

いしがき

2012
広報いしがき
No.483
2月号
平成24年
毎月11日発行

- 今月の主な内容
- 石垣島マラソン
 - できごと
 - 市長とランチミーティング
 - 市長とランチミーティング
 - 国保被保険者証の更新
 - お知らせ
 - 市民カレンダーなど

人口と世帯数

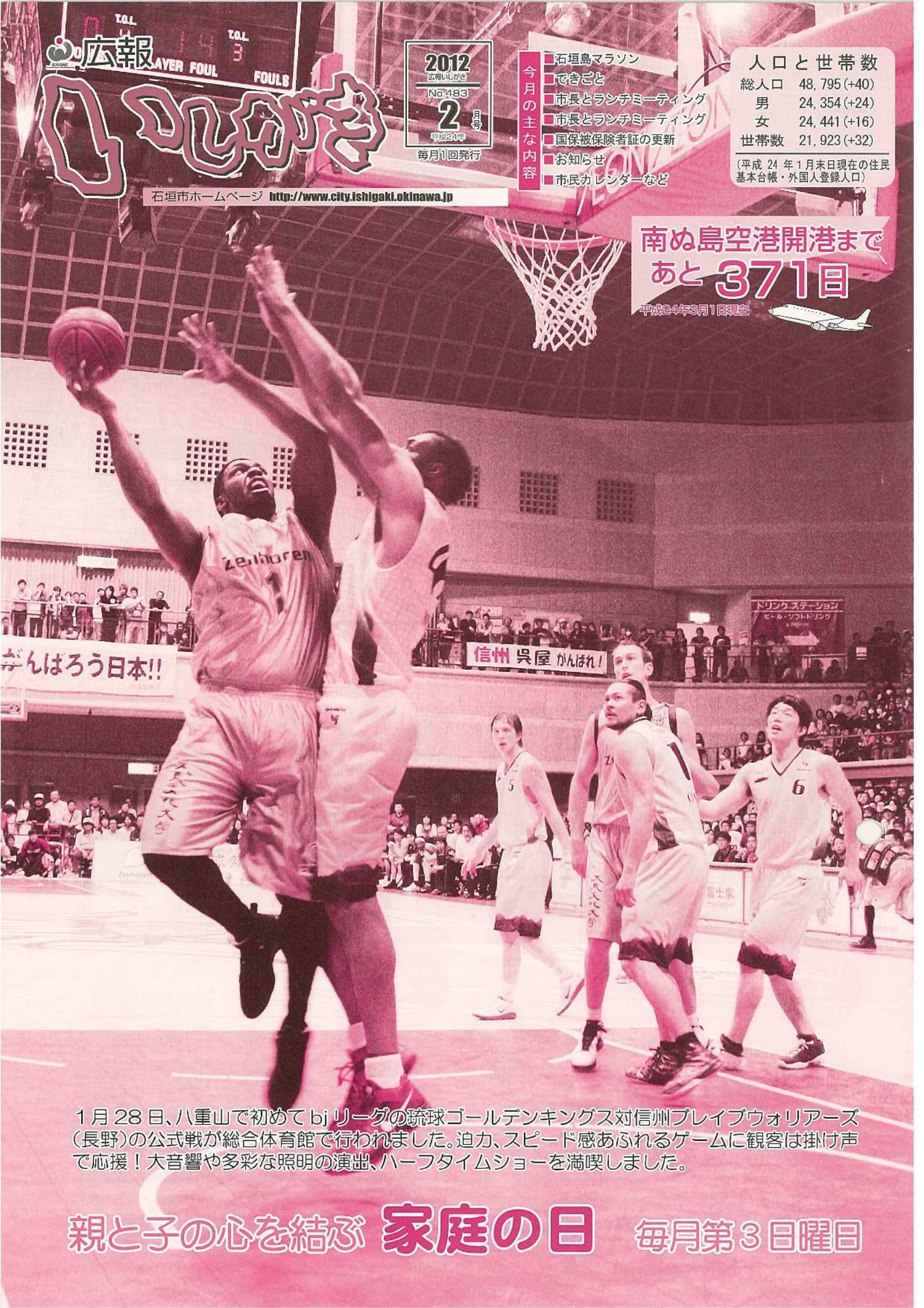
総人口	48,795 (+40)
男	24,354 (+24)
女	24,441 (+16)
世帯数	21,923 (+32)

(平成24年1月末日現在の住民基本台帳・外国人登録人口)

石垣市ホームページ <http://www.city.ishigaki.okinawa.jp>

南ぬ島空港開港まであと371日

平成24年3月1日現在



がんばろう日本!!

信州 呉屋 がんばれ!

ドリンクステーション
ビールソフトドリンク

1月28日、八重山で初めてbjリーグの琉球ゴールデンキングス対信州ブレイブウォリアーズ(長野)の公式戦が総合体育館で行われました。迫力、スピード感あふれるゲームに観客は掛け声で応援!大音響や多彩な照明の演出、ハーフタイムショーを満喫しました。

親と子の心を結ぶ 家庭の日 毎月第3日曜日

第10回石垣島マラソン 全国のランナー達 石垣島を走る!

1月22日、市中央運動公園を発着する第10回石垣島マラソンが行われました。全国各地から3640人が参加、フルマラソンに1334人、23キロに989人、10キロに1317人が出場し、3281人が完走。

フル・23キロは石垣市観光大使の具志堅用高さんがスターターを務め、スタートを盛り上げました。

この日の天候は雨時々曇り。フルマラソン男子は宮永大亮さん(大阪府)が独走の走りを見せ、2時

間23分18秒の大会新記録で優勝を飾りました。

各コースの沿道では多くの市民が声援を送り、大勢のボランティアスタッフが大会を支えました。

競技終了後の交流パーティーは市民団体「ZOZOパ・ミラ石垣島」が企画。具志堅用高さんに石垣市観光大使の委嘱状が交付され、石垣島クイズなど、賑やかに行われ、参加者の疲れを癒しながら楽しむステージで盛り上がりました。



1/23
(月)

これからも益々お元気で 石垣市生年祝・贈呈式

旧正月、97歳と85歳の生年を迎えられた長寿者を対象に頌状及び記念品を贈呈し、長寿を祝う式典が市民会館で行われました。

97歳カジマヤーは52名、85歳の生年を迎えた方は265名。出席した97歳全員から市民を代表して中山市長は「あやかりの盃」を受けました。

中山市長は「皆様方のこれまでの御労苦に心から敬意を表します」と祝辞を述べました。



右から3人目が桃原氏

1/20
(金)

郷土の奨学基金として 桃原用昇氏1億円を寄附

字石垣出身の桃原用昇氏(東京都在住)から教育委員会に日本国債額面1億円の寄附と尖閣諸島関係の図書の寄贈がありました。この寄附は「八重山から海外の大学留学生を対象にした人材育成」の資金としての目的です。

贈呈式で桃原氏は「石垣市の子ども達にエールを送りたい。石垣からいい人材を多く出してもらいたい」と郷土を思う気持ちを熱く語りました。



**1/27 (金) ガンバ大阪 初キャンプ
ジェフ千葉はJ1をめざして**

サッカーJ1の強豪ガンバ大阪が1月22日から28日まで、初めて石垣島でキャンプを行いました。セホーン監督は「充実した1年になるよう声援をお願いします」と、あいさつ。

この日は陸上競技場と総合体育館でランニングや筋トレを行い、午後からサッカーパークあかんまでトレーニングをしました。

また、J1復帰をめざすジェフ千葉は1月28日から2月4日までキャンプをしました。



お問い合わせは福祉総務課 ☎82-5045

**1/24 (火) 地域福祉計画策定に向けて
市民ワークショップ**

市健康福祉センターで地域福祉計画策定に向けた市民ワークショップが開催されました。

第1部は、地域福祉計画策定の趣旨及び参加者がワークショップを通して行う活動内容の説明が行われ、第2部は、各地域に分かれて自らが住んでいる地域の課題と、改善すべき生活環境等の課題把握について意見が行われました。第2回以降の参加も可能ですので、市民皆様のご参加をお待ちしています。



2月11日・紅白戦の伊志嶺選手

2月5日・少年野球教室で指導する井口選手

**2/11 (土) 王者復活へいざ、始動！
千葉ロッテ春季キャンプ**

2月1日から23日まで千葉ロッテマリーンズの5度目の春季キャンプが市中央運動公園で行われました。西村監督は「リーグ優勝、日本一になること。石垣島のファンの方からの温かいご声援が我々にとって大きな力となります」と話しました。キャンプ中、少年野球教室や選手と交流するイベントも行われました。

日本一奪回をめざし、選手は今年の巻き返しを意気込んでキャンプに臨みました。



2/5 (日) 学力向上と健全な心の育成を考える いしがき教育の日

2月の第一日曜日、いしがき教育の日行事が市民会館で行われました。教育活動に対する功労として7団体、19個人、また教育の日啓発標語入選者6人は玉津教育長から表彰を受けました。大浜小、宮良小、新川小は市指定学力向上推進研究校として実践報告をしました。また、山口県山陽小野田市教育長の江澤正思氏が「未来を開け！伸びる子にするために」と題して講演しました。

市長とランチミーティング⑬ 石垣島周辺海域のサンゴ礁を守るには

第16回「市長とランチミーティング」は10月26日(水)に「石垣島マリンレジャー協同組合」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 こんにちは。八重山の観光の大きな柱でありますダイビング関係、マリン関係のお仕事に携わっていただき心から感謝いたします。あわせてサンゴの海域保全のためにも、いろいろとご尽力いただき感謝申し上げます。これからも皆さんとともに一つの産業として創り上げていきたいと思っています。いろいろとご意見をいただければと思っております、よろしくお願いたします。

オニヒトデ駆除の現状

屋良部代表 我々石垣島マリンレジャー協同組合は13業者、全て地元の業者です。5年程前から業者が増えてきました。地元業者が一つになってダイビング業界をちゃんとしていこうとルールとかも含めて平成21年2月に組織を設立しました。1998年にサンゴの大白化が起



こり3年程前にオニヒトデが異常発生しました。そのオニヒトデは今20〜30センチに大きくなって大量発生する状況で八重山のサンゴは本当に死滅状態です。石西礁湖のサンゴ礁は約95%が死滅状態で、何とか守って

いこうということでは一生懸命やっています。お陰様で市の事業も4月から9月までに約14万匹のオニヒトデを駆除しました。今年駆除したからいなくなるのかというと、そうではなくて、来年もおそらく同じような状況ではないかと思えます。竹富から西表にかけての北のサンゴは元気なんですけど、御願崎や川平に向かって西のサンゴは、ほとんど死滅状態ですね。今元気なサンゴを守るためにもオニヒトデ駆除を継続してやっていかないといけないというところで、行政を含めて何とか方法を、雇用創出事業を継続できればと思えますので、よろしくお願いたします。

中山市長 今年の予算はいくらですか。

吉村企画部長 4800万ぐらいです。雇用対策ですので、出した分、誰か採用しなければなりません。

屋良部代表 今、13名雇用しています。

吉村企画部長 本来は別の角度から予算化しないといけないでしょう。

中山市長 雇用対策ではなく

て、直接の事業として。

吉村企画部長 環境保全、サンゴ保全の立場から環境省や水産の予算、そういったことが一番いいでしょう。

漢那副市長 これだけ大きな海域でこれだけ大きなサンゴ礁で、海域の排他的経済水域の中の自然保護ですから基本的には国と県と市で役割分担する方向に向かないと。大きな観点から国には責務と役割を担ってほしいと思います。

組合員 鳩山総理大臣の時代にサンゴは国で守らないといけないということでは部会ができていたと思います。それがどうなっているか、ですけど。

中山市長 市としても国に対しての間、要請しましたし、自民党に対しても海域保全の費用は地方交付税の対象にしてくれないかと要請しました。今回、政府が決めた沖縄県の一括交付金の中に入れてくるんであれば、石垣市、竹富町にも該当する金額があると思えますので、予算化されれば、出すことはできます。

吉村企画部長 一括交付金の話で、サンゴ、海域は八重山というところで「地域特性」として県に訴えております。一括交付金の制度になれば、プラスアルファの面で期待しています。

中山市長 駆除したオニヒトデはどこで処理していますか。

組合員 たい肥センターに持ち込んでいます。たい肥がある時

市長とランチミーティング

期はいいのですが、たい肥がなくなったら水分が多いということとで受け入れられないですよ。

吉村企画部長 前に話のあったナイト駆除はどうなったのですか。

組合員 ナイト駆除は今年はやっています。

中山市長 夜の事業については予算がつかないということですね。

組合員 しかし、建設工事では夜の潜水作業もありますよね。なぜ、予算付けできないのかが、理解できません。

吉村企画部長 オニヒトデは夜、結構出てくるんですか？

組合員 はい、上に上がって出てきます。特にチーオニヒトデは昼間隠れて、夜出てくるんです。夜の方が効果的です。

組合員 米原ですけど、現状からすると、一つのポイントが手つかずの状態、他はだいぶやられています。一生懸命頑張っています。この事業がなければ、ダブルリーフのサンゴは壊滅的な打撃を受けると思っています。今後もこの事業の継続をお願いします。

知念観光交流推進課長 この環境共生型事業は今年で終わるんですよ。

組合員 米原キャンプ場は来年あたりビーチに上がりますよ。

吉村企画部長 予算編成の時期で、国の次年度の事業メニューとしてまだ、はっきりしません。環境省も含めて検討します。

ふるさと納税制度を

活用して

組合員 みんなで話した中で、ふるさと納税はどうかという話があります。

中山市長 ふるさと納税制度は市外の方が、例えば、サンゴの保全、オニヒトデの駆除に使ってほしいということ。石垣市に寄附すれば、本人の自治体で確定申告をする、所得税や住民税の税額控除してもらえます。ふるさと納税制度の自然環境保全の中でサンゴの保全を目的にするということ。費用を充てることは充分可能ですね。

組合員 我々で呼びかけたいと思います。マニユアルか何かないですか。

吉村企画部長 ありますよ。

組合員 マニユアルを行政側で作ってもらい、各場所に置いた方がいいと思います。

吉村企画部長 皆さんの集まりがある時に我々の方から出前でご案内をさせていただきます。

組合員 宮古ではダイビングの協力金というかたちで500円を取っています。オニヒトデ駆除の予算は県の方で今年1千万弱、石垣市にありました。来年は環境の面ではないという話を聞いています。環境省も約1千万弱ありますが、それもいつまで続くかわかりません。ダイビングのお客さんは出

すお金は変わらない、税金として払いますから。東京に払うのか、石垣に払うのかということだけなので。ふるさと納税はい制度だと思えますので、ぜひ進めていきたいと思えます。

サンゴ礁の保全、

サンゴの産卵

組合員 5月の大潮にサンゴの産卵があります。我々はその一週間ぐらい前にリーフのクリーニングをしていきます。金プラシでリーフをゴシゴシと。というのは、サンゴが産卵して一週間以内に活着します。幼生が着くんです。専門の方に言わせたら、コケとかがかぶりついて、着けない環境になっているらしいです。3年やっています。3年前にしたところが、2、3センチぐらい大きくなっています。クリーニングをしたところは、ある程度大きくなりません。

中山市長 サンゴの卵が宮古や沖縄本島の分のもとになっている可能性はあるのですか。

組合員 潮の流れにもよりますが、時間が経ち過ぎると死滅する可能性があります。黒潮にのって久米島や沖縄本島には1、2日で行くと思います。先生達に言わせたらその流れで沖縄本島あたりまで行っているようにです。ただ、石西礁湖で産んだサンゴの産卵は名蔵湾で止まると

いると。名蔵湾が環境的には一番いいんですけど、陸からの赤土などが流れて、昔は海藻が10、15センチなると冬場の北風で切れて流れてそこにサンゴが着いたんだけど、今は1メートルぐらいになりすぎて、そういう環境ではなくなっています。ただ、最近水が良くなっています。内側までサンゴがきれいになっていきます。

漢那副市長 海藻が1メートルぐらいになるというのは、自然環境が良くなったと理解していいですか。

組合員 海藻のチソとかリンの栄養がついて多くなると海藻が増えていきます。

中山市長 生活排水や農業用の肥料が入っているんでしょうね。

中山市長 今回の話はサンゴの保全、オニヒトデの駆除ということ、この分の予算については県とかと調整しながら何らかの対策を打ちたいと思っています。ふるさと納税の件は先ほど話し合ったように市側で調整して皆さんの店舗に置いてもらえるように、特に説明書がなくても申込みできるように内容で検討して用紙を作成したいと思えます。八重山観光の大きな柱です。これから、海外に向けても魅力ある商品になると思います。ぜひ、力をかしてもらえればと思います。よろしくお願ひします。

市長とランチミーティング⑱ 石垣島の元気は 商工会女性部から！

第17回「市長とランチミーティング」は11月24日(木)に「石垣市商工会女性部」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 こんにちは。日頃石垣市の経済の活性化に取り組んでいただいている業界の皆さんです。その中でも女性部の皆さん方は会社の中でも切り盛りをしながら働いていらっしゃる。ですので、現場の声を、これからのまちづくりはどうすれば活性化するか、という点を直接聴かせていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

伊良部部長 南部先島支部の30名の方が石垣島へ研修のために来ます。その中で石垣牛大バーベキュー大会へ参加したり竹富島にも観光します。商工会女性部の活動は市長もよくご存じだと思います。石垣島の元気は商工会女性部からということを楽しんで活動しています。

中山市長から質問…

中山市長 新しい空港が開港し



ますね。空港開港に向けて、こんなことやったらいいんじゃないかとか、どういう取り組みをしたらもつと盛り上がるのかわからないかという意見がありました。思いつきでかまいませんので、何か教えてもらえませんか。

か。来年に入ると開港一年前で、いろいろなイベント、開港記念とかそれに向けた盛り上がりをつくっていききたいと思っております。

中山市長 そこで滑走路がある程度出来上がれば、オーブン前に滑走路の中でマラソンをしようかなと思っております。

女性部員 今しかできないですからね。

女性部員 石垣島は台風が多いですね。その時、足止めされた場合に観光客が何か退屈しないような対策を考えていますか。現状は観光協会がお茶やお菓子の提供、離島ターミナルや総合体育館にバスで運んで待機してもらっているんですけど、新しい空港だとターミナル内で過ごせるので大丈夫だろうと思えます。レストランとか多くのテナントが入りますので、食事をするのが買物しながら過ごせるので。また、大型ビジョンを設けて映画とかを放映してもいいのではと思います。

女性部員 子ども達が遊べるスペースがあればいいですね。

中山市長 今年の石垣島まつりの市民パレードはコンテストを

しましたが、どうでしたか？

女性部員 一生懸命踊りましたけど、入賞しませんでした。

女性部員 来年はちよつと激しい踊りに挑戦しようかな(笑)沿道の皆さんには元気があって美しいと褒められましたよ。

女性部員 来年は同じ衣装じゃなくて思い切つて変えたほうがいいのか。バラエティーに富んでね。こんな衣装着るの？と思うぐらいのすごい奇抜なファッションとか。市役所の方もすごい仮装でもなさつてね。市長もうさぎちゃん(着ぐるみ)をかぶつたりしてね。それぐらいのアイデアがあつてもいいのかなと思えます。

中山市長 私がかぶり物は準備しています。でも市長何やつてるの？と言われても困るなあと感じています。

女性部員 逆にすばらしいと思えます。他の市町村ができないようなことをすると。

吉村企画部長 昨年のまつりの時から市長は「役員は仮装で」ということで提案していたんですけど、他の役員の皆さんが了承しないんですよ。来年あたりにはいいですね。

女性部員 いいと思いますよ。毎年毎年ね。楽しみが増えるじゃないですか。

漢那副市長 市長とわからないように仮装すれば(笑)

女性部員 市長さんが先頭で着流しの着物でパレードすれば、ワアツと盛り上がるじゃないか

市長とランチミーティング

と思います。来年考えてください！

女性部員 空港開港のイベントですが、沖繩本島では全島エイサー大会とがありますよね。石垣では豊年祭が各地域で日にちが違ってやりますよね。旗頭を出して、これを一つにまとめてやったらどうですか。

中山市長 なるほどね。

女性部員 観光客も呼んでね。そうしたらいっぺんに全部の地域が見れる。本島のフェスティバルのような感じで。

漢那副市長 いろんな地域がありますから、これはいいですね。

女性部員 大きなイベントをやる際、皆さんに知っていただくために、いろんなものを出せば、石垣島ってこんなところだということを知ってもらえる。石垣島を知らない方はまだまだいますので。

中山市長 今度の石垣島マラソンは第10回大会ということ。女性雑誌フラウと一緒に取り組んでもらいますので、おもしろいイベントになると思います。雑誌の中で石垣島特集を扱ってらって、その最後に石垣島マラソンを走りませんかと呼びかけています。今後はもっと走りやすいようにして参加者を増やしたいです。今、大体4000人ぐらいの申込みがあり、島内が1800人、残りが島外。県外からの申込みを増やしていきたいですね。冬場に石垣島マラソ

ンに来て、2、3日滞在して離島観光したりおいしいものを食べたりするような旅行になればと思います。

女性部員 こういったイベントというものは地元の方も楽しんでやるのが大事だと思います。楽しいことには人は集まるじゃないですか。女性部にマラソンの協力依頼はありませんが、地域の婦人会とかで旗振りをしていきますね。

石垣島の魅力調査中！

吉村企画部長 商工会女性部は年間の行事でテーマをもっていますか。今年は何をやるうとか。

伊良部部長 年間行事は決まっています。自己研鑽のための講座、ポランテアで地域還元事業とか、親睦を深めるためにバスツアーをしています。今年の大きな講習会としては、自分達で魅力を発見しようということ。あとセミナーを2回開きました。あとはインターネットやブログを通じて全国に発信しようかと、そこまでやる予定です。

漢那副市長 そういうふうに発信していただければ観光にも貢献しますね。

女性部員 はい、石垣島の魅力、再発見ということ。自分の好きな場所に行きまして、私はここを皆さんに自慢したいで

すよとか、一人ひとりが自分の好きなところをもっていけば、いろんなすばらしいところが発信できると思うんですね。ぜひネットを活用したいと思っています。

吉村企画部長 年間予算はどれくらいですか。

事務局・玉城さん 県商工会女性部連合会で提案公募型事業というものがあります。こちらは魅力再発見事業を提案しまして県女連から20万の補助金をいただきました。こういったセミナーを行えたのは大きいです。

伊良部部長 来年3月までに一つのかたちとして、ブログを全国に発信していこうとしています。女性部だけでは難しいので、商工会のホームページを借りて石垣島の魅力を発信していく予定です。全国には商工会女性部がありますので、その方達との交流を深めていけば、観光に活きると思います。

方言を使って 独特な看板を！

女性部員 仕事で宮古に行くことがありますが。宮古島で車を運転していたら交通安全の立て看板を目にします。普通は日本語ですが、宮古島では方言で書かれています。珍しいので、つい見入ってしまいます。私達の小さい頃は方言で話してはいけませんということでしたが、今は方言

で話しようという時代です。交通安全の看板で「おーりとーり」はあたりまえですが、例えば、「右見て左見て渡りましょう」という説明文にする観光客には珍しく受け止められないのではありませんか。

中山市長 おもしろいですね。

女性部員 宮古島にはあちこちにちよこつとあります。読むと楽しいです。

中山市長 宮古島で「スピード落とせ 美人多し」というのがありました。宮古の方はおもしろいことしますね。方言を使うということはおもしろいですね、何か検討しましょう。

女性部員 方言を入れた看板にすると子ども達も自然と馴染んできますね。空港の入口に方言を使った看板などを置くのもいいですね。

吉村企画部長 去ったBEGINのうたの日コンサートでも「はっさもうーメアリーよ」ということで方言は印象に残りやすからね。

女性部員 方言はインパクトがあります。

中山市長 今日是要請とかでなく、お互いに意見を出し合えたのでいいランチミーティングになれたので非常によかったと思います。ぜひ今後とも、お互いに意見を交換しながらより良い石垣市をつくるためにお力をかしていただきたいと思います。ありがとうございます。

国民健康保険被保険者証の更新はお早めに!!!

平成 24 年 2 月 16 日から「平成 24 年度国民健康保険被保険者証の更新」が始まりました。下記の日程で行いますので、場所・日時をご確認のうえお越してください。**なお、現在お使いの被保険者証の期限は平成 24 年 3 月 31 日まで**となっていますので、お早目の更新をお願いします。

月日	曜日	対象地区	時間	場所	月日	曜日	対象地区	時間	場所
2/28	火	登野城	9:30~ 16:00	市役所 正面玄関 特設窓口	3/15	木	全地区 時間延長 更新期間	9:30~ 20:00	市役所 正面玄関 特設窓口
2/29	水	登野城			3/16	金			
3/1	木	大川	3/19	月					
3/2	金	石垣	3/21	水					
3/5	月	石垣	3/22	木					
3/6	火	新川	※2/28(火)以降 は対象地区外でも 更新は可能です。	3/23	金				
3/7	水	新川	3/26	月					
3/8	木	新栄町	3/27	火					
3/9	金	美崎町、浜崎町 八島町	3/28	水					
3/12	月	全地区 時間延長 更新期間	9:30~ 20:00	市役所 正面玄関 特設窓口	3/29	木			
3/13	火				3/30	金			
3/14	水				3/31	土	全地区	8:30~ 17:15	健康保険課

※ 2 月更新地区には「更新通知ハガキ」を郵送してあります。

◆更新の際に必要なもの◆

- 1 平成 23 年度被保険者証
- 2 印鑑（認印可）
- 3 更新通知ハガキ
- 4 **最近保険税を納めた方はその領収書**
- 5 マル学については**在学証明書等、学生であることを証明できるものが必要**となりますので持参して下さい（コピー可）

●高齢受給者証をお持ちの方●

平成 24 年 4 月から 70 歳～74 歳までの方の負担割合が 1 割から 2 割に引き上げられる予定でしたが、**平成 25 年 3 月まで 1 割のまま**になることが決定しました。それに伴い「国民健康保険高齢受給者証」を再交付しますので、お持ちの方は更新の際に持参して下さい。なお、現在 3 割負担している方の変更はありません。

※ 後期高齢者医療制度の被保険者証は平成 24 年 7 月に更新を行う予定です。

お問い合わせ：健康保険課保険税係（TEL82-8126 内線 275）

e-Tax
でデータ送信！
又は
書面で提出！

便利な 申告書の作成は 国税庁ホームページの
「確定申告書等作成コーナー」で!!

www.nta.go.jp

画面の案内に従って金額等を入力すれば、税額などが自動計算され、所得税、消費税の申告書や青色申告決算書などを作成できます。

また、作成したデータは、「e-Tax（国税電子申告・納税システム）」を利用して提出できます。

※ e-Tax の利用に際しては、電子証明書の取得（手数料が必要です。）、ICカードリーダライタの購入などの事前準備が必要です。

www.nta.go.jp 「e-Tax」を利用して申告すると・・・

1 平成23年分の申告で最高4,000円の税額控除

本人の電子署名と電子証明書を付して、e-Tax で申告期限内に申告する場合は、最高4,000円の税額控除が受けられます（平成19年分から平成24年分の間でいずれか1回。平成24年分は最高3,000円。）。

2 添付書類の提出省略

医療費の領収書や源泉徴収票等は、その記載内容（病院などの名称・支払金額等）を入力して送信することにより、これらの書類の提出又は提示を省略することができます（税務署から書類の提出又は提示を求められることがあります。）。

3 還付がスピーディー

e-Tax で申告された還付申告は早期処理しています。（3週間程度に短縮）

国税庁ホームページ

※ パソコンの環境などにより、ご利用いただけないことがあります。

NPOと「協働」のまちづくりへ
石西礁湖サンゴ礁基金

日本最大のサンゴ礁域である「石西礁湖」が危機に瀕していることから、サンゴ礁の保全と再生に取り組むため平成18年2月に市民団体や漁業、観光関係、行政機関等の団体・個人が集まり「石西礁湖自然再生協議会」が結成されました。その具体的な取り組みを行って行くため石西礁湖サンゴ礁基金（恵 小百合運営委員会代表）が設置され、全国の企業や個人から寄付を集め効果的に運用することでサンゴ礁の保全に取り組んでいます。

これまでに全国から230万円の寄付が寄せられ、オニヒトデ駆除、サトウキビの株出し農法への転換の推進、小学生がサンゴの健康状態をチェックするコーラルウォッチや高校生がサンゴ礁の問題を考えるワークショップ・インプロシアター等の活動に対して、助成を行っています。

事務局を務める鷲尾雅久さんは「基金により赤土流出防止、生活排水対策等の陸域からの影響の軽減を図る取り組みを進めていきたい。基金は単にお金を集めるものではなく、島外の方々と島を結ぶ仕組みだと考えています」と話し、サンゴ礁保全に向けて更に活動を前進させたいと話しました。



石西礁湖サンゴ礁基金 <http://www.strata.jp/sangokikin/>

平成24年 経済センサスー活動調査
調査票の回収について
3月以降に調査票を提出予定の事業主の皆様へ

希望者へ返信用封筒をお渡し致します

2月1日現在を基準日として既に行っている「平成24年 経済センサスー活動調査」ですが、調査票の提出がまだお済みでない事業主の方でご希望される方は、返信用封筒をお渡ししますので各担当調査員、又は市役所企画政策課までご連絡宜しくお願いします。

また、決算期が4月以降となる事業所につきましては、当該調査票『備考欄』に、提出可能な時期などをご記入の上、金額等につきましては空白のまま提出して頂いても構いません。（後日、市統計担当職員による聞き取り調査等を実施予定。）

調査へのご理解とご協力
宜しくお願いします。

本調査内容について詳しくは↓をご覧ください。

平成24年 経済センサスー活動調査キャンペーンサイト
<http://www.stat.go.jp/data/e-census/campaign/index.htm>

お問い合わせ先 石垣市企画部企画政策課企画係
☎ 0980-82-1350（統計担当）

保 健 だ よ り 21

野菜どれだけ食べていますか？

「自分の畑で野菜つくっているよ」「野菜よく食べている方だと思う」特定健診後の保健指導で食生活の話をしていると、よく耳にしますが、皆さんは野菜を食べているほうだと思いますか？

野菜は「健康にいい」というのは知っていると思いますがこのような、いいことがあります。

- ・カラダの調子を整える
- ・肌の調子を整える
- ・動脈硬化を防ぐ（脳梗塞等）
- ・がん予防
- ・食事の最初に食べることで血糖値の上昇をゆるやかにする

など、元気なカラダを維持することができるのです。野菜に含まれている食物繊維や酵素、さまざまなビタミンが、エネルギーをつくったり、栄養を体中に届けるなどいろいろな働きをしてくれます。

◎実際どれぐらいの量を食べるといいのでしょうか？

生活習慣病予防のためには、1日350gでそのうち緑黄色野菜120g、その他の野菜230gを目標値とされています。（「健康日本21」厚生労働省より）

《目標の野菜摂取量で簡単な目安として》

生の野菜を広げて両手3杯分。加熱した野菜はしなりと小さくなるので片手3杯分。

そのうちの「3分の1は緑黄色野菜」で「3分の2はその他の野菜」が目安です。

そこで、野菜不足になりがちな食生活を考えてみると。

朝食をぬくことが多い。和食より洋食が好き。外食することが多い。

栄養の代謝や吸収が充分にできないこともありながら、昼食と夕食でしかチャンスがないので野菜の摂取量も不足しやすいのです。

《手軽にとれる工夫》

- 生ですぐ食べられる野菜（キュウリ、トマト）などを準備しておくこと
- 電子レンジで温野菜にすることでカサが減り一回で多くの量を食べれる（茹でない分、ビタミンが多くとれる）
- カット野菜や冷凍野菜などを上手に使うのも一つの方法で、カット野菜+卵=野菜入り卵焼き
- 市販のおにぎり+サラダを組み合わせて食べるなどがあります。

毎日の生活を元気で楽しく過ごすためにも、野菜をどれだけ食べているか意識してみて、自分にできるものから始めてみるのはいかがでしょうか。

石垣市健康福祉センター 栄養士 小川ひとみ

アロハ！ CIR ステファニーから

石垣市国際交流員 鳥海ステファニー圭希
米国ハワイ州ホノルル出身 24歳



Music, La música, La musique, Mele

一年半前に来島したばかりの頃は三線の曲が全部同じにしか聴こえませんでした。最近やっと曲の違いが分かるようになり、八重山民謡を鑑賞するようになりました。これは、地域行事に参加させてもらい、踊りを通して文化に触れているお陰だと思っています。

実は世界の音楽に興味を持つようになったのも踊りでした。私はダンスが好きで、中学からフラ、ジャズ、バレエ、ブレイクダンスなどを踊り、大学時代に留学したスペインでフラメンコ、フランスと横浜でヒップホップを習っていました。流行の曲や歴史を持つ有名な曲に合わせてダンスの仲間と一緒に汗を流した時間は私にとって貴重な経験で、ダンスで世界が広がったと感じます。

国籍に関係なく人を引き合わせ、人の感情を動かすことができることが音楽の魅力だと思います。音楽は心に通じるので、八重山民謡を世界に広めながら世界の音楽と踊りを受け入れれば、言葉が通じなくてもきっと島の人と外国人との絆が深まると思っています。



**身も心も美しく！
ノルディックウォーキング講座**

1月21日、本市男女共同参画講座は笹尾修司氏（日本ノルディックウォーキング協会公認インストラクター）を講師に総合体育館で行われました。

笹尾氏は沖縄県の食生活が変化し、近距離でも車を使う県民性を指摘。ビデオでノルディックウォーキングの概要を紹介しました。実技では3人のスタッフでポールを持ち方、歩き方を指導し、誰でも気軽に始められて、短時間でエクササイズ効果があることを勧めました。

東日本大震災から1年

地震・津波を「正しく恐れ」、日頃から地域で、職場で、学校で、そして家庭で避難訓練を行うとともに、「いざ!」という時に、素早く確実に避難できるよう話し合っておきましょう。

お知らせ

石垣市農業委員会委員選挙人名簿の縦覧について

平成24年1月1日現在で調整した農業委員会委員選挙人名簿を次により縦覧に供します。

【縦覧場所】石垣市選挙管理委員会事務局・市役所2階

【縦覧期間】2月23日(木)～3月8日(木)午前8時30分～午後5時

【お問い合わせ】石垣市選挙管理委員会 ☎82-8544

子ども手当の申請はお済みですか？
昨年10月からの子ども手当を受け取るためには、これまでに子ども手当を受け取っていた方も含め、全ての方について申請が必要です。

平成23年10月1日の時点で受給資格のある方は3月末までに申請すれば、10月分から手当を受け取ることが出来ます。

【受付期間】3月31日(土)まで※土日祝祭日は除きですが、3月31日は受付いたします。

【受付時間】午前8時30分～午後5時

【必要な添付書類】お問い合わせください。

※請求者は、父母のうち所得の高い方(子どもを生計を維持する程度の高い方)になります。

【受付場所・お問い合わせ】児童家庭課子育て支援係(19番窓口) ☎82-1704

国民健康保険・後期高齢者医療保険「限度額適用・標準負担額減額認定証」・「限度額適用認定証(国保のみ)」が変わります！
これまで入院する際に認定証を

窓口で提示すれば、入院時の一部負担金等の支払いが自己負担限度額までとなっていました。平成24年4月1日から例外時についても限度額を超える場合には適用されるようになります。

●このように方に交付されるのか
70歳以上の方↓世帯員全員が住民税非課税(あなご)。

●必要なもの 被保険者証と印鑑
申請場所 健康保険課17番・18番窓口

●お問い合わせ 健康保険課 ☎82-8126

国立台北教育大学推薦状発行
国立台北教育大学の留学希望者への推薦状発行の受付を行います。希望される方は次のとおり申請をお願いします。

【対象者】八重山出身の平成24年3月高校卒業予定者等

【締切】3月28日(水)午後5時

【申込・お問合せ】秘書広報課 ☎82-1243

第140期青年隊員(前期)募集
青年隊に入隊し、技術を身につけ、仲間をたぐさんつくり、これからの目標を探しませんか。

【趣旨】訓練期間6カ月間全寮制で共同生活を通じた規律訓練、建設機械等技術訓練を行い、それに必要な知識と技術を習得させ、地域社会に役立つ青年を養成する。

【募集人員】80名

【応募資格】①義務教育を修了した15歳以上32歳未満の男子 ②心身健全

で共同生活を守りつづける者
【入隊日】4月14日(土)
【募集期間】4月7日(土)まで
【お問い合わせ】(社)沖縄産業開発青年協会 〒905-1204 国頭郡東村字平良380-1 ☎0980-4312118
<http://www.yanbaru-seikyou.jp/>

使用禁止農薬回収のお知らせ

ケルセン剤およびベンゾエピン剤は使用禁止農薬に指定されており、メーカーが回収を行っています。
下記の対象製品をお持ちの方は、お買い求めの販売店または最寄りの農協にご相談ください。

ケルセン剤	ベンゾエピン剤
ケルセン水和剤33	マリックス水和剤
ダニキール水和剤	マリックス乳剤
ケルセン乳剤40	マリックス粉剤
パンマイト乳剤	マリックス粒剤3
ダブル乳剤	マリックスベイト
ダニデン乳剤	マック-D乳剤
ペスタンK乳剤	チオダン水和剤
ケルセン粉剤3	チオダン乳剤
ダブル粉剤	チオダン粉剤
ジメトエートK粉剤	チオボン乳剤
ジメイト粉剤	チオボン粉剤
ペスタンK粉剤	ラズベン粒剤
サンマイト粉剤	
エカエース粉剤	
ケルセンEC	

※使用禁止指定日
ケルセン剤：平成22年3月31日
ベンゾエピン剤：平成24年3月末に指定予定
●農政経済課 ☎82-1422

石垣市臨時保育士名簿登録募集
石垣市では、公立保育所における臨時保育士の募集(登録申請)を行います。臨時保育士名簿登録制度は「市内の公立保育所で働きたい」という方をあらかじめ名簿に登録しておいて、実際に臨時保育士として雇い入れる際に活用する制度です。

○登録資格 ①石垣市に住所を有する方、又は採用時石垣市に住所を有する予定のある方 ②保育士資格を有する健康な方

○必要書類 ①臨時保育士名簿登録申請書※児童家庭課に備えてあります ②履歴書(市販のもの可・写真貼付) ③保育士資格を証明する書類の写し

○申請期間 随時受付

○申込先 児童家庭課 子育て支援係 ☎82-1704

オウム真理教関係警察庁指定特別手配被疑者の情報提供にご協力を！
沖縄県警では、これまでに石垣島で手配被疑者を逮捕していることから、高橋克也、菊池直子も県内に潜伏している可能性が高いと考えております。

「おやつもしかして？似てるかも」と思った5
八重山警察署 ☎82-0110まで

市民カレンダー

3/1~3/31

※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。

3/1	木	●少年問題相談（市役所）●健康相談（登野城漁港）	3/16	金	●郷土芸能の夕べ（市民会館）
3/2	金		3/17	土	●絵本読み聞かせ（図書館）
3/3	土	●絵本読み聞かせ（図書館）	3/18	日	家庭の日・ヤスマルの清掃の日 八重山の花びらき（与那国）
3/4	日		3/19	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）
3/5	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）	3/20	火	春分の日
3/6	火	●市民相談室・多重債務（市役所）	3/21	水	●市民相談室・法律（市役所）●移動図書館（伊原間公民館）●両親学級3（健康福祉セツ）●健康相談（伊原間、公設市場、名蔵公民館）
3/7	水	●市民相談室・法律、行政（市役所）●移動図書館（川平公民館）●両親学級1（健康福祉セツ）●健康相談（伊原間）	3/22	木	●少年問題相談（市役所）
3/8	木	●市民相談室・人権、少年問題相談（市役所）●2歳歯科指導（健康福祉セツ）	3/23	金	●健康相談（川平保健指導所）●郷土芸能の夕べ（市民会館）
3/9	金	●健康相談（川平保健指導所）	3/24	土	●絵本読み聞かせ（図書館）
3/10	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（健康福祉セツ）	3/25	日	
3/11	日		3/26	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）
3/12	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）	3/27	火	●市民相談室・多重債務（市役所）●妊産婦・乳幼児保健相談（健康福祉セツ）
3/13	火	●市民相談室・多重債務（市役所）●八重山家畜市場セリ（～14日）●離乳食実習（健康福祉セツ）	3/28	水	●市民相談室・法律（市役所）●両親学級4（健康福祉セツ）
3/14	水	●市民相談室・法律（市役所）●両親学級2（健康福祉セツ）	3/29	木	●少年問題相談（市役所）●1歳6ヵ月児健診・3歳児健診（健康福祉セツ）
3/15	木	●少年問題相談（市役所）●1歳6ヵ月児健診・3歳児健診（健康福祉セツ）	3/30	金	
			3/31	土	●絵本読み聞かせ（図書館）

生活リズム向上大作戦  **早寝・早起き・朝ごはん「団らん」** 
で元気な石垣っ子を育てよう！

新空港開港まであと 348 日
かがやき 響きあう やいまの男女
**第 14 回まるざー
フェスティバル**
～みーどうんたちの島興し～

- 島の魅力アピール(意見発表)
- イジ・コレ(ファッションショー)
- 団体紹介パネル展
- 手作り体験コーナー
- 絵本読み聞かせ・人形劇
- 親子で体験救急蘇生法
- 各種展示即売 など

3月24日(土)、25日(日)
石垣市民会館大ホール

特定健診は受診されましたか？
まだの方は平成24年3月31日まで受診できます

- 定期的に通院されている方は、かかりつけ医と相談のうえ健診日を予約して受診してください。健診当日は、『特定健診受診券』と『国民健康保険被保険者証』が必要です。
- 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。
- 後期高齢者医療制度対象者(75歳以上)の方も無料です。
- 集団健診と個別健診の両方を受診することはできませんので、ご注意ください。
- 国民健康保険に加入している方で、受診券をなくされた場合は受診券を再発行しますので、健康保険課までご連絡してください。 ☎82-8126

家族の願いは あなたの健康 受けて安心 特定健診