

しながわ

110
No.466
9
月号
毎月1回発行

- 今月の主な内容
- ジュニアトライアスロン
 - 2010国勢調査
 - 苦情・意見処理の新たな制度
 - 市長とランチミーティング
 - 託児所を経営している方へ
 - 秋の大掃除
 - 市民カレンダーなど

人口と世帯数

総人口	48,613(+5)
男	24,234(+11)
女	24,379(-6)
世帯数	21,664(+3)

(平成22年8月末現在の住民基本台帳・外国人登録人口)



8月5日、東京ビッグサイトで開催された第45回交通安全子供自転車全国大会・団体の部で初優勝した明石小学校自転車クラブ。

写真提供：明石小学校



10月1日は、全国一斉に国勢調査。

ジュニアアスリートの熱いレース!

今大会からリレー部門も 島外からも出場

8月15日、第14回石垣島ジュニアトライアスロン大会が石垣市中央運動公園で行われました。午前8時からスタートした競技には、177人の児童・生徒が出場し、宮古島、沖縄本島、本土からも選手が参加しました。

コース沿道には選手の家や関係者が大勢詰めかけ、熱い声援を送りました。今大会からリレー部門(3人編成)が新たに設けられ22チーム(小学生17・中学生5)が出場しました。

※男子・女子の順、敬称略。
 【個人の部】(小学1年) 保坂大治郎・山本彩加(小学2年) 又吉克樹・川満さくら(小学3年) 石塚美南海・仲地由熙(小学4年) 金城孝介・島尻紗和(小学5年) 森田悠斗・砂川友花(小学6年) 砂川大悟・高嶺彩羽(中学) 砂川孟生・幸地加奈代
 【リレーの部】(小学1・2年) 2の1キッズ(小学3・4年) チームグレート武蔵(小学5・6年) おたまじやくし(中学) スイッチON
 【6年連続出場者】南雲青葉

(八島小) 田島心気朗(真喜良小) 平良洋輝(海星小) 幸地加奈代(西城中) 福地生和(登野城小) 高屋由梨奈(八島小)
 【新城幸也賞】※各学年バイク1位(小学1年) 本間丈太郎・山本彩加(小学2年) 又吉克樹・大道朱夏(小学3年) 石塚美南海・仲地由熙(小学4年) 金城孝介・島尻紗和(小学5年) 安仁屋雄輔・芳沢祐里(小学6年) 砂川大悟・南雲青葉(中学) 砂川孟生・幸地加奈代



スイムは市営プール。次はバイクだ!



外周道路コースのバイク。懸命にペダルをこぐ!



高温下レースでドリンク補給。めざせゴール!



リレーチームみんな揃ってゴール!



バイクトランジションめざして走る!



さあ 次はランに突入だ!

まちなかクリーンアップ大作戦!

8月8日、市を含めた13団体・約200人の市民が参加して「まちなかクリーンアップ大作戦」が行われました。

開始式で中山市長は「自分たちが住むまちを自分たちできれいにしようという思いを普及していきたい」とあいさつしました。

午前9時40分から市街地の主要道路を4つのコースに分かれて清掃活動しました。約2時間の活動で軽トラック8台分のゴミが集まりました。主催した生活環境課は、この活動の継続した取り組みを検討しています。



夜空も島の特産品! 南の島の星まつり2010



おお～月のクレータが見える!!



ライトダウンPRイメージキャラクター
スターさん



成底ゆう子さん

8月14日、南の島の星まつり2010メインイベント、ライトダウン星空観望会が石垣港新港地区サザンゲート広場で行われました。

会場には望遠鏡が7台設置、月や金星、土星などに設定され、幼児からお年寄りまで興味深く望遠鏡をのぞき、「おおー見えた!」「すごーい」と歓声をあげました。

夕涼みライブでは、前花雄介さん、加治久勇とクバヌファーズ、成底ゆう子さんが星空のもと、トークと個性的な歌声で来場者を魅了しました。

8時40分頃、ライトダウンが始まり、会場は一瞬に星空が広がりました。八重山星の会からレーザーポインタを星空にむけて説明があり、八重山に伝わる星の話も紹介されました。天の川も確認でき、時折、流れ星が出現すると大きな歓声があがりました。

会場には、大勢の家族連れ、観光客が訪れ、寝転んで星を観察し、まつりを満喫しました☆

戸籍総合システム稼働! 電算化で発行業務が迅速化!

8月30日、本市は戸籍総合システムを稼働しました。戸籍制度は日本人の親族的身分関係を戸籍簿に登録し、和紙を原本として記載してきました。

戸籍の電算化により記載事務が大幅にスピードアップし、証明発行事務も迅速になりました。同日、稼働式で中山市長は「電算化により自動交付機発行や総合窓口サービス導入への展望など、行政改革の推進につながるものと考えています」とあいさつしました。

電算化により縦書きの文章から横書きへ、「戸籍謄本」から「全部事項証明」へ名称が変更され、公印が朱肉印から黒色印（電子印）へ変わるなど、いくつかの変更点があります。これまで使用してきた和紙の戸籍は「平成改製原戸籍」となり、このような「改製原戸籍」も電算化を進めて来年4月18日から稼働します。

この日、第1号の申請者に中山市長は証明書を発行し、記念品を贈呈しました。



第1号の申請者に証明書を手渡す中山市長

今年の国勢調査は、ニュースです!



平成22年10月1日国勢調査スタート!

調査員が世帯を訪問して調査票を配布しています

- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- 平成22年国勢調査は、我が国が本格的な人口減少社会となって実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
- 調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。
- 9月23日から、調査員が世帯を訪問して調査票を配布しています。
- 記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をした上で調査員に渡していただくか、市区町村に郵送提出していただきます。

※住民票などの届出に関係なく、10月1日現在、あなたの世帯にすでに3ヵ月以上住んでいる人、まだ3ヵ月にならないが、3ヵ月以上にわたって住むことになっている人を対象としています。調査内容、調査票の記入方法などについて、わからない点がありましたら、調査員が訪問した際にご質問くださるか、コールセンターにお問い合わせください。

■国勢調査コールセンター

設置期間：平成22年10月31日まで

受付時間：午前8時～午後9時

(土・日・祝日も利用できます)

【電話】0570-01-2010

*全国どこからでも市内料金でご利用になれます。

【PHS・一部のIP電話】

03-6738-6677

*PHS・一部IP電話の場合、所定の料金となります。

調査についてのお問い合わせは、コールセンターまで!!



国勢調査 石垣市実施本部
☎82-1555

子ども手当制度開始に伴う申請のお知らせ

平成22年4月から児童手当にかわって、「子ども手当」制度が始まりました。

子ども手当は次代の社会を担う子どもの育ちを社会全体で応援するという趣旨のもとに、支給対象が中学校3年生までの子どもに拡大され、所得制限が撤廃されました。

これにより、平成22年4月1日時点石垣市在住で下記に該当する子どもの保護者の皆様は申請が必要となりますので、お知らせします。

【申請が必要な方】

- ①これまで所得制限等のため児童手当を受けられなかった方
- ②これまで児童手当を受給しておらず、中学校2年生及び3年生の子どもがいる方
- ③平成22年3月分まで児童手当を受給していて、他に中学校2年生及び3年生の子どもがいる方
- ④児童手当が一時差し止めとなっている方

上記に該当する方で、平成22年9月30日までに申請し、受給者として認定された場合は、特例として平成22年4月分からさかのぼって支給される場合があります。平成22年10月1日以降申請された場合は申請月の翌月分からの支給となります。

なお、海外に居住する子どもを養育・監護している方も支給対象となる場合がありますので、児童家庭課窓口でご相談ください。

【申請に必要なもの】

- ・受給者となる方(子どもの保護者のうち所得の高い方)の印鑑(認印可)
- ・受給者となる方の健康保険被保険者証(①②に該当する方のみ)
- ・受給者となる方の通帳(ゆうちょ以外、①②に該当する方のみ)
- ・子どもが石垣市以外にお住まいの方は子どもの住民票謄本

【申請・お問合せ先】

児童家庭課(公務員の場合は勤務先になります)

☎82-1704 Fax82-1580



苦情・意見の申出



※ただし、判決で確定している事案、裁判所で係争中の事案、議会に請願・陳情を行っている事案などは、調査しない。

調査

調査・改善等の措置などを行う。

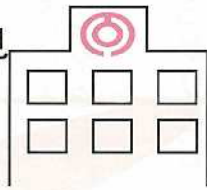


諮問

市男女共同参画審議会（男女共同参画会議）が審議・調査し、結果を報告、意見する。



意見



通知



男女共同参画行政にご意見を

石垣市男女共同参画推進条例施行規則の公布により、市が実施する男女共同参画施策に対し、苦情や意見を申し出る体制が新たに整いました。

苦情・意見を申し出ることができるのは、住民登録している市民のほか、市内の事業所等へ勤務する人、市内で事業を行っている個人・法人です。

寄せられた苦情・意見に対し、市長は調査等を行い改善策を講じ

るなど対処します。また、市長は調査に関する必要事項を市男女共同参画審議会へ諮問し、その意見を幅広く求めることになっていきます。

最終的に、苦情・意見を申し出た市民などに対し、処理結果や是正措置を通知することになります。

市では、男女共同参画社会づくりを進めていくために、多くの市民より様々な意見を常時求めており、市政へ反映させていきます。

詳細のお問い合わせは、広報広聴課（☎82-1243）まで。

特定健康診査(追加)日程

□ 集団健診(追加)日程 [10月20日(水)～10月24日(日)]



被保険者証と受診券を忘れずにね!

月	日	曜日	対象地区	受付時間	健診会場
10月	20	水	全地域	午前	石垣市健康福祉センター
	21	木		8:30	
	22	金		12:00	
	23	土		午前中のみ	
	24	日			

☆がん検査項目(集団健診で受診可能)

検査項目	料金
1 胸部レントゲン(結核検査)	15歳以上 200円
2 肺がん検査(喀痰)	医師が指示した者 400円
3 大腸がん検査	15歳以上 500円
4 前立腺がん検査	50歳以上男性 1,890円

各医療保険に関係なく石垣市民であれば受診できます。



※ 但し、受付時間内であっても受診者数の状況に応じて受付を終了する場合がありますので、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

※ 国民健康保険に加入している方で、受診券を紛失した場合は受診券を再発行できます。健康保険課までご連絡してください。

※ 職場などで健診の機会のない16歳から39歳までの方は集団健診のみ受診ができます。被保険者証を忘れずに持参してください。受診料は1,000円。受診券は会場で発行します。

◎ 集団健診・個別健診とも国民健康保険加入者(40歳～74歳)は無料で基本検査項目を受診できます。また、後期高齢者医療保険加入者(75歳以上)の方も無料です。

◎問い合わせ 健康保険課 ☎82-8126



すすんで受けよう「特定健診」みんなでめざそう「健康家族」!!

市長とランチミーティング② 学力向上、意識した生活モラルを！

第2回「市長とランチミーティング」が8月16日(月)に「国際交流員と石垣を良くする会」の皆さんと行われました。そのミーティング内容を紹介します。

中山市長 本日はご出席いただきありがとうございます。石垣の子ども達の学力を向上させていきたいと思っています。また、石垣の子ども達が将来、石垣を旅立って行く場合、どこに行っても勝負できる状況をつく



つていきたいと考えています。皆さんの知恵やアイデアをお聞かせください。

小学校段階でしっかりとした教育を

会員 先日、日本経済新聞に全国学力調査の結果で「沖縄 全教科で平均下回る」と報道されました。こういう記事が出ることは沖縄県の子ども達にとつて非常に不幸なことです。この現状を皆さんがどのくらい深刻に受け止めているか、知るために市に質問状を出しました。仕事で基本的なミスをする原因は教育にあり、あらためて勉強は大事だと気づきました。市長はなぜ、勉強は必要だと思えますか。

中山市長 常識の範囲の中で普通に社会生活を営むためにはルールを遵守する、そういう意味においては学習し、知識を身に



つけるために勉強は必要だと思います。また、生きていくためにどのレベルまで知識を身につけるか、どの分野の情報を収集するかということが大事になります。この点は何のために勉強するのかという判断だと思えます。

会員 勉強は学習能力を身につけるためのトレーニングの場だと思えます。石垣に来て驚いたのは、中学生、高校生で分数の計算ができない生徒が多くいま

す。学校の成績の良い生徒でも分数の計算ができない。これは、小学校段階での教育がおざなりになっているという事です。石垣の子ども達の教育における原因は小学校にあると思います。そこで、小学校でどういうことをやっているのか、抜き打ち的に授業に参加し、調査することができませんか。

中山市長 授業参観という点で行って観ることは可能だと思います。

会員 小学校段階で、きちっと再教育させるような努力が必要だと思えます。本土でも公教育自体が学力を上げていくのは限界があります。東京都杉並区、港区は塾を学校に取り入れて民間教育と公教育が連携しています。このような教育の社会的分業として新しいシステムを構築していかねければいけないのではないかと思えます。より高いレベルの教育は公教育では限界があり、いわゆる「ふきこぼれ」の生徒を支援する教育機関が大事だと思えます。学校に民間教育が必要という認識はありますか。

中山市長 「ふきこぼれ」の部分をどうするかということではなくて、学力において点数の低い子ども達をどうやって底上げしていくか、が公的な課題だと考えており、小学校教育を大前提にどうするかと考えることが公教育の役目だと思えます。

会員 その方策ですね。いろいろ

市長とランチミーティング

中山市長 学校教育に対する考え方を提案することはできないと思います。教育委員会が統轄している学校側に対して市長の判断で学校のあり方自体を変えていくことは現実的に難しい状況です。教育委員会と話し合っていく中で方向性を示していけば可能だと思います。

退職教員の活用を

会員 退職教員が学力向上の姿勢に立ち、自宅を開放したり、公民館を活用して自分の周りの子ども達を教えるだけでもずいぶん効果があると思います。お金のかからないかたちで、いかにこの島が良くなるかという点です。この豊かで魅力あふれる石垣島ですから本土勢はこれからも移住してきます。将来、入社試験をした場合、石垣の人が勝てる能力が必要で、学力という点で大所高所的にこの島のビジョンを決める人を教員がつくらないと少々危ういと思います。

大人が勉強する姿を見せよう

会員 私は市立図書館2階で放



送大学のビデオの貸出、入試説明等を行っています。全島を巻き込んで大人の教育機関をつくることにより勉強することとを広くに楽しめたい。そのためにサテライト誘致期成会を設立し、石垣島に放送大学のサテライトスペースを作ってもらおうと活動しています。もし、実現したら学力問題が低迷している起爆剤になります。子どもに勉強をさせるためには、言葉ではなく、大人が勉強する姿を子ども達に見せることが大切です。この島には経歴が豊かで有能な人材が

多くいます。このような人材を集結して、この島のより良い未来のために私達は活動していきたいと思えます。市議会、教育委員会に反映させて、この状況を回復していただきたいと思えます。

環境にやさしいまちづくり、観光立市モラルの向上へ

会員 ハワイ州オアフ島では2030年までに70%をクリーンエネルギーに変えるプロジェクトが進んでいます。石垣島は、たばこのポイ捨てや犬の糞、無断廃棄が多い。観光立市なので、市民の意識を変えていかなければいけないと思います。環境に取り組んでいるというピアーラをもつとやってほしい。モラルが低くて学力だけ高いということはあり得ません。学力を近々の短期的課題として踏まえ、中長期的にモラルを上げていくことが遠回りのようだけれども、学力を上げていく近道ではないだろうかと思えます。

中山市長 今の話はご提言として受け止めます。今日、皆さんからありました意見は私の考えている方向性と一緒です。これをどういうかたちで実施していくかは、もう少し詰めていくことが必要です。学力向上は待ったなしの状態、その危機感を学校、地域、PTAの中で話していきたいと考えています。教

育委員会と民間教育については直接、教育現場に介入できませんが、全体的な考え方の方向づけはできます。教育長、教育委員長に話しながら実施の方向を具体策として打ち出していく時期かと思えます。ゴミ捨てに於けるモラルについても考え方は一緒です。みんなでゴミ拾い活動をおしてポイ捨てをしないよう分かってもらう状況をつくりたいと思えます。皆さんからありました提言はタイミングをみながら市政に反映させていきます。今日はいろいろなご意見をいただき、ありがとうございます。



第2回花と緑のフォトコンテスト 開催のお知らせ

石垣市民憲章推進協議会では、前年度に引き続き、「第2回花と緑のフォトコンテスト」を開催いたします。多数の市民の皆様のご応募をお待ちしています。

【テーマ】「人・花」をテーマにした石垣島に咲く花や緑の木々を題材にした作品

【応募点数】お一人様2点まで

【応募資格】石垣市在住の方ならどなたでも可

【応募規格】フィルム又はデジタルカメラで撮影したA4又は六切りサイズの印画紙で応募

【応募期間】10月1日(金)から12月28日(火)
(当日消印有効)

【審査】平成23年1月中旬

【表彰・展示】ご応募いただいた作品は、市役所ロビーなどで展示いたします。

【賞】

石垣市長賞1点(賞状及び3万円相当の商品券)

石垣市民憲章推進協議会長賞1点(賞状及び2万円相当の商品券)

石垣市観光協会会長賞1点(賞状及び1万円相当の商品券)

【お問い合わせ・応募作品送付先】

〒907-8501石垣市美崎町14番地

石垣市民憲章推進協議会事務局(石垣市役所市民生活課内)

☎82-1253

放送大学沖縄学習センター 開設20周年記念講演会

年金制度の再構築

—われわれの年金はどうなるのか—

講師 石 弘光氏(放送大学学長)

日時 10月3日(日)午後1時30分～3時

会場 石垣市民会館 中ホール

対象 一般市民・入場無料

問い合わせ先 放送大学沖縄学習センター

☎098-895-5952



平和を仕事にする
平成22年度 自衛官等募集案内

★自衛官募集HP
mod.go.jp/gsd/jieikanbosyu/

募集種目	資格	受付期間	1次試験
防衛大学校学生	推薦	高卒(見込)21歳未満の者	9月6日～9月9日 9月25・26日
	一般	高卒(見込)21歳未満の者	9月6日～10月1日 11月6・7日
防衛医科大学校学生	高卒(見込)21歳未満の者	9月6日～10月1日	10月30・31日
看護学生	一般	高卒(見込)24歳未満の者	9月6日～10月1日 10月23日
予備自衛官補	一般	18歳以上34歳未満の者	7月20日～10月8日 10月16～18日
	技能	18歳以上で保有する技能に同じ53～55歳未満の者	7月20日～10月8日 ※いずれか1日を指定されます

※上記以外にも募集種目があります。募集人員・合格発表・入(校)隊時期等も併せ、詳しくはお近くの自衛隊沖縄地方協力本部石垣出張所にお問い合わせください。

石垣出張所：石垣市宇登野城55番地 石垣地方合同庁舎3階 ☎82-4942

農漁村市営住宅入居者募集

●募集する市営住宅 伊野田市営住宅 一戸
「応募資格」他、空家待ち募集内容と一緒にです。

市営住宅(空家待ち)入居者募集

今回実施する空家待ち入居者募集は、石垣市における市営住宅を対象に、これから発生する空家を見込んで募集するものです。

応募者が多数の場合、抽選により空家待ち順位を決め、空家が発生した時順位にしたがって入居することになります。

●募集する市営住宅

- (1) 一般市営住宅 (新川、開南、伊原間、名蔵第二、富野、崎枝第二、白保、大里第二、星野第二、平久保第二、伊原間第二、嵩田)
- (2) 農漁村向け市営住宅 (大里、星野、伊野田、明石、平久保、於茂登、三川、名蔵、崎枝、川平、吉原、新栄、野底、八島町)

●応募資格

- (1) 市内に三ヶ月以上住所を有する者。
※新川市営住宅に限り、単身入居できる場合があります。(申込み資格条件あり)
- (2) 現に同居又は、同居しようとする親族(婚姻の予約者を含む)があること。
- (3) 前年の収入が法令に基づく月収額以下であること。
一 一般：158,000円以下
高齢者・障害者：214,000円以下
※暴力団員等については、所得の的確な把握が困難であり、所得基準を満たしていると判断できないので、受付はできません。
- (4) 現に住宅に困窮していることが明らかな者。(入居予定者全員が持家を所有していないこと。)
- (5) 農漁村向け市営住宅については、石垣市内において農・漁業を営む世帯。(各証明書添付)
- (6) 公営住宅に現在住んでいる方が、他の公営住宅へ住み替えるための申込みは原則として受付できません。
- (7) 市民税など諸税の完納者であること。

●申し込み方法

所定の申込書に次の書類を添えて申し込んでください。
所得証明書、扶養証明書、住民票謄本、固定資産証明書、義務履行証明書、優遇対象者は必要証明書、その他

●申し込み用紙の配布場所及び受付期間

- (1) 石垣市役所 建設部 都市建設課
- (2) 平成22年10月4日(月)～10月8日(金)
受付時間：午前8時30分～午後12時
午後1時～午後5時15分まで

※その他詳しいことは、お問合せください。

都市建設課 ☎83-4207

託児所を経営している方は届け出を!

石垣市では、市内で託児所（認可外保育所施設）等を経営している保育施設について、届出対象となる施設の現況を把握したいと思っております。届出の目的は、利用者に施設の情報を適格に伝え、利用者が適切な施設選択をすることで、安心して子育てができるようにするために行うものです。届出の対象となる託児所（認可外保育施設）等は、沖縄県知事へ届出する必要があります。届出の受付は市役所の児童家庭課で行っています。

◆届出対象施設

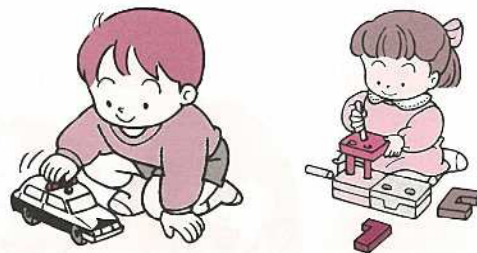
届出の対象となる託児所（認可外保育施設）等は、乳児又は、幼児を保育することを目的とする施設で、沖縄県知事の認可を受けていないものをいう。

届出対象施設・届出除外施設

施設種別	届出対象施設	届出除外施設
以下のどの施設にも該当しない保育施設	乳幼児が6人以上の施設	乳幼児が5人以上の施設
ベビーホテル 次の条件のうち、どれか一つでも該当する施設 ・夜8時以降の保育を行っている ・宿泊を伴う保育を行っている ・利用児童のうち一時預かりの乳幼児が半数以上	乳幼児が6人以上の施設	乳幼児が5人以上の施設 <i>（下）</i>
事業所内保育施設 企業や病院などにおいて、その従業員の乳幼児を対象とする施設	従業員の乳幼児以外に乳幼児を6人以上預かる施設	従業員の乳幼児以外の乳幼児が5人以下の施設
店舗等において顧客の乳幼児を対象にした一時預かり施設 (例) 自動車教習所、スポーツ施設、歯医者等の一時預かり施設	顧客の乳幼児以外の乳幼児を6人以上預かる施設	顧客の乳幼児以外の乳幼児が5人以下の施設
臨時に設置された施設 (例) バーゲン期間のみ開設されたデパートの一時預かり施設	6ヵ月を超えて設置される施設	6ヵ月を限度に設置される施設
親族間の預かり合い（設置者の四親等内の親族を対象）	親族の乳幼児以外に乳幼児を6人以上預かる場合	親族の乳幼児以外の乳幼児が5人以下の場合

◆届出の内容

- ・設置者の氏名及び住所又は名称及び所在地
- ・建物その他の設備の規模及び構造
- ・事業を開始した年月日
- ・開所している時間
- ・入所定員
- ・提供するサービスの内容等（サービスの内容の例：月極保育料、一時保育料、24時間保育料等）
- ・その他



◆届出窓口（お問い合わせ先）

児童家庭課 子育て推進係 ☎82-1704 Fax82-1580

保健だより3

あなたの肝臓元気ですか？

～肝臓のアルコール処理能力について～

今年の夏は各地で記録的な猛暑日が続く、9月終わりだということにこの暑さ。みなさん体調の方は大丈夫ですか？こう暑い日が続くとビールの量が普段より増えてしまいがち。今日は肝臓の仕事、アルコールについて少しお話したいと思います。

肝臓は私たちが毎日、摂取する物の栄養素を貯蔵、必要なときに体内に送り出す役割、脂肪の消化・吸収に必要なものを作ったり、薬や有害なものの解毒など500種類以上の仕事を一つの臓器で行っています。その中にアルコール処理の仕事も入っています。アルコールは『適量』にとよく言われます。では、アルコールの適量とはどれくらいでしょうか。

アルコールが体内に入ると吸収され肝臓に入ります。肝臓は有害になるアルコール分解を最優先に行います。健康日本21では肝臓に負担がかからない量は純アルコール量20g（ビール500ml）が適量としています。アルコール分解には個人差がありますが、一般的に体重60kgの成人の場合、1時間で約6gのアルコールを分解（体重×0.1g=1時間に処理できる量）、ビール500mlを3時間かけ処理しています。ワインなら200ml、日本酒1合、泡盛は度数が強いので0.5合と少ない量です。ビール500mlを3缶飲むと10時間、泡盛2合（360ml）なら14時間かけ分解処理を行っています。他の仕事もしないといけない肝臓は休む時間がありません。肝臓が疲れてしまったら、他の栄養素の処理は後回しになり、血液中の中性脂肪や血糖の上昇、必要なときに薬が効きにくくなるなど体に良くないことが起こってきます。

肝臓に負担のないよう適量を守り、1週間に2日は休肝日を設けるなどして肝臓に優しいお酒の飲み方を行っていきましょう。

石垣市健康福祉センター 保健師 前盛 友花



アロハ！ CIR ステファニーから

石垣市国際交流員 島海ステファニー 圭希
米国ハワイ州ホノルル出身 22歳

1



島から島へ

来島して一ヶ月経ったところですが、ここでオアフ島から来た私の感想を述べさせて頂きたいと思います。沖縄は日本で、ハワイはアメリカなので、当たり前ですが、環境、人種、教育、歴史、政治、経済に至るまで全部違います。その上、言語も食べ物も服装も習慣も違います。

しかし、全体的にみみると、同じ島として、ハワイと沖縄は独自の文化を持っているところが、良く似ていると思います。ハワイはアメリカの一部なのでアメリカの影響が強いのですが、アメリカ本土からは2500キロメートルも離れているので本土とは、また違います。同じ様に沖縄も本州から離れているので、沖縄独特の文化意識が強いと感じました。アングマと高校野球の優勝を見て私は次の様な事に気づきました。

アングマは八重山にしかない伝統的な踊り、歌、話し方なので、世代が代ってもこれらを受け継いでほしいと願う皆の気持ちが私に伝わってきました。ハワイのフラ・カヒコはイブを叩きながらハワイ語で歌いますが、歌と踊は意味があります。アングマとフラ・カヒコの様な伝統的な行事を若い世代に伝えていく事が、島の文化を守っていく上には大切な事だと思っています。

沖縄の興南が全国高校野球大会で優勝した時は、野球ファンだけではなく島全体が盛り上がったのに感激しました。ハワイ出身のバラックオバマさんが、大統領になった時のハワイをつい思い出してしまいました。沖縄の人たちは島を代表する選手たちを島全体が一つにまとまって熱く応援しました。これは同じ島人として共通する団結心、プラス、プライドなのかなと思いました。

*アロハとは、ハワイで日常的に挨拶として「こんにちは」「さようなら」などの意味として使うが、言葉自体に愛、慈しみ、感謝、叡知、誇りなど深い意味を持つ。



新型救助工作車 運用開始

8月21日、消防署に最新型の救助工作車が納入されました。少ない人員で効率的に現場活動を行えるような仕様になっています。市民の生命・身体を守る役割を引き継いだ新車両を職員は日夜、操作訓練に励んでいます。

●お知らせ●

全国一斉司法書士法律相談

【日時】10月2日(土)午前10時～午後4時
 【相談会場】大川公民館
 【相談内容】司法書士法律相談(登記・訴訟・多重債務相談など)
 【対象】一般市民
 ※10月1日(金)～7日(木)の期間については、各司法書士事務所にて、無料司法書士法律相談を行います。

平成22年度留学賞与奨学生募集

【募集期間】10月1日～10月29日(金)
 【応募資格】①沖縄県内に住所を有する者の子弟で、我が国の大学、大学院に相当する国外の教育機関等に在学している者
 ②沖縄県内に住所を有する者の子弟で、我が国の特別支援学校の専攻科に相当する国外の教育機関等に在学している者

【採用予定数】若干名
 【お問い合わせ】(財)沖縄県国際交流・人材育成財団 奨学課 〒907-2222 宜野湾市伊佐4-2-16 ☎0980-9421-9213
<http://www.oift.or.jp/>

【お問い合わせ】(財)沖縄県国際交流・人材育成財団 奨学課 〒907-2222 宜野湾市伊佐4-2-16 ☎0980-9421-9213
<http://www.oift.or.jp/>

テレビの映りでお困りではありませんか?

10月は「受信環境クリーン月間」です。受信障害とは、建造物、不法無線局や家庭用電気器具等が原因となっており、あたりのテレビ・ラジオが放送の受信に障害を与えることがあります。

受信障害については、「沖縄受信環境クリーン協議会」又は「放送局」へご相談ください。
 なお、テレビ画像の症状に対応す

る原因・解消策をウェブサイトで自己診断することができます。

<http://www.cleantv.com/O2/Justin/index.htm>

【お問い合わせ】沖縄受信環境クリーン協議会(企画担当事務局) 〒900-8795 那覇市東町26-29 4階 総務省沖縄総合通信事務所 情報通信課内 ☎098-8655-2307 FAX 098-8655-2311

普通救命講習会(定期開催)

【日時】毎月第4日曜日 午後5時～5時
 【内容】心肺蘇生法、AEDの使用法、その他の応急手当

【定員】30名(受講者には認定証を交付します)

【受講料】無料

【申込先】石垣市消防署 ☎82-40047・82-40050

危険物取扱者試験

【試験日】平成22年12月12日(日)

【試験の種類】甲種、乙種(第1類～第6類)、丙種

【試験会場】八重山農林高等学校

【受験願書受付期間】10月28日(木)～11月5日(金)

【受験案内書配布先】石垣市消防本部、消防試験研究センター

【受験受付方法】受験願書を消防試験研究センターへ郵送又は直接窓口へ持参

※インターネットでも電子申請できます。詳しくはホームページをご覧ください。

【お問い合わせ】(財)消防試験研究センター 沖縄支部 〒900-0002 那覇市旭町116-37 自治会館6階 ☎098-941-52001

<http://www.shoubo-shiken.or.jp>

沖縄にテロはいらない！
 (NOTERROR)
 テロの未然防止にご協力を
 八重山警察署 ☎82-0110

小学生3年生～高校生のための冬休み海外派遣参加者募集
 【内容】ホームステイ・ボランティア・文化交流・学校体験・地域見学・野外活動など ※事業により体験内容をお選びいただけます。

【派遣先】オーストラリア・カンボジア・タイ・フィジー
 【日程】12月25日(土)～1月2日(日)

7～8日間 ※事業により異なる
 【対象】小学3～高3の方まで。 ※事業により対象年齢が異なります。

【参加費】19,800～36,800円
 【締切】11月8日(月) ※申込み先着順

【問い合わせ】資料請求 文部科学省所管 財団法人 国際青少年研修協会 〒108-0073 東京都港区三田5-7-8 1921 ☎03-6459-4666 FAX 03-6459-4663
<http://www.ksk.or.jp>
 E-MAIL info@ksk.or.jp

秋の大掃除 ヤーマーリの清掃を

住みよい生活環境の確保と公衆衛生の向上を図り、次の日程で「秋の大掃除」を実施します。

10月18日(月) 磯辺団地・磯辺第2団地・宮良団地・登野城団地・新川団地・新川第2団地・真喜良団地(第1・第2・第3)・県職員住宅真栄里団地・国家公務員宿舎1・2・3・4)・平真団地・磯辺・宮良・白保・真栄里ニュータウン・前原タウン

10月19日(火) 大川・石垣・美崎町・崎枝・川平・大嵩・仲筋・吉原・米原・富野・大田・伊土名・多良間・下地・兼城・栄

10月20日(水) 新川・双葉・新栄町・浜崎町

10月21日(木) 登野城・天川・八島町・大浜・高田・三和・川原・於茂登・開南・嵩田・名蔵・元名蔵

10月22日(金) 大里・星野・伊野田・大野・伊原間・明石・久字良・吉野・平久保・平野

10月24日(日) 平得・真栄里(公民館役員対応)

問い合わせ 生活環境課 ☎82-1285

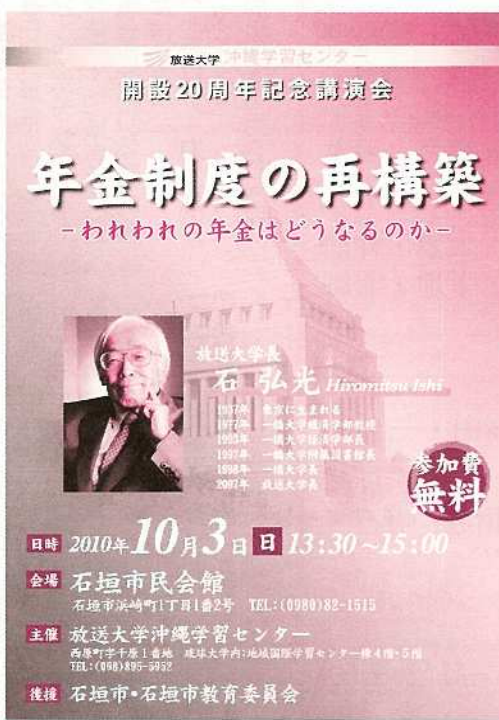
市民カレンダー 10/1~10/31

※下記の日程は、予定です。詳しくは関係課までお問合せください。

10/1	金	●郷土芸能の夕べ	10/16	土	●絵本読み聞かせ(図書館)
10/2	土	●絵本読み聞かせ(図書館)	10/17	日	●家庭の日・ヤスマルの清掃の日
10/3	日		10/18	月	●ふれあい相談・総合(毎週月〜金・社協)
10/4	月	●ふれあい相談・総合(毎週月〜金・社協) ●BCG予防接種(健康福祉センター)	10/19	火	●市民相談室・多重債務(市役所) ●妊産婦・乳幼児保健相談(健康福祉センター)
10/5	火	●市民相談室・多重債務(市役所)	10/20	水	●市民相談室・法律(市役所) ●両親学級3(健康福祉センター) ●特定健診(追加)~24日(健康福祉センター)
10/6	水	●市民相談室・法律・行政(市役所) ●両親学級1(健康福祉センター) ●健康相談(新栄町公民館)	10/21	木	
10/7	木	●1歳6ヵ月児健診・3歳児健診(健康福祉センター)	10/22	金	●健康相談(川平保健指導所) ●巡回行政相談(真喜良地区)
10/8	金	●市民相談室・法律(市役所) ●健康相談(川平保健指導所)	10/23	土	●絵本読み聞かせ(図書館)
10/9	土	●絵本読み聞かせ(図書館) ●3~4ヵ月児健診・9~10ヵ月児健診(健康福祉センター)	10/24	日	
10/10	日		10/25	月	●ふれあい相談・総合(毎週月〜金・社協)
10/11	月		10/26	火	●市民相談室・多重債務(市役所)
10/12	火	●市民相談室・多重債務(市役所) ●離乳食実習(健康福祉センター)	10/27	水	●市民相談室・法律(市役所) ●両親学級4(健康福祉センター) ●健康相談(公設市場)
10/13	水	●市民相談室・法律(市役所) ●両親学級2(健康福祉センター) ●DPT予防接種~14日(健康福祉センター)	10/28	木	●3~4ヵ月児健診・9~10ヵ月児健診(健康福祉センター)
10/14	木	●市民相談室・人権(市役所) ●2歳歯科指導(健康福祉センター)	10/29	金	●市民相談室・法律(市役所)
10/15	金	●郷土芸能の夕べ	10/30	土	●絵本読み聞かせ(図書館)
			10/31	日	

たとえばこんな過ごし方  **ウチドク のんびり家読** (家で読書) **毎月第3日曜日は 家庭の日**

放送大学沖縄学習センター 開設20周年記念講演会
年金制度の再構築
 日時 10月3日(日)午後1時30分
 会場 石垣市民会館中ホール
入場無料



放送大学 開設20周年記念講演会
年金制度の再構築
 -われわれの年金はどうなるのか-
 講師 放送大学長 石弘光 Hiromitsu Ishi
 日時 2010年10月3日(日) 13:30~15:00
 会場 石垣市民会館 石垣市浜崎町1丁目1番2号 TEL:(0980)82-1515
 主催 放送大学沖縄学習センター 西原町字千原1番地 琉球大学内:地域国際学習センター4階・5階 TEL:(098)893-5932
 後援 石垣市・石垣市教育委員会
参加費 無料

広告募集

広報いしがきでは、この枠サイズの広告を募集しています。
 (88mm × 42mm ¥15,000-)
 詳細は広報広聴課まで(☎82-1243)

営業種目 { 一般建築土木業・産業廃棄物処分業・産業廃棄物収集・運搬 浄化槽維持管理・飲料水タンク清掃・排水つまり修理・管工事

(有)先島メンテナンス

代表取締役 迎 里 伸
 〒907-0002 石垣市字真栄里221
 TEL(0980)83-0167・FAX(0980)82-8159