



広報

しごかしご

2019

広報のかせ

No.574

10月

令和元年

毎月1回発行

人口と世帯数

総人口	49,704 (18)
男	25,036 (14)
女	24,668 (4)
世帯数	24,993 (17)

(令和元年8月末日現在の住民基本台帳・外国人登録人口)

今月の主な内容

- カウアイ郡姉妹都市締結20周年...2P
- 結い♡センター開所式...6P
- お知らせ...8P
- プレミアム付商品券...11P
- 市民カレンダ...12P



9月11日、令和元年度（第73回）とうばらーま大会が新栄公園にて開催され、出場した歌い手23名の中より審査の結果、最優秀賞に東政太郎さんが選ばれました。



米国ハワイ州 カウアイ郡 姉妹都市 締結20周年

締結の経緯について

復帰前の1963年5月1日、カウアイ郡議会において、友愛と相互理解を深めることを目的に、日本国琉球列島八重山群島石垣市と姉妹都市を締結する提案が決議されました。

同年5月23日、石垣市議会においてカウアイ郡の提案を受け入れる旨の決議がなされ、両地域において姉妹都市提携の議決がなされました。

1997年、大濱長照元市長がホノルルを公務で訪ねた際に、カウアイ郡関係者と懇談の機会を持ち姉妹都市締結の取組みを行うことが話合われ、以降両市間で調印実現に向けた調整が始まりました。

2年後の1999年5月、大濱長照元市長がカウアイ郡を初訪問し、当時の郡長であるマリアン・クサカ氏と姉妹都市締結のための調印をすることについて双方で確認をし、同年10月、マリアン・クサカ郡長が石垣市を訪問された際に、石垣市民会館で調印式が執り行われ、姉妹都市が正式に発効されました。以降20年、中学生派遣事業や市民交流などを通してカウアイ郡と石垣市は、姉妹都市交流を続けています。



カウアイ郡長
デリック・カワカミ氏
Mr. DEREK S. K. Kawakami
Mayor of County of Kauai



【写真上】平成25年にカウアイ郡で開催された議決50周年記念式典の様子。石垣市からカウアイ交流団「石垣市民の翼」のメンバーも参加しました。



【写真上】Mr. Bernard P. Carvalho 前カウアイ郡長と中山義隆石垣市長



カウアイ島 Kaua'i island

カウアイ島は、ハワイ諸島で最古の島です。

ハワイ諸島の最も北に位置し「ガーデンアイランド」と呼ばれています。長年に渡る風雨による侵食でできたエメラルド色に輝く谷と鋭くとがった山々、険しい崖に囲まれたこの島には、植物が生き茂る熱帯雨林、いくつもの支流を持つ川、そして流れ落ちる滝など、人が容易に近づくことができない秘境が多くあり、今も太古の大自然が広がっています。壮大な自然の美しさを持つこの島は、映画『ジュラシックパーク』の撮影が行われた場所としても有名です。



犬猫不妊・去勢手術費補助事業について

石垣市では、犬や猫の無秩序な繁殖を抑制することで周囲に対する危害及び迷惑を防止するとともに、動物愛護とその管理についての意識の向上を図ることを目的として「石垣市まちづくり支援寄付金」を活用した不妊・去勢手術費の一部補助を行なう事業を今年度より実施しています。

補助金の申請にあたっては「石垣市犬猫不妊・去勢手術費補助金交付要綱」に基づいた申請が必要となります。申請期間や申請方法、遵守事項等詳しい内容については、石垣市環境課のホームページをご覧ください。環境課自然環境係（82-1285）までお問い合わせ下さい。

「石垣市犬猫不妊・去勢手術費補助金交付要綱」の概要

対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・市内在住の石垣市民(住民基本台帳に記録されている方) ・市税等を滞納していないこと ・1世帯につき犬猫あわせて2頭まで
対象犬猫	<ul style="list-style-type: none"> ・犬の場合は、石垣市において狂犬病予防法による登録及び申請日からさかのぼって1年以内に狂犬病予防注射済票の交付を受けていること ・市内で保護した飼い主のいない猫 ・市内の飼い猫（遵守事項等あり） <p>※動物取扱業を営む方が営利目的として飼育している犬猫は対象外</p>
補助額	<p>手術にかかった費用の1/2（ただし、上限10,000円）</p> <p>※100円未満切捨て</p>
申請窓口	<p>石垣市役所 環境課 TEL：0980-82-1285</p> <p>※協力病院から経由して申請していただくことも可能です。</p>
その他	<p>平成31年3月2日から平成31年3月31日までに手術を受けた飼い犬 飼い猫については沖縄県獣医師会の助成事業があります。</p> <p>詳細については、獣医師会（098-853-8001）へご確認いただくか 環境課や動物病院に設置している獣医師会のチラシをご確認ください。</p>

農業者年金制度についてのお知らせ

1. 農業に従事されている方は広く加入できます

60歳未満の国民年金第1号被保険者（国民年金保険料納付免除者を除く。）であって、年間60日以上農業に従事している方は誰でも加入できます。

2. 保険料は自分で選べ、いつでも見直しできます

保険料を自由に決められ（月額2万～6万7千円の間で千円単位）、いつでも見直せます。

3. 税制面で大きな優遇措置があります

- ・支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税の節税になります。（支払った保険料の15%～30%程度の節税）
- ・農業者年金基金が保険料を運用して得られる収益（保険料の運用益）は非課税です。

4. 少子高齢時代に強い年金。年金資産は安全性を重視して運用しています

自ら積み立てた保険料とその運用益（付利）により将来受け取る年金額が決まる「積立方式（確定拠出型）」の年金です。

5. 終身年金です。80歳までにお亡くなりになった場合、死亡一時金があります

農業者老齢年金は、原則65歳から生涯受け取ることができます。仮に80歳前に亡くなられた場合でも、80歳までに受け取れるはずであった農業者老齢年金の額の現在価値に相当する額を、ご遺族に死亡一時金として支給されます。

6. 認定農業者など一定の要件を満たす方には、保険料の国庫補助があります

認定農業者で青色申告をしている方やその方と家族経営協定を結んだ配偶者・後継者の方など一定の要件を満たす方には、保険料の国庫補助（月額最高1万円、通算すると最大で216万円）があります。

【お問い合わせ】

石垣市農業委員会 ☎ 82-1563

JAおきなわ八重山地区本部 ☎ 82-2005

独立行政法人農業者年金基金

☎ 03-3502-3199（相談員）

☎ 03-3502-3942（企画調整室）

石垣島マラソン受付開始！！

第18回となる石垣島マラソン。事務局では全国47都道府県からの参加者を目票に掲げています。日本各地から来られる方々と2020年最初のマラソンを楽しみましょう。
募集期間：令和元年10月1日（火）～11月15日（金）まで

参加料の変更について

石垣島マラソン大会は、今回から一般の参加料が変更となります。
これまで経費の抑制に努力してまいりましたが消耗備品等の経年劣化、物品の賃借料の上昇、作業及び安全管理における経費の上昇が続いていることから、石垣島マラソン実行委員会において参加料の改定をさせていただくこととなりました。大会運営を安定させ、安心、安全な大会運営のため、ランナーの皆様にはご負担をおかけいたしますが、今後も運営の改善に努めてまいりますのでご理解を賜りますようお願いいたします。

一般 フル（42.195km） 6,000円

一般 24km・10km 5,000円

高校生 全種目 3,000円

2020年1月26日（日）9：00 START 石垣市中央運動公園

【申込用紙】市役所案内窓口、石垣市健康福祉センター、市内各スポーツ店、運動公園陸上競技場、総合体育館、屋内練習場
【Webエントリー】スポーツエントリー、ランネット、スポーツナビ Do、ローソン Do スポーツ
【お問合せ】石垣島マラソン実行委員会事務局（石垣市スポーツ交流課内）Tel 82-1212

令和元年度石垣市敬老会

日時：令和元年10月12日（土）13：30開場・14：00開演

場所：市民会館大ホール

●入場整理券配布について

- ①「石垣市敬老会」開催にあたり、当日、お席に限りがあるため、場内の混雑緩和及び混乱防止のために、事前に入場整理券を配布します。
- ②対象者は、70歳以上の石垣市に住所を有する方です。
（昭和25年4月1日以前生まれの方）
- ③整理券は、9月19日（木）～10月4日（金）までの間、石垣市介護長寿課窓口、石垣市老人クラブ連合会（石垣市老人福祉センター内）等で配布します。

【ご注意事項】

- ※整理券の配布は、予定枚数（1,000名）に達し次第、終了となりますのでご了承ください。
- ※整理券を破損・紛失されないよう、ご注意ください。
- ※会場の混雑緩和、混乱防止のため、ご来場の皆様のご理解とご協力をお願いします。

石垣市子どもインフルエンザ予防接種費用の助成の実施について

【助成対象者】

1. 石垣市に住民登録をしている方
2. 予防接種の当日において、満1歳から16歳未満の方

【申請方法】

医療機関（石垣市外も可）でインフルエンザ予防接種を受けた後、必要書類を持参し、石垣市健康福祉センターへ申請して下さい。

※必要書類

1. 医療機関が発行した領収書の写し
2. 親子健康手帳
3. 印鑑
4. 通帳またはキャッシュカード

【助成の対象となる接種期間】

毎年10月1日から翌年2月末日まで

【助成額及び助成回数】

1回あたり1,000円

1歳から13歳未満は2回、13歳から16歳未満は1回

【問合せ先】

石垣市健康福祉センター ☎88-0088

介護長寿課からのお知らせ

要支援・要介護認定を受けている方へ

障害者控除または医療費控除の申告において、所得税や住民税の軽減を受けられる場合があります。

※「本人又は扶養者が非課税の方」は該当しませんのでご注意ください。

※申請後、証明書等の発行に数日かかりますので、前もってご相談ください。

「障害者控除」について

身体障害者手帳などの交付を受けていない方で、65歳以上で、ねたきり高齢者または認知症高齢者の方は、その程度が身体障害者手帳などの交付基準に準ずる場合は、申請により障害者控除対象者認定書の交付を受けることができます。

【対象者】要介護認定を受けている65歳以上で、一定条件にあてはまる方

※身体障害者手帳をお持ちの方は該当しません。

詳細は石垣市介護長寿課へお問い合わせください。

【お問い合わせ】 介護長寿課給付認定係 TEL 0980-87-6022

ペットボトル・ガラス製びんの分別にご協力ください

家庭からごみ出しされる分別されていない「ペットボトル・ガラス製びん」は、令和元年10月1日から、収集いたしません。

事業所からごみ出しされる分別されていない「ペットボトル・ガラス製びん」は、令和元年7月1日から、収集しておりません。

ペットボトルとガラス製びんの「フタ」も必ず外して分別してください。

【お問い合わせ】 環境課 TEL 0980-82-1285

税の滞納一掃強化月間

「八重山から税の滞納を一掃しよう」をスローガンに、毎年10月から12月に国・県・八重山3市町連携のもと、より滞納の一掃に取り組んでいます。

税金は、日常生活に欠かすことのできない様々な公共サービスを支えています。税の滞納は行政サービスの提供に影響を及ぼしますので、納め忘れのないようご協力をお願いします。

なお、再三の納付催告にも応じない場合は、税の公平・公正の確保のため、滞納処分を実施することになります。

滞納整理の流れ

納期限から20日以内
一督促状を発行。
例) 固定資産税
地方税法 371条

督促状を発送した日から起算して10日を経過した日までに完納しないとき→差押
例) 固定資産税 地方税法第373条

滞納
処分

20日

10日

納期限

督促

差押

処分(換価)

【お問い合わせ】 納税課 TEL 0980-87-9041

浄化槽  お元気ですか。

ご自宅の浄化槽、いたわっていますか。

うまく浄化槽がはたらかないと、使った水の汚れが

そのまま海や川に流れてしまいます。

10月1日は浄化槽の日。

浄化槽のこと、ちょっと考えてみませんか。

浄化槽を上手に使い続けるために

年3回以上保守点検を受けてください。
沖縄県の登録を受けた保守点検業者に委託してください。

年1回以上清掃を行ってください。
市町村の許可を受けた清掃業者に委託してください。

年1回法定検査の受検が必要です。
沖縄県指定の沖縄県環境整備協会に依頼してください。

沖縄県環境整備課 098-866-2231 八重山保健所 0980-82-3243 (公社) 沖縄県環境整備協会 098-835-8833

結い心センター（福祉避難所兼ふれあい交流施設）が開所しました！



開所式の模様

去る8月30日に、結い心センターの開所式が行われました。

開所式では、命名者への表彰、テープカット、除幕式、記念植樹が執り行われました。本施設は、台風等の災害時には高齢者や障がい者用の避難所として、平常時には市民のふれあいや交流スペースとして活用できます。

所在地：大川 100-3(おおかわ幼稚園隣)

電話：0980-82-4996

施設利用時間：午前9時～午後9時半

休館日：12月29日～1月3日

区分	使用料	冷房使用料
1階研修室・調理室・	1時間	1時間
2階和室・2階第2研修室	600円	200円
2階第1研修室	1時間 1200円	1時間 400円
シャワー室	1回200円	



令和元年度 胃がん（胃カメラ）検診のお知らせ

1. 対象者：石垣市民40歳以上の方で、職場等で検診を受ける機会のない方
2. 日程：令和元年10月7日（月）～11月23日（土）

検診日程	検診時間	検診会場
10月7日（月）～10月12日（土）	8:00～13:00（土曜日は12時終了）	健康福祉センター
10月14日（月）～10月19日（土）		
10月28日（月）～11月2日（土）		
11月11日（月）～11月16日（土）		
11月18日（月）～11月23日（土）		

3. 予約受付時間：午前9時～午後5時15分（12時～午後1時を除く）
（但し、土、日曜日及び祝日は受付を行っておりません。）
※事前予約が必要です。受診希望の方は、お早めにご予約ください。
4. 検査料金：3000円
<お問い合わせ先> 石垣市健康福祉センター 地域保健係 TEL 0980-88-0088

令和元年10月1日から年金生活者支援給付金制度がはじまります

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

対象となる方

■ 老齢基礎年金を受給している方
以下の要件をすべて満たしている必要があります
65歳以上である
世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
年金収入額とその他所得額の合計が約88万円以下である

■ 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方
以下の要件を満たしている必要があります
前年の所得額が約462万円以下である

請求手続き

- ① 平成31年4月1日以前から年金を受給している方
対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が9月上旬から順次届きます。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し提出してください。
- ② 平成31年4月2日以降に年金を受給しはじめた方
年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

日本年金機構や厚生労働省から、口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることはありません
年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。
『給付金専用ダイヤル』：0570-05-4092（ナビダイヤル）

年金給付金 検索



「秋の大掃除」についてのお知らせ

石垣市廃棄物の処理及び清掃に関する条例第6条の規定に基づき、全市民及び関係団体等の協力を得て、「秋の大掃除」を実施します。実施期間は令和元年10月15日（火）～令和元年10月20日（日）までとなります。

10月15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16日（水）磯辺・真栄里ニュータウン・前原タウン・八島町・双葉・新栄町・浜崎町。
10月17日（木）登野城・天川・大浜・高田・三和・川原・於茂登・開南・嵩田・名蔵・元名蔵。
10月18日（金）大里・星野・伊野田・大野・伊原間・明石・久宇良・吉野・平久保・平野。
10月20日（日）新川・平得・真栄里・宮良・白保（各公民館役員対応）。
皆様ひとり1人のお力が、さらに住みよい石垣市へと繋がりますので、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

巧妙な詐欺の手口にご注意を！

警察官や金融機関の職員を名乗り、

- 捕まえた犯人が持っていた名簿にあなたの名前があった。
- これからあなたのキャッシュカードを預かりに行く。
- カードの暗証番号を教えてください。

などと言った場合は、詐欺を疑ってください。警察や金融機関の職員がキャッシュカードを預かったり、暗証番号を聞くことはありません。不審に思ったら迷わず八重山警察署（82-0110）へ

保育士試験対策講座受講生募集のお知らせ

石垣市では、保育士資格の取得を目指す市民の方向けに、保育士試験対策の集中講座を開設します。これを機会に、保育士を目指してみませんか。

託児室もありますので、子育て中の方も受講できます。

- 受講対象者**
- ・石垣市内に在住で、令和2年4月の保育士試験を受験する方
 - ・資格取得後、石垣市内で保育士として就労を希望する方

募集人数 50人 ※定員に達し次第、受付終了。

申込期間 令和元年10月25日（金）まで

受講料 原則無料 ※ただし、テキスト代（約5000円）は自己負担となります。

講座日程 令和元年11月17日（日）～令和2年3月8日（日） ※毎週日曜日（全15回）
時間：9:30～17:00 場所：石垣市役所、石垣市健康福祉センター等

問合せ先 石垣市子育て支援課 TEL:0980-82-1704

10月は「食品ロス削減月間」です。

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられる食品のことです。

平成28年度農林水産省推計によると、国民1人あたりお茶碗1杯分が捨てられており、「もったいない」ですね。この機会にご家族で食品ロス削減について話し合ってみましょう♪

【市民の皆さんへ ～食品ロス削減のために～】

- 消費期限、賞味期限を正しく理解しましょう
- 買い物で買すぎない
- 調理でつくりすぎない
- 外食時には、食べ残しのない注文の工夫

【食べ残しゼロ30・10（さんまる・いちまる）運動】

宴会のはじめの30分と終わりの10分は席で食事を楽しんで食べ残しを減らしましょう！

【フードバンク活動】

フードバンクとは、ご家庭や未利用食品を福祉施設等へ無償で提供する活動です。

ご家庭やお店等で余っている食品を寄付することで食品ロスを減らしましょう。

石垣市では以下の団体がフードバンクを実施していますので、ご協力をお願いします♪

★石垣市社会福祉協議会

★フードバンクやいま（一般社団法人サポートセンターHOPE）

◆南大浜地区等における計画変更について

都市建設課

平成31年3月1日(金)から事前周知しております南大浜(はいほーま)地区等における石垣都市計画用途地域などの変更について、効力が発生するまで残り約6ヶ月となりました。

都市計画の告示日(効力が発生する日)

令和2年3月2日(月)※効力発生まで残り約6ヶ月です。

※用途地域の変更とあわせて、特別用途地区及び地区計画の変更も行います。

これについては、平成31年4月1日(月)に条例が公布されました。

条例の施行日(効力が発生する日)は用途地域などの効力が発生する日と同日の以下の日です。

令和2年3月2日(月)

※石垣市からのお願い

将来のまちづくりのため、これから建物を建てる際は、今回の用途地域変更後の内容に合わせた建築計画にしていたらと幸いです。ご協力をお願い致します。

詳細については、都市建設課HPで確認下さい。

【問合せ先】 石垣市都市建設課 ☎8334207

◆令和2年度 幼稚園・認定こども園・保育所等入園(所)申込みのお知らせ

子育て支援課

令和2年度の幼稚園・認定こども園・保育所等入園(所)申込みを下記の日程で受付します。

募集要項(申込書)配布

配布場所:子育て支援課、石垣市役所のホームページ(継続・転園を希望の方も申込みが必要です。)

申込書受付

受付期間:令和元年10月1日(火)～10月25日(金)

※休日受付:10月19日(土)・10月20日(日)

受付時間:午前9時～午後5時

受付場所:子育て支援課

問合せ先:子育て支援課 ☎8211704

◆沖縄海区漁業調整委員会選挙人名簿

(石垣市)の縦覧について

選挙管理委員会

令和元年度沖縄海区漁業調整委員会選挙人名簿(石垣市)を左記のとおり縦覧に供します。縦覧の上、異議のある方は縦覧期間内に異議の申出をしてください。

記

縦覧期間 令和元年10月20日から11月3日まで
午前8時30分～午後5時まで(土・日・祝祭日含む)

縦覧場所 石垣市選挙管理委員会事務局(市役所二階) 問合せ先 石垣市選挙管理委員会 八二一九九一一

石垣市選挙管理委員会

委員長 辻野 ヒロ子

選挙人各位

◆令和元年度コミュニティ助成事業について

企画政策課

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施するコミュニティ助成事業は、コミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくりと共生のまちづくり、地域文化への支援や地域の国際化の推進及び活力ある地域づくり等に対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与する目的で行われています。令和元年度は、崎枝公民館、真栄里公民館が宝くじの助成金で実施しました。

・コミュニティ活動拠点の備品整備



(真栄里自治公民館)



◆赤い羽根共同募金の「協力について」

石垣市共同募金委員会

赤い羽根共同募金運動が、10月1日から12月31日までの3ヶ月の間、全国一斉に展開されます。石垣市でも寄付者皆様の暖かいご理解と各婦人会・公民館や募金ボランティアのもと赤い羽根共同募金運動を実施いたします。

「戸別募金」:各婦人会や各公民館の皆さんが、地域の各家庭を訪問して募金を呼びかけます。

「街頭募金」:募金ボランティアの皆さんが街角や人の集まる場所で募金を呼びかけます。

「大口募金」:大口募金員が企業を訪問して寄付を依頼します。

「職域募金」:企業の従業員の方に職場での募金を依頼します。

「学校募金」:福祉活動の一環として、学内での募金活動に取り組みます。

※街頭募金ボランティアを募集しています。

◆沖縄県福祉専門学校(大庭学園)からののお知らせ

子育て支援課

石垣集団学習会場 4期生募集!

■石垣集団学習会場 学校説明会

①令和元年10月26日(土) 15:00～16:30

オープンキャンパス&スキルアップ講座(保育体験)

②令和元年10月27日(日) 14:00～16:00

個別説明会

会場:石垣市「子育て支援センター」

【問合せ・お申込み先】 沖縄福祉保育専門学校

☎098-868-5796

■石垣市保育士等資格取得資金貸付制度について

石垣集団学習会場卒業後、一年以内に保育士登録を行い、石垣市内の指定された保育施設において保育士の業務に3年を超えて、週30時間以上勤務した場合、返済免除。

【貸付金額】 上限70万円

【問合せ】 子育て支援課 ☎8211704

教育委員会だより

石垣市学び遊び活動人材バンクのお知らせ

石垣市学び遊び活動支援人材バンクは学びや遊びに関する知識や技術、経験を生涯学習の場で活かしていただける個人・団体を登録し、講師や指導者として活躍していただく制度で、現在、団体で10団体、個人で38名の登録をいただいています。

石垣市教育委員会では、制度の趣旨をご理解いただき、同バンクに登録して下さる団体や個人、そして人材バンクを活用していただける方を募集しています。

詳しくは、下記までお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。



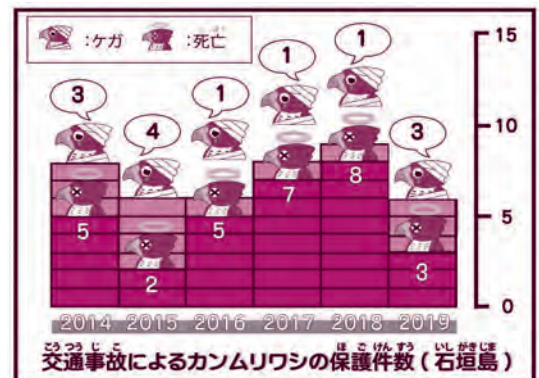
【お問い合わせ先】 石垣市教育委員会いきいき学び課 ☎0980-83-0373

防ごう！市の鳥「カンムリワシ」の交通事故

2018年における、交通事故によると考えられるカンムリワシの救護及び死亡個体の回収が、9件（うち死亡8件）発生しており、今年も既に6件（うち死亡3件）起きています。法定速度を守って人にも動物にも優しい運転をお願いします。

(問い合わせ先)

ケガをしたカンムリワシやカンムリワシらしき死体を見つけたらご連絡ください。



◎石垣市教育委員会文化財課 ◎環境省石垣自然保護官事務所
TEL:0980-83-7269 TEL:0980-82-4768

市立図書館からのお知らせ

「おかえり、葉の場所で待ってるよ」10月27日～11月9日は読書週間です。常夏の八重山ですが、夜が長くなってきたのを感じる季節になりました。たまにはネットを切って、秋の夜長の読書に耽ってみてはいかがでしょうか。

◇今月の展示

一般書

「絵と映像の表現者たち～絵本・マンガ・映画～」

児童書「秋の絵本」

郷土書「沖縄の医療」

◇今月のシネマたいむ

10月20日(日) 午後2時

市立図書館視聴覚室

『名作童話大全集4(ピーターパンほか)』 川平公民館 午後2時～午後4時(35分)

◇今月の移動図書館

10月13日(日)・27日(日)

明石公民館 午前10時～正午

川平公民館 午後2時～午後4時

【お問い合わせ先】 石垣市立図書館 ☎0980-83-3862

【開館時間】 平日 10:00～19:00・土日祝 10:00～17:00・月曜日休館



いしがき少年少女合唱団
第26回定期演奏会

令和元年10月20日(日)
開場 18:00 開演 18:30
石垣市民会館大ホール

入場無料

主催 いしがき少年少女合唱団・育成会



【お問い合わせ先】

いしがき少年少女合唱団・育成会

☎090-2510-3853(指導部)

090-7444-4608(育成会)

Blog:<http://yaimautauta.ti-da.net>



だんだん暑さが和らぎ、過ごしやすい季節になってきましたが、いかがお過ごしでしょうか？

さて、秋といえば、食欲の秋、読書の秋、芸術の秋、そして・・・スポーツの秋ですね！健康のために運動をすすめると、「どれくらい運動すればいいかわからない」「仕事が忙しくて時間がないよ」「動くのがおっくう」といった声をよく聞きます。そういった方へ、今回は『運動+10』について紹介します。運動 +10 とは毎日の生活の中で、今より 10 分多く体を動かすことを意識して運動習慣を身につけるものです。普段の生活の中で、無理なく実践できることから始めてみませんか？仕事や家事をしながら、日常生活の中で簡単にできる「ながら運動」でも効果があります。ご自分に合う方法を取り入れてみてくださいね。

簡単・気軽に取り組める！

● 歩く時間を増やす！

手軽に取り組める「歩く」。買い物、散歩など、今歩いている時間よりプラス10分多く歩いてみる。10分は、歩数にすると約1,000歩です。生活習慣病予防のためには1日8,000～10,000歩が理想ですが、まずは1日1,000歩から増やしてみましょう。

その他にも・・・

- 車で買い物に行くとき、駐車場の遠くに車を止め、お店まで歩く工夫をしてみる
- 歩幅を大きく、いつものスピードより早く歩くことを意識する（早歩き）
- 掃除や洗濯などの家事や子どもやペットとの遊びも立派な運動です（積極的に体を動かす）
- テレビを見ながら椅子に浅く座って筋トレ、お風呂に入りながらストレッチをする
- 台所仕事をしながら、歯磨きをしながら、かかとの上げ下げ運動・つま先の上げ下げ運動をする

はじめは、10分でさえ面倒と思うかもしれませんが、数分ずつ細切れでもかまいません。まずは今の生活に『運動+10』取り入れてみましょう。



クルーズ船寄港情報（10月）

入港日時	出港日時	船名	旅客定員（最大）
10月2日（水） 7:00	10月2日（水） 15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
10月3日（木） 11:00	10月3日（木） 21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月6日（日） 11:00	10月6日（日） 18:00	スーパースタージェミニイ	1,532
10月10日（木） 11:00	10月10日（木） 21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月12日（土） 9:00	10月12日（土） 18:00	ダイヤモンド・プリンセス	2,670
10月13日（日） 9:00	10月13日（日） 18:00	バイキングスピリット	1,500
10月14日（月） 7:00	10月14日（月） 16:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月16日（水） 7:00	10月16日（水） 15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
10月17日（木） 11:00	10月17日（木） 21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月19日（土） 13:00	10月19日（土） 21:00	コスタ・ネオロマンティカ	1,800
10月20日（日） 11:00	10月20日（日） 18:00	スーパースタージェミニイ	1,532
10月23日（水） 7:00	10月23日（水） 19:00	コスタ・ネオロマンティカ	1,800
10月24日（木） 11:00	10月24日（木） 21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月25日（金） 7:00	10月25日（金） 15:00	コスタ・ネオロマンティカ	1,800
10月26日（土） 7:00	10月26日（土） 15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
10月28日（月） 8:00	10月28日（月） 18:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月29日（火） 7:00	10月29日（火） 18:00	コスタ・ネオロマンティカ	1,800
10月29日（火） 17:00	10月29日（火） 1:00	スーパースターアクエリアス	2,100
10月30日（水） 8:00	10月31日（木） 8:00	ザ・ワールド	—
10月31日（木） 8:30	10月31日（木） 20:00	ザ・ワールド	—
10月31日（木） 10:00	10月31日（木） 20:00	スーパースターアクエリアス	2,100

10月1日より

最大5千円お得!

石垣市プレミアム付商品券

発売開始!!

石垣市では9月下旬より、購入対象者と決定された方と、3歳未満の子が属する世帯の世帯主の方へ『石垣市プレミアム付商品券購入引換券』を、住民票に登録されている住所にお送りしております。

商品券購入方法

プレミアム付商品券購入引換券と本人確認書類(身分証明書)を提示し、下記購入場所にてご購入下さい。

1冊5,000円(500円券×10枚綴り)のプレミアム付商品券を4,000円で購入でき、最大5冊までご購入いただけます。

購入場所

石垣市商工会(石垣市浜崎町1-1-4)

受付時間 9:00~16:00(土日祝を除く)

TEL 0980-82-2672



商品券使用可能店舗一覧

9月6日現在

- ・サンエー石垣シティ
- ・マックスバリュ(やいま店、石垣店、新川店、平真店)
- ・タウンプラザかねひで石垣店
- ・JR九州ドラッグイレブン(石垣店、石垣八島店、石垣空港店)
- ・ドラッグストアモリ(新川店、石垣店)
- ・西松屋チェーン石垣真栄里店
- ・メイクマン石垣店
- ・ザ・ダイソーやいま店
- ・ダイソー石垣島平真店
- ・エディオン石垣シティ
- ・みね屋
- ・メガネ一番
- ・ゲオ
- ・マーミヤかまぼこ
- ・今朝のたまご
- ・焼肉金城 大川店
- ・焼肉石垣屋
- ・和風亭
- ・トラベラーズカフェ朔
- ・MAMIDELI
- ・ブルーシールパーラー スターチャイルド石垣店
- ・特別養護老人ホームなごみの里
- ・理数堂
- ・エネオス・サービスステーション(石垣、新栄町、仲道、平川、磯辺、白保、川平、伊原間、新川、新小前、真栄里BP、石垣空港)
- ・スーパーホテル石垣島
- ・オリックスレンタカー石垣島店



このステッカーを貼っている
お店で使用できます。

※加盟店の追加情報は石垣市ホームページでも随時更新してまいります。

購入対象と思われる方には、7月下旬にご案内と申請書をお送りしています。
申請受付期間は11月29日までです。申請がまだの方はお早めに申請してください。

お問い合わせ先
石垣市企画部商工振興課
プレミアム付商品券事業担当
TEL: 0980-87-9064

2020 東京オリンピック・パラリンピック ホストタウン情報

HOST-TOWN NEWS 東京オリパラ 2020 ホストタウン情報(第2回)

石垣市の相手国は「サンマリノ共和国」「ルクセンブルク」の2ヶ国です。
市民の皆さん、この2ヶ国はどこにあって、どんな国が知っていますか?



国名/サンマリノ共和国
人口/3.34万人(2017年)
面積/61.2km²
世界で5番目に小さな国
世界で最も古い共和国
イタリア領土内にある小国
天空の城といわれる絶景の国



国名/ルクセンブルク大公国
人口/57.6万人(2016年)
面積/2,586km²
世界で唯一の大公国
広さは沖縄県と同じ規模
一人あたりのGDPが世界一
白ワインとチョコレートの国

サンマリノ、ルクセンブルクと何らかの繋がりやエピソードをお持ちの方を探しています!!
該当する方や知り合いなどいましたら観光文化課までお知らせ下さい。(0980-82-1535)



健康相談日程	・10月2日	新栄町自治公民館	13:30～15:30
	・10月3日	登野城漁港	9:30～11:30
【問い合わせ】 健康福祉センター 電話：0980-88-0088	・10月9日、23日	伊原間保健指導所	10:00～12:00
	・10月11日、25日	川平保健指導所	10:00～13:00
	・10月23日	公設市場	14:00～16:00

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
		1 ・消費生活相談	2 ・行政相談 ・法律相談(要予約) ・両親学級① (健康福祉センター)	3 ・消費生活相談	4	5 ・乳幼児健診 AM 9～10か月児 PM 3～4か月児 (健康福祉センター)
6	7 ・消費生活相談	8 ・消費生活相談 ・離乳食実習 (健康福祉センター)	9 ・法律相談(要予約) ・両親学級② (健康福祉センター)	10 ・消費生活相談 ・人権相談 ・歯科指導 2歳2か月児 (健康福祉センター)	11	12
13	14 ・体育の日	15 ・消費生活相談 ・妊産婦・乳幼児 保健相談 (健康福祉センター)	16 ・法律相談(要予約) ・両親学級③ (健康福祉センター)	17 ・消費生活相談 ・乳幼児健診 AM 1歳6か月児 PM 3歳児 (健康福祉センター)	18 ・消費生活相談	19 ・乳幼児健診 PM 9～10か月児 3～4か月児 (健康福祉センター)
20	21 ・消費生活相談	22 ・即位礼正殿の儀	23 ・法律相談(要予約) ・両親学級④ (健康福祉センター)	24 ・消費生活相談	25	26 ・乳幼児健診 AM 9～10か月児 1歳6か月児 (健康福祉センター)
27	28 ・消費生活相談	29 ・消費生活相談	30 ・法律相談(要予約)	31 ・消費生活相談		

※上記日程は、予定です。詳しくは関係課までお問い合わせください。※上記の各種相談は、市役所3階の市民相談室にて行います。

ウエルカムちゃん 体験談大募集!!

あなたのウエルカムちゃん体験談を広く情報発信し、県民みんなでさらにウエルカムちゃんちゅの機運を高めていきましょう!

応募期間 2019 10/31(木)まで

グランプリ(1名様) 旅行券10万円分
優秀賞(5名様) 県内ホテル宿泊券Wチャンス(50名様)
ウエルカムちゃんちゅオリジナルQUOカード500円分

Be Okinawa 沖縄県 OCVB

ウエルカムちゃんちゅになろう。

※先にご応募はこちらから

高齢者活躍人材確保育成事業

シルバー人材センター会員募集中!

石垣市内にお住まいの、60歳以上の方ならどなたでも会員に登録できます。

一緒にお仕事しませんか?

お問合せ (公社) 沖縄県シルバー人材センター連合
沖縄県浦添市伊祖1-33-1 (098) 871-0330

保険相談のお知らせ

保険の疑問や不安がある方は相談を。現在加入している保険の内容説明が受けられ、一人では難しい保険の見直しも簡単にできます。家族構成や職業などがかわった時に見直しをすると家計の節約になることもあります。これから保険を考えたい方の相談も可能。保険講座も開催あり。相談は無料。まずは電話で予約を。

【問い合わせ・予約】
保険クリニック
場所：石垣市真栄里103-5 (バイパス沿い 真栄里公園南)
電話：0120-920-559 0980-84-2335

確かな技術で地域・社会に貢献

上下水道接続工事
(現地調査・見積無料)

※貸付基金制度あります

石垣市指定排水設備工事店 〒907-0002 沖縄県石垣市字真栄里 375-8
株式会社紫電舎 TEL(0980) 82-4811・FAX(0980) 83-1409