

# いしがき

2012

広報いしがき

No.485

4

月号

平成24年

毎月1回発行

今月の主な内容

- 石垣市新年度予算と財源の推移
- まるざーフェスティバル
- 市長とランチミーティング
- お知らせ
- 市民カレンダーなど

## 人口と世帯数

総人口 48,104 (-653)  
 男 23,997 (-330)  
 女 24,107 (-323)  
 世帯数 21,641 (-259)

(平成24年3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310日

平成24年5月1日現在



4月10日、市立八島小学校では平成24年度入学式がおこなわれました。在校生、父母、学校職員らに温かく見守られながら“ピカピカの一年生”53名が喜びと期待感にあふれた表情で体育館に入場してきました。今年度石垣市では小学校で606名、中学校で577名、高校で515名の新1年生が入学しました。

## テレビをけして 親子で勉強 スイッチON

平成23年度いしがき教育の日啓発標語入選作品 大本小学校2年 上原 花穂

## ★★市民防災訓練（津波避難）へ参加しましょう！★★

4月24日の市民防災の日及び同週間において、大規模地震による津波来襲を想定した津波避難訓練を実施します。いざという時に迅速に避難できるように、訓練を通して避難場所や経路などを確認しましょう。目程詳細>紙面P11にてご確認ください。

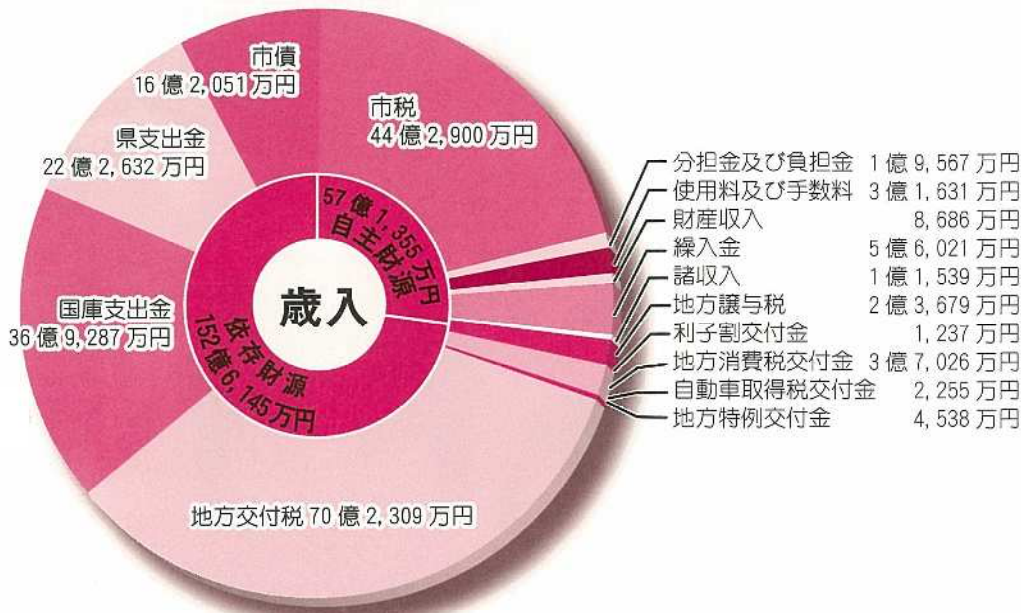
詳しくは、石垣市HP(防災情報→総務課)をご確認下さい。

<http://www.city.ishigaki.okinawa.jp>



# 新空港開港関連事業など 200億円台の予算編成

## 平成24年度一般会計予算 209億7千5百万円



### 政策推進予算で市民福祉に直結した事業 特別会計は152億5千9百万円に

平成24年度の予算は、一般会計209億7500万円、特別会計は総額152億5905万円で前年比2.4%の減となりました。平成24年度予算は、「基本計画

実現のための戦略的な財源配分」、「各部マネジメントと『選択と集中』及び職員一人ひとりが主役の予算編成」を基本方針とし、あわせて新規事業の創出と市民福祉の実現を図るための「政策推進予算」など、住民ニーズに直結した事業展開ができる予算編成を行いました。

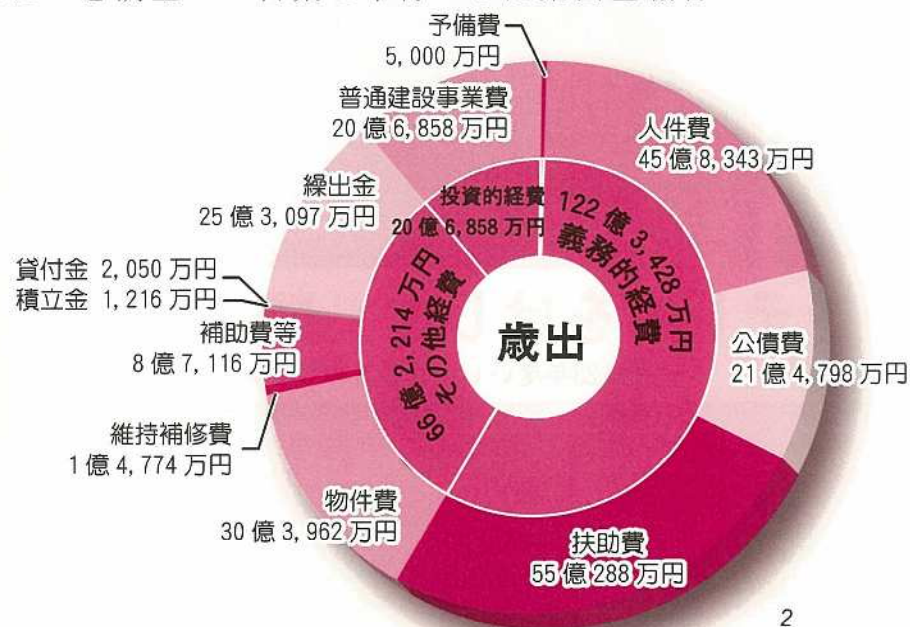
今年度は、新石垣空港開港、市制施行65周年、第4次石垣市総合計画基本構想スタートの年、沖縄21世紀ビジョンに伴う沖縄振興一括交付金事業の初年度の年であり、歴史的にも節目の年となることから、これに対応すべく予算編成をおこなっております。

歳入では、市税及び地方交付税の主要財源を堅実に見込むと共に、財政調整基金及び減債基金から繰入を行い必要な財源を確保しました。

歳出においては、新石垣空港開港に係る事業をはじめ、防災関連事業、子どもの預かり保育事業費などが増額しており、また、生活保護世帯の増加による扶助費が前年に比べ25%増と大幅に伸びております。

自治体の借金にあたる地方債につきましては、新規借入を元金返済額以下に抑えることで、年度末の地方債残高の減少を図りました。

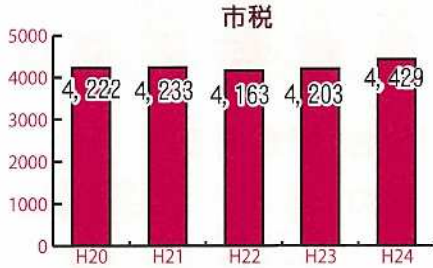
国民健康保険事業	64億9,554万円
公共下水道事業	9億4,283万円
港湾事業	9億6,279万円
土地区画整理事業	2億652万円
介護保険事業	34億2,806万円
農業集落排水事業	7億3,648万円
後期高齢者医療	2億7,463万円
水道事業	22億1,220万円





主要一般財源の各推移

単位:百万円



前年度当初予算比で、約2億2,620万円、率にして5.4%の増額を見込む。



前年度当初予算比で、約4,940万円、率にして0.7%の増額を見込む。



交付税の代替財源として発行される臨時財政対策債は、前年度比、約6,700万円の増額を見込む。

主要特定財源の各推移

単位:百万円



前年度に引き続き生活保護費等の扶助費に係る補助金が大幅に増額となった。



普通建設事業費が若干減額になったことに伴い、本年度は前年度より減額となった。



指定管理者制度への移行に伴い使用料は減額しているが、使用料・手数料を本来の受益と負担に見合うよう適正化を図っていきたい。

義務的経費の各推移

単位:百万円



集中改革プランに基づく定員管理で人件費を抑制しているものの、退職手当負担金の時限調整措置ため増額となった。



財政健全化計画により借入期間の短縮化等を図ったことから、公債費残高は減少するものの、単年度の公債費の減少は鈍化している。



扶助費は、今年度も生活保護費が大幅に増え、前年度比2億円余りの増額となった。

事務事業費の各推移

単位:百万円



H24年度は、防災関係事業、伊原間中学校校舎新增改築事業、農業体質強化基盤整備促進事業等を行う。



新石垣空港開港関連事業や、預かり保育関連事業等の増加により、約2億5,800万円の増。



国民健康保険事業特別会計や、港湾事業特別会計への繰出金が増加した。



# 第14回

# まるざー

# フェスティバル

かがやき 響きあう  
やいまの 女男

みーどろん  
びぎどろん

# みーどろんたちの島興し

3月24・25日、「第14回まるざーフェスティバル」が市民会館で開催されました。「みーどろんたちの島興し」をテーマに三十団体が参加し、地域を元気にするフェスティバルをみーどろん(女性)の視点から考える趣旨で行われました。

初日は各団体の立場・視点から「島の魅力アピール」を紹介。映像や実演、寸劇をとおして島の魅力を再認識・再発見するかたちでアピールしました。健康教室では「ダイエットの仕方」と題して県立八重山病院の医師・下高原淳一氏による講話が行われ、沖縄県民の健康意識が低いことを指摘、飲んでやせる薬はない、食事に気をつけ、ダイエットするには努力と根性が必要だと話しました。

2日目はファッションショー「イシ・コレ」を開催。総勢約120人のモデルが登場し、島の素材を生かした着物・洋服・かりゆしウェア、昔のアイナ・ヨイ・踊り衣装をBGMに合わせて鮮やかに披露しました。また、航空会社の過去の客室乗務員の制服も登場、場内からは「懐かしい」という歓声があがりました。

会場には、各団体の活動を紹介する展示、体験・軽食・フリマコーナーも設けられ、親子連れや市民多数が訪れ、楽しみました。



島の素材と伝統織りの衣装を披露。



華やかな衣装で訪れた観客を魅了しました。「イシ・コレ」グランドフィナーレの様子。



航空会社の客室乗務員の懐かしい衣装も登場！



石垣市民踊愛好会や子どもエイサーなど多くの団体がアトラクションを披露しました。

12年連続  
1位



## 石垣島 国内ベストダイビングエリア受賞！

第20回マリンドイビングフェアが4月6日から8日の間、池袋サンシャインシティで開催され、ダイブ&トラベル大賞2012のベストダイビングエリアを国内部門で石垣島が1年連続となる第1位を受賞しました。八重山ダイビング協会の園田会長は今回の受賞を受け「もつと上を目指して頑張りたい」と抱負を述べた。中山義隆石垣市長は「ダイバーやダイビング業者の皆さんが頑張った成果であり、八重山の魅力として広く発信できる」とコメントしました。



# 市税の納付方法が便利になりました!

平成24年4月から、従来の納付方法に加え

## コンビニで納付

できるようになりました!

**24時間**

いつでも  
納付できます

土日祝祭日・時間を気にすることなく、  
営業時間内であればいつでも納付できます。

**年中無休**

お休みの日に  
納付できます

■対象税目 / 市県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税・介護保険料・土地貸付料

■お支払い方法 / 現金支払いのみ

### 取扱コンビニ

ココストア、エブリワン、サンクス、スリーエフ、セーブオン、ポプラ、デイリーヤマザキ、MMK 設置店、ヤマザキスペシャルパートナーショップ、コミュニティ・ストア、スーパー（北海道限定）、生活彩家、セブン・イレブン、ハセガワストア、ミニストップ、ローソン、くらしハウス、サークルK、スリーエイト、セイコーマート、タイエー、ファミリーマート、ヤマザキデイリーストア

### 使用できる納付書

平成24年度以降に送付された納税通知書で「バーコード印刷されており、金額が納付書1枚あたり30万円以下のもの」に限ります。

平成24年度以降に送付された納税通知書でも取扱期限が過ぎたものや、旧納付書及びバーコードの無い納付書はコンビニエンスストアでの納付はできませんので、市役所や金融機関等で納付してください。

**口座振替** やヤフー公金支払いで **クレジットカード**（市税のみ）での納付もできます。その他にも納付方法がありますので、便利な方法で納めてください。

## ペイジーでの納付もできます!

ATM

+



+



- ・インターネットバンキングやモバイルバンキングで納付できます。
- ・ペイジーマークがついているATMで、金融機関窓口で待つことなく納付できます。

### 【取扱金融機関】

沖縄銀行 / ゆうちょ銀行  
琉球銀行（開始時期調整中）  
沖縄県労働金庫（5月21日開始予定）  
沖縄県海邦銀行（7月1日開始予定）  
沖縄県農業協同組合（10月1日開始予定）

### 【ご注意】

※各金融機関のインターネットバンキングサービスにログイン後、税金・料金等のお支払いのメニュー（ペイジー）により操作してください。※操作方法及びご利用可能時間は各金融機関にお問合せください。※石垣市、金融機関、MPN運営機構等のシステム障害等によりペイジーでの納付ができない場合があります。その際は、市役所や金融機関窓口にて納付してください。  
※ATMでのご利用ができる金融機関は郵貯銀行のみとなっております。

石垣市 総務部 納税課 収納係



0980-87-9041



# 市長とランチミーティング⑱ 北部で安心できる地域福祉の態勢を！

第18回「市長とランチミーティング」は12月15日(木)に「北部地区公民館」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。今日は北部地区の皆さんです。テーマにも出ていますが、医療面とかにおいては同じ石垣の中で特に市街地と北西部で実際に格差があるのは実情です。そのあたりのご意見もいただきながら、今後のまちづくりを活かしていきたいと考えております。ぜひ、忌憚のないご意見をよろしくお願ひいたします。

## 北部の保健医療について

大松代表 現在、八重山病院から週1回水曜日に出向いていらつしゃって、北部の医療にすごく貢献されています。患者の皆さんは街まで行かなくても、大変助かっているという話をよく聞きます。北部で病院通いをしていられる人は若者であろうが高齢者であろうが、すごく助かっているということなので、そのまま存続していただきたいと思



います。また、その診療におじやおばは定期バスで来ます。10時頃、診療が始まり、帰りのバスの時間は12時頃。診察は早く終わります。夏は暑さの中、民家の軒下で冬は寒い風にあたりながらバスを待ちます

が、大変だということでも社会福祉協議会(以下社協)に話をし、社協のほうで送る車を準備してもらい、明石から平野までの患者さんをバスの時間を待たさずに送ってもらっています。その燃料費用は社協で負担してもらっています。市街地である田舎であろうが、市民は行政の恩恵を等しく受ける権利があることからして、燃料費用を予算化してもらい、スムーズに車に乗っていくことができるようお願いします。

男性 私も診療所に通っています。ひと月に1回、薬を取りに行くだけです。バスの時間は12時半ですから、だいぶ待ちます。

金城さん ただでさえ、具合が悪くて来ている方が、夏の日なたで待つのは大変です。私達は伊野田ですから、先生(医師)が病院へ戻る時に乗せてくださるんですけど、北部方面へ帰る人達は大変だろうと思います。

中山市長 診療所の待合所はどうなっていますか。

宮良健康福祉センター所長 待合所としては5、6名が待てる小さなスペースです。

中山市長 実際、診療に来られる方はどれくらいですか。

宮良センター所長 県立病院に比すると、平均5名から15名です。

中山市長 じゃあ多い時は診療所の外にあふれますか。

宮良センター所長 でも、時間帯はちよつとずれるから、あふれることはないような感じですか。

中山市長 診療が終わった後はバスの時間まで外で待たないといけないのですか。

宮良センター所長 そうですね。車で来られる方もいらつしゃいます。

## 一人暮らし高齢者への 配食サービス

大松代表 食事を作りきれないというか、一日一食でも食事を作って一人暮らしの高齢者に届けられないか、という話が出ましたので、いろいろ伺いました。食堂経営者など、あたってみましたが、定期的にできる時とできない時があると言われ、どうすればいいかということでも社協に相談しました。すると、弁当の配達をどうするかということでもとん挫してしまいました。北部地区の公民館、民生委員の皆さんで話し合いをしたところ、学校の給食室で調理する方がおれば、その調理場を使わせてもらえないか、という意見



## 市長とランチミーティング

がありました。  
**玉盛さん（社協職員）** 現在、社協の配食サービスは市の介護長寿課から委託を受けて実施しています。平日の月曜から金曜までの夕食を配達しています。それと別に社協独自の配食サービスもあります。市の委託事業は予算があるため、1食250円で配達していますが、社協の配食は社協の財源から出している部分もあるので1食400円です。配達地域は東部は白保まで、西部は富野地区の方が利用しています。空白地域は野底、伊野田から伊原間、平久保、久宇良、平野のほうは配達地域に入っていますが、配達員、車の問題があり配達できない状況です。ただ、ニーズはありますので、施設へデイサービスに通っている方には、施設に弁当を届けて帰宅時に持ち帰ってもらう対応をしています。  
**中山市長** 北西部ではどれくらいこの需要がありそうですか。  
**玉盛さん** 介護長寿課で申請、申込の調査をしたところ、13名ほどの希望があるとのこと。  
**森永福祉部長** 一人暮らしの方、高齢者を含めると14名は該当します。健康福祉センターで弁当を作ると白保まで距離があり、弁当が冷めたりします。やはり近いところで調理して、お届けする方法がいいのかなと話しています。  
**奥松さん** 学校で調理するとなると、先生方はどう思うのか。

公民館とか大きいところで作って配達する方法がいいのではと思います。  
**森永福祉部長** 伊原間から以北とすると、場所は不明ですが、近いところで、人数がありますが、この進めていく必要があるかなと思います。  
**大松代表** これはぜひ、やっていただきたい。人はいずれば歳をとつていき、一人になるわけで、ごはんを食べながら生活ができるわけですからね。問題はボランティアでしてくれる方がいるかどうか。  
**金城さん** また、年寄りには配達にいくらお金がかかるのか、これを気にします。  
**大松代表** 生活保護を受けているお年寄り夫婦をみています。その夫婦に田舎にいるより街に出て暮らしたらどうかと聞くと、おばあは買い物も楽しいので賛成だけど、おじいは畑で野菜作り、土いじりが好きなので、田舎がいいと言います。  
**森永福祉部長** やっぱり住まいが大事なんですね。身近な友達もいますしね。  
**漢那副市長** おっしゃるよう地域で住まうことですね。  
**大松代表** 40年、50年も生活したところだから、よっぽどでないと街では暮らせないですよ。

### 介護施設を北部地区に

**奥松さん** お年寄りを介護施設で遊ばしたりすることをやっていきますよ。北部からも行つて人もいます。また、行きたいけど行けない人もいます。北部に介護施設を造つたらどうかという案は出しています。  
**豊島さん** 私も民生委員の立場でお年寄りを訪問します。後期高齢者でも皆さん、お元気なんですね。野底地区でも25名の高齢者のうち、後期高齢者の方は6名いらして、街の施設に通っています。私達は子どもの頃から見ています。少しく、少しでも早く元気になつていただきたいので、福祉関係の施設があればいいなと常に思っています。前に県の行政相談でこの件を要望しましたら、施設を建てるには時間がかかると言われました。そのために私達はどうすればよいか。努力と協力は惜しみませんので早く実現できればいいなという強い思いです。ぜひ行政の力をお借りして実現していただきたい。福祉関係施設ができると同時に若い人の雇用もあり、介護関係の職に就く方も多いです。希望と生きがいをもつて頑張れるお年寄りが増えることを願っています。  
**金城さん** 我々、北部の人は街の施設に行つてもわからない人が多く、話ができない。結局、孤独のような状態で過ごすらしいです。地域に施設ができたならば本当にいいと思います。  
**森永福祉部長** 保健事業の在宅を含めたデイサービスや施設を

### 各地区で行政懇談会を

含めたものなど、今詰めている段階です。前向きに検討しながら、いろいろと話をしています。  
**金城さん** 知っている人が調理したり、訪問したりすることはお年寄りの元気につながります。お食事も馴染みの食材や料理ができる方がいいですね。  
**森永福祉部長** 身近なところ、今まで生活した範囲内で在宅の介護等をしていくことが望ましいということ、国、県も進めています。  
**大松代表** 部落懇談会で北部にも消防署を設置してもらいたいと要請して、現在の伊原間出張所があります。後に救急車も設置してもらいました。部落懇談会をすることで、いろんな問題が出てきて、地域の人達に福祉サービスをしてもらい、役立っています。これから先も若い人達はいろんな問題をかかえると思うので、意見交換という場の地域懇談会を2、3年に1回ほど開催してほしいと思います。  
**中山市長** 今回、私自身が初めて聞く話もいくつもありました。これらを内部でもう一回話をして、実現できそうなものに関して、動かししていきますし、また相談しながら様子を見て実行していきたいと思えます。弁当の調理、配食に関しては早めに対応したいなと思えます。今日はありがとうございました。



## 赤十字の活動にご協力を！

日本赤十字社沖縄県支部石垣市地区からのお知らせです。

日本赤十字社は、人道・博愛の理念のもとに世界187か国の赤十字社と連携し、災害や紛争等により飢餓、貧困、病気などに苦しむ人々を国際的に救援するとともに、国内においても各種災害救護や輸血用血液の供給、医療の提供、青少年の健全育成などの事業を積極的に実施し、内外から寄せられる期待と要請に応じています。

特に、昨年は3月に発災した東日本大震災の被災地へ医療救護班・こころのケア要員・各種ボランティアを合計26回・69名のスタッフを派遣しました。

これらの赤十字活動は、赤十字の人道的事業に賛同される市民一人ひとりが毎年ご協力いただく協力金を財源として行われており、国からの補助金等の支援は一切いただいておりません。

5月は赤十字へのご理解とご協力をお願いし、年間500円以上をご支援いただく月間となっています。

赤十字に協力するという事は、世界各地で救援を必要としている人々を支援することにつながります。石垣市地区においては、地区プロパーが各家庭を、事業所には赤十字奉仕団が訪問し、皆様にご協力をお願いします。本年も市民の皆様には、赤十字の人道的事業にご理解とご協力をいただき、世界の平和と人類の福祉向上の一翼を担ってくださいますようお願いいたします。

## 行政とNPOの協働による政策形成研修会を開催

市民が住んでよかったと思える地域やまちづくりを推進していくには、市民と行政がまちづくりについて自由に語り合える場や仕組みづくりが必要と考えます。

石垣市では、このようなまちづくりを進めていくため、市民と行政職員による政策形成研修を3月13日に沖縄県八重山合同庁舎2階講堂で沖縄県との共催により開催しました。

当日は、行政職員（沖縄県・石垣市・竹富町）、NPO団体及び自治公民館役員の47名が5名一組に別れ、講師の会議ファシリテーター普及協会の釘山健一氏と小野寺郷子氏の「市民と行政の楽しい会議の仕方」から「協働のかたち」や「会議のコツ」を学んでいただきました。

参加者からは、「ファシリテーション研修を何回か受けましたが、今回の研修が一番具体的で直ぐに実践出来そうな内容でした」「今まで難しく考えていた協働への考え方が一変しました。」等、協働に対して関心が深まったようです。

石垣市では、新年度には同様の研修を市民公募により開催していきます。



釘山健一講師

## 社会教育学級 委託団体募集

自分たちでテーマを設定し、そのテーマに沿った講義・実習・見学等の講座を実施してみませんか。

より良い社会生活の為にどうしたら良いのか、青年会や婦人会、老人クラブ等の活動を充実させるためには、どうしたら良いのか。スポーツや趣味の活動を通して地域ごとどのように関わっていいのか。石垣市教育委員会では「社会教育学級」の開設・運営を希望する団体を募集しています。

○募集学級：高齢者学級・婦人学級・成人学級・青年学級（各1学級）

### ○応募条件

①石垣市民で構成し、活動している社会教育団体や文化・サークル団体であること。  
②常時20人以上の学習参加者が見込まれること。

③学級開設期間内（開級日〜平成25年2月末日まで）に講座を20時間以上開催すること。

④学級運営は、石垣市教育委員会の指導・助言のもとに、応募団体が自主的に行うこと。

⑤学級運営に係る経費には委託料を充てること。（委託料を超える分の経費は団体負担となります。）

⑥学級で得られた成果を、石垣市生涯学習フェスティバルで発表すること。（展示・舞台発表など）平成25年2月開催予定

### ○申込方法

「学級応募申請書」に必要事項を記入のうえ、ご提出下さい。（いきいき学び課で配布）ただし、応募団体の中から石垣市教育委員会が審査し、委託団体を決定します。

○申込締切6月1日（金）

○お問い合わせ いきいき学び課

0963-06763





## ●特定健診、長寿健診が始まりました。

個別健診日程【4月1日～平成25年3月31日】

今年、満40歳から74歳(国保被保険者)になる方は「特定健診」、  
75歳以上の方は「長寿健診」を受診しましょう。

特定健診医療機関名	
石垣島徳洲会病院	上原内科医院
博愛医院	下地第2脳神経外科
宮良内科胃腸科医院	にいむら内科胃腸科クリニック
かりゆし病院	与那覇医院
仲間内科クリニック	やいま中央クリニック
てるや内科胃腸科	

※特定健診の受診券は毎年6月中旬頃に発送しておりますが、それまでに個別健診を受診される方は、恐れ入りますが健康保険課までご連絡ください。

※健診当日は「特定健診受診券」と「被保険者証」が必要です。

※個別健診を受診できる医療機関は左記のとおりです。(要予約)

※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、健診日を予約してください。

※集団健診は7月から8月まで予定しています。詳しくは「広報いしがき」6月号でお知らせします。また対象者には通知いたします。 ●問い合わせ 健康保険課 ☎82-8126

※『個別健診』と『集団健診』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。

### 1年間で苦労さまでした 三重県松坂市からの交流職員

## 石田 賢太郎さん



都市連携人事交流で三重県松坂市から派遣された石田賢太郎さんは畜産課での1年間の任期を終えました。石田さんは「着任当初は松坂市と業務の違う部分があり、戸惑うこともありましたが、皆さんの支えがあり、乗り切ることができました。石垣市の畜産の振興に微力ながら貢献できたかと思えます。松坂に帰っても石垣市の発展を願い、引き続き、交流を図っていきたい」と述べました。

また、松坂市の牛は牛舎にいて、目にすることはないが、石垣市は郊外に出ると、車から放牧している牛の様子を見ることができる、と感想を述べました。滞在中、竹富町の島々を巡り観光もしながら八重山を満喫したと話していました。

## 中小企業組合を設立してみませんか!!

沖縄県は99%以上が中小企業で占められています。特に本県の場合、零細企業が多く厳しい経営状況にある中小企業が多いのが実情です。一人一人の力は弱くても、他社と連携し組合を設立することで協同の力を持つことが出来れば、この難局を乗り越えることも可能です。また近年は、学生や主婦等の個人が、創業や雇用機会の確保を目的として設立する企業組合制度も注目されています。あなたも中小企業組合を設立してみませんか？

### 【主な組合設立のメリット】

- ①取引条件の改善、販売促進、資金調達の円滑化、情報・技術・人材・マーケティング等の充実、生産性の向上等により経営の近代化・合理化を図ることが出来ます。
- ②沖縄県では中小企業組合のための県単融資制度(組織強化育成資金)を設けており、低利で融資を受けることが出来ます。
- ③中小企業者の個々の意見や要望事項を組合でまとめることにより、国等の施策に反映させることが出来るとともに、組合を通じてより多くの中小企業施策を利用することが可能になります。組合を設立したいと考えている方は、お気軽に下記までご相談下さい。

【沖縄県中小企業団体中央会】那覇市小禄1831-1 沖縄産業支援センター605

TEL098-859-6120 FAX098-859-6121 <http://www.ocnet.or.jp>



**保 健 だ よ り 23**

**健康がやはり1番!  
～自分の身体を知ること～**

新学期のスタート、新年度の始まり、何かとあわただしい4月ですが、みなさん体調は万全でしょうか？

今回は約10年ぶりに特定健診を受診した方が糖尿病を指摘され、その後の内服治療と食事療法でみごと改善された事例を紹介します。Aさんはこれまで健診のことは気になりながらも仕事が忙しく健診は後回しになっていたそうです。今回も特に健診を受けるつもりはなかったようですが、健診未受診者訪問でお会いし、特定健診について説明させていただき今回の健診、保健指導へとつながりました。

Aさん…50歳／営業関係の仕事で外回りが多く仕事上、ほとんど毎日飲酒あり。10年前の健診結果では肝機能の指摘はあり、その他異常はなかった。

**<保健指導の経過>**

- ・ 健診の結果説明ではデータをもとに身体の中で起こっていることを資料やグラフをもとに説明。糖と肝機能の数値の高さに本人もびっくり。食事、生活リズムについて一緒に振り返り確認する。
- ・ 医療受診の必要性を説明。糖尿病の内服開始となる。もらった薬と一緒に確認。
- ・ 不規則で偏った食事、アルコールによるカロリーの取り過ぎが影響していることに気づき洋食中心の食事内容を和食に変え、アルコールを極力控える。

	健診時	治療開始→	4ヵ月後
体重	76Kg		69Kg
HbA1c値	9.4%		5.6%
BMI値	26.3		23.1
空腹時血糖	419		117
中性脂肪	254		69
HDLコレステロール	35		38
肝機能			
GOT	91		19
GPT	178		37
γ-GTP	374		53
尿糖	3+		-

食事：約2700Kcal

- ・ 食事は不規則
- ・ 夕食は付き合いでお酒を飲みながら
- ・ 洋食中心

お酒

- ・ 毎日ビール350ml 2缶
- ・ 泡盛2合

※糖尿病の遺伝なし

食事：約2200Kcal

- ・ 3食ちゃんと食べる（奥さんがメニュー管理）
- ・ アルコールを減らす事に成功
- ・ 外食を控え和食中心

薬物治療（2種類）

- ・ 糖の吸収を抑える薬
- ・ 膵臓を刺激してインスリンを出す薬

今回、自分自身の身体の状態を理解したことで行動が変わりデータが変わり改善へとつながったのだと思います。とても意志の強い方でしたが、家族の協力もあってこのような良い結果を導いたのだと思います。

健康福祉センター 保健師 長嶺孝子

**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



19

**女性のパワー**

アメリカで、3月と言えば歴史及び文化に対する女性の貢献をたたえる一ヶ月であります。国際女性デーと定められている3月8日を含む全米女性史月間は、女性が平等に社会に参加できるような環境づくりを呼びかけます。この時期になると、アメリカの学校では歴史的に有名な女性のことについて勉強し、大学では男女共同についての講演などが開催されます。

アメリカでは、子育てをしながら会社を営む女性の姿が多く見られますが、日本の社会は「女性は良き妻、良き母」、男性は「男らしさ、一家の大黒柱」という概念に基づいているためか、子育てのために休職する女性が割と多いです。日本の女性は男性と同じ教育を受けているのに、職場で同じ地位に立つのが厳しい状況であるのが私は残念だと思います。

子育ても仕事も、性別は関係ないと認めなければ、社会は良い方向へ進まないと思います。その意味で、私は、男女不平等な歴史を変えた、また変えるために頑張っている人々を尊敬します。3月に開催された石垣市女性団体ネットワーク主催の第14回まるごうフェスティバルで、石垣市の女性たちの幅広い活動や努力に私は胸を打たれ、パワーを頂きました。これからも共に頑張っていきたいと思います。

**春の大掃除 ヤーマーリの清掃を**

**5月21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・白保・真栄里ニュータウン・前原タウン

**5月22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

**5月23日(水)** 新川・双葉・新栄町・浜崎町

**5月24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

**5月25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

**5月27日(日)** 平得・真栄里・宮良 (公民館役員対応)

●問い合わせ 環境課 ☎82-1285



●●お知らせ●●

甲種防火管理者講習会について

平成24年7月5日(木)・6日(金)に石垣市健康福祉センターにおいて甲種防火管理者講習会を実施いたします。

【申込期間】6月25日(月)～6月29日(金)まで。

【定員】50名(定員に達し次第締め切ります。)

受講料は無料ですが、テキスト代・事務費(二千円)の徴収があります。

【お問い合わせ】石垣市消防本部  
☎82-0119・82-4050

赤十字水上安全法救助員養成講習会開催のお知らせ

日本赤十字社沖縄県支部石垣市地区では、水難事故から生命を守るための知識や技術を普及させるため、日本赤十字社沖縄県支部より講師を招き、赤十字水上安全法救助員養成講習会を以下の日程で開催いたします。

【名称】赤十字水上安全法救助員養成講習会

【主催】日本赤十字社沖縄県支部石垣市地区・日本赤十字社沖縄県支部

【日時】平成24年6月4日(月)～6月7日(木)9時～17時

【場所】石垣市健康福祉センター(4日午前中)※予定・運動公園プール(4日午後～7日午後)※予定

【参加資格】満18歳以上で、同一泳法で500m以上泳げる方全日程参加できる方

【参加料】4,000円(教本代、保

保険等含む)

【申込先】日本赤十字社沖縄県支部石垣市地区事務局(石垣市役所市民生活課)まで電話にてお申し込みください。

【申込期間】平成24年5月1日(火)～5月18日(金)

【定員】30名(定員に達し次第締め切ります。)

体育指導員からスポーツ推進委員へ

石垣市教育委員会では、これまで体育指導員を委嘱して地域住民へ体育指導を行ってこましたが、昨年の法改正に伴い、平成24年4月4日に「石垣市スポーツ推進委員」として2年間の任期で、15名の皆様に委嘱を行いました。これまでの実技指導に加えて組織指導(コーディネーター)や、課題を発見し解決策の共通理解を促す役割、地域住民が主体的にスポーツに関わるための支援を行う役割が求められており、これまでに上記にスポーツの推進を担うこととなります。

児童手当について

平成24年4月より、これまでの「子ども手当制度」が「児童手当制度」にかわりました。「児童手当制度」は次代の社会を担う児童の健全な成長に資することを目的に支給されるものです。

支給月額はこれまで通りですが平成24年6月以降は所得制限が適用され、所得制限額以上の方は当分の間、特例給付として月額5千円が支給されることになりました。これまで子ども手当を受給して

いた方は新規申請は必要ありませんが、平成24年4月以降に転入やお子さんの出生等があった方は転入等の日から15日以内に申請をする必要があります。

【お問い合わせ】石垣市児童家庭課  
☎82-1704(直通)

親子記者募集のお知らせ

日本非核宣言自治体協議会では、「長崎平和の日」前後に長崎市内で開催される平和関連行事などを、小学生とその保護者が取材し、「おやこ記者新聞」として発行する「親子記者事業」の応募者を募集しています。

【実施場所】長崎市

【実施期間】平成24年8月8日(水)～11日(土)

【募集人員】18人(小学4年生以上)1人とその保護者1人の9組

【報告等】取材記録を事務局に提出していただきます。事務局が編集し「おやこ記者新聞」を発行します。協議会HPで紹介いたします。

【参加費補助】次の3点について、主催者が負担いたします。①交通費②宿泊費③取材補助経費(組当たり1万円)(詳細については事務局までお問い合わせください)

【応募方法】\*ハガキで次の事項を書いてお送りください。①住所②参加者の氏名(ふりがな)・性別③小学生の学校名④電話番号⑤保護者氏名(ふりがな)・性別と押印⑥平和を願う一言メッセージ  
\*当協議会HPから、メールでも応募できます。

http://www.nucfr.ee.japan.com  
【応募締切】平成24年5月7日(月)  
(Eメール有効)

【お問合せ・応募先】

〒852-8117  
長崎市平野町7番8号  
長崎市平和推進課内日本非核宣言自治体協議会事務局  
☎095-844-9923

市民防災訓練へ参加しましょう

4月24日の市民防災の日及び同週間において、大規模地震による津波来襲を想定した津波避難訓練を実施します。

いざという時に迅速に避難できるように、訓練を通して避難場所や経路などを確認しましょう。

詳しくは、市HP(防災情報↓総務課)をご確認下さい。

【平成24年4月29日 日曜日】

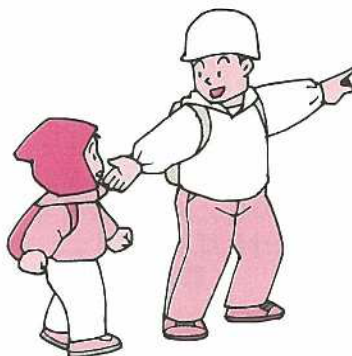
対象：全住民

(地域により学会、公民館単位での取組みがありますので地域役員等に確認してください。)

時間：10時～12時(10時地震発生↓10時03分大津波警報発表↓避難行動実施)

注意：29日訓練では津波避難ビルへの避難訓練は実施しませんのでご協力お願いします。

【お問合せ】総務部総務課総務係  
☎82-1216







# 市民カレンダー

5/1~5/31

※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。

5/1	火	●市民相談室・多重債務（市役所）	5/16	水	●市民相談室・法律（市役所）●両親学級3（健康福祉センター）●移動図書館（伊原間公民館）●健康相談（伊原間・名蔵）
5/2	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）●移動図書館（川平公民館）●健康相談（伊原間）	5/17	木	●少年問題相談（市役所）●1歳6ヵ月児健診・3歳児健診（健康福祉センター）
5/3	木	●郷土芸能の夕べ・子供の日公演（市民会館）	5/18	金	
5/4	金		5/19	土	●3~4ヵ月児健診・9~10ヵ月児健診（健康福祉センター）●絵本読み聞かせ（図書館）
5/5	土	●絵本読み聞かせ（図書館）	5/20	日	家庭の日・ヤマルの清掃の日
5/6	日		5/21	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）
5/7	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）	5/22	火	●市民相談室・多重債務（市役所）
5/8	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）	5/23	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）
5/9	水	●市民相談室・法律（市役所）●両親学級2（健康福祉センター）	5/24	木	●少年問題相談（市役所）●3~4ヵ月児健診・3歳児健診（健康福祉センター）
5/10	木	●市民相談室・人権、少年問題相談（市役所）●2歳歯科指導（健康福祉センター）●健康相談（登野城漁港）	5/25	金	●健康相談（川平保健指導所）●郷土芸能の夕べ（市民会館）
5/11	金	●八重山家畜市場セリ（～12日）●健康相談（川平保健指導所）	5/26	土	●絵本読み聞かせ（図書館）●日本脳炎予防接種～27日（健康福祉センター）
5/12	土	●絵本読み聞かせ（図書館）●MR予防接種～13日（健康福祉センター）	5/27	日	●英語読み聞かせ&映画上映会（アイス・エイジ）（図書館）13:00～
5/13	日	●郷土芸能の夕べ・母の日公演（市民会館）	5/28	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）
5/14	月	●ふれあい相談・総合（毎週月～金・社協）	5/29	火	●市民相談室・多重債務（市役所）
5/15	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）	5/30	水	●市民相談室・法律（市役所）
			5/31	木	●少年問題相談（市役所）

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！

～快適な生活環境づくりをめざして～  
**ごみの不法投棄**  
 しない・させない・ゆるさない！



多田浜海岸付近に不法投棄監視カメラを設置しました。二十四時間態勢で不法投棄者の監視を行います。

●環境課 ☎82-1285

**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)  
 詳細は秘書広報課まで(☎82-1243)

**憲法週間**

憲法記念日（5月3日）を中心とした5月1日から7日までを、裁判所では憲法週間と定めています。期間中様々な週間行事をおこない、行事への参加をきっかけとして裁判所をより身近に感じ、裁判所や裁判について理解を深めて頂ければ幸いです。

那覇地方裁判所

裁判所Webサイト  
<http://www.courst.go.jp/>  
 裁判員制度Webサイト  
<http://www.saibanin.courst.go.jp/>