家族が、
子育てに前向きな気持ちで向き合える方法を学ぶプログラムがあります。

ペアレントプログラムとは？

子育てを楽しみたい、でも苦しい・・・子どもの悪いところばかり目についてしまう・・・と、お子さんへの関わり方で迷ったり、これって自分だけ?と考え、つらく思い悩んだりしていませんか?
このペアレントプログラムは、お子さんの個性を様々な角度から見つめ、良い面を見出し、関わり方を学び、共に考える仲間を見つけて、楽しく子育てできるためのコツと自信を身に付けるためのプログラムです。

対象：町在住で子育てに難しさを感じている保護者

員：10人

場所：ほんのもり

日程：全6回 (隔週火曜日 午前10時から11時半)

令和8年 1/6, 1/20, 2/3, 2/17, 3/3, 3/24

参加料：無料

申込方法：985-7115 (こども未来課 こども班)

申込期限：12月12日 (金) 午後5時まで



お問い合わせ こども未来課 こども班 TEL:985-7115



来春の完成を目指して！ 皆さんのが想いが形になります。

約3週間かけて撮影した膨大な量の素材が、一体どんな映画になっていくのか、楽しみにしていて下さい。

映画の完成と成功を祈願して、10月26日に行われた久米島マラソンでは、『チームおーるーブル』がマラソン大会に挑戦！

たくさんの方の応援のおかげで、フルマラソンとハーフともに、全員無事に完走することができました。会場には、全身青で身を包んだ熱狂的なファンのランナーの姿も！

皆様、応援ありがとうございました！



北口監督の「おーるーブル」コラム

撮影が終わり、はや1ヶ月以上が経ちますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？現在私は編集作業の真っ只中にあります。

年内は撮影した映像を並べたり、並べ替えたりしながら映画全体の土台となる映像を作っています。その後、効果音やBGMなどのミックス作業、カラーグレーディングと言われる色の調整作業を行い、来春の完成を目指しています。

2025年は久米島のおかげで、一生忘れない大切な1年となりました。皆様どうぞ良いお年をお迎えください。



7,000人の応援メッセージリレー



今回は、「シーサイド食堂MIRA」さんです。



皆さまのお力を
お貸し下さい

引き続き協賛金を
受け付けております



私たちのお店は、兼城港のすぐ目の前にあります。フェリーでの撮影時も、たくさんのスタッフさんやエキスとの皆さんのが、暑い中頑張っているのを見ていきました。

その姿を見ていたら、自分たちも映画のために何かしたいという想いが湧いてきて、少しだけですが差し入れをさせて頂きました。

あとは何と！エキストラとしても参加させて頂いたんです。初めての経験でしたが、全てが新鮮で楽しかったです。映画の完成が本当に待ち遠しいです。春に予定されている島内先行上映会！絶対に行きますね♪♪

『おーるーブル実行委員会』(FMくめじま内) ☎ 985-2770 E-mail: oolooblu@gmail.com 担当:コタベ

