

広報

よみたん

YOMITAN



平成24年
2012

8

No.651

よみたん



主な目次

よみたん見聞録……………P 4
 海外移住者子弟研修生の紹介……………P 8
 めざせ健康ゆんたんざ……………P 11
 ゆんたんざinfo……………P 16

7月8日(日)、第28回読谷村ハーリー大会が宇座海岸で行われました。職域・一般の部では「ガナズ」が1分44秒のタイムで優勝しました。

各字対抗の部では、大木が1分52秒のタイムで優勝しました。

『さとうきび畑』の歌碑の贈呈式が行われました。

6月15日（金）、4月に完成したさとうきび畑の歌碑の読谷村への贈呈式が読谷村役場で行われ、「さとうきび畑」の作詞・作曲家の故・寺島尚彦氏のご家族の寺島葉子さん、寺島夕紗子さん、寺島克彦さん、歌碑建立実行委員会委員長の石原昌家さん、副委員長の小平武さんらが出席しました。

石嶺村長は、「読谷村と縁があって、素晴らしい歌碑が出来て嬉しく思います。後世に残せるように様々なことに役立てたい。」と話し、寺島葉子さんは、「読谷村の皆さんがここに建てようと誘っていただきました。これは人の成せるわざだと思います。読谷村は第2にふるさとです。ありがとうございました。」と挨拶しました。



共同販売センター裏墓地を一般競争入札で売払います

【入札対象物件の表示】（詳しくは、読谷村ホームページをご覧ください。）

所在及び地番	地目	地積	予定（最低）売払価格
① 読谷村字座喜味 2723 番 8	墓地	16.46 m ² （約5坪）	508,614 円
② 読谷村字座喜味 2723 番 33	墓地	40.00 m ² （約12坪）	1,236,000 円

※予定（最低）売払価格以上で入札してください。このうち、最高入札価格を落札価格とします。

【入札保証金納付期間および入札書提出期間】

8月1日（水）～8月22日（水）

※8時30分～12時、13時～17時15分まで（土・日曜日、祝日は除きます）

【お問い合わせ】読谷村役場 企画財政課 行政経営係 ☎982-9205

後納制度（国民年金保険料の納期限の延長）が始まります

これまでは、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができませんでしたが、本年10月から3年間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる、後納制度が始まります。

過去10年以内の保険料を納めていただくことで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給権に近づけることができるようになります。

ご自身の年金記録については、ねんきんネット（<http://www.nenkin.go.jp>）でご確認ください。

お問い合わせは『国民年金保険料専用ダイヤル』へ

☎ 0570-011-050

050（一部）の電話、070の電話からおかけになる場合は03-6731-2015まで
お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意下さい。



アメリカへホームステイ 中学生12名を派遣

国際性豊かでチャレンジ精神旺盛な生徒の育成を目的に、村教育委員会は読谷中学校から6名、古堅中学校から6名の計12名をアメリカ・シアトルに派遣（7月23～8月21日）しました。

生徒達は、「向こうで学んだことを将来役立てたい。」「語学・文化を学び成長したい。」「アメリカの日常や同世代の人が何に興味をもっているのか知りたい。」「向こうで沖縄・読谷のことを伝えたい。」など、期待に胸を膨らませていました。

読谷村青年団協議会 新役員の紹介



読谷村青年団協議会の新役員が7月5日（木）、石嶺村長と比嘉教育長を表敬しました。

照屋竜一会長は、「今、読青協と各学青年会は、8月26日（日）に開催する青年エイサーまつりに向けて取り組んでいます。今年は第30回の記念大会なので、力を入れたい。一生懸命頑張りますので、応援よろしくお願いします。」「話し、石嶺村長は、「読谷村には各学それぞれ個性があります。エイサーを含め、青年達の活動への指導頑張ってください。」「と激励しました。
会長：照屋竜一（左から3番目）
副会長：比嘉祐輔・宇良祐二（それぞれ左から2番目と3番目）

人権擁護委員の委嘱

7月1日付で法務大臣から人権擁護委員の委嘱を受けた岸本幸子氏の委嘱状伝達式が7月5日（木）、読谷村役場で行われました。人権擁護委員は、地域の皆さんからの人権に関する相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害を受けた被害者の救済をしたり、地域の皆さんが人権について関心を持つてもらえるような啓発活動を行っています。岸本氏は、「重責のある役目を受け、少し不安もありますが、一生懸命頑張ります。」「と抱負を述べられました。



第62回 “社会を明るくする運動”出発式



第62回“社会を明るくする運動”出発式が7月4日（水）、読谷村役場1階村民ホールにて行われ、村三役、保護司、更生保護女性会、婦人会、老人会、PTAなどが参加しました。この運動では、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、力を合わせ犯罪や非行のない地域社会を築くため7月を強化月間とし、全国的に様々な取り組みが展開されます。

出発式で石嶺村長は、「犯罪を犯すのも地域社会、更生するのも地域社会。本人の努力も必要ですが、周りの支援が大切です。多くの方のご協力をお願いします。」「と挨拶しました。

読谷村固定資産評価 審査委員に辞令交付

第408回読谷村議会定例会において、読谷村固定資産評価審査委員会委員に新城正雄氏が承認され、7月9日（月）、石嶺村長より辞令が交付されました。

固定資産評価審査委員会は、固定資産課税台帳に登録された事項に関する不服を審査決定することを目的に市町村に設置されています。交付式で石嶺村長は「固定資産評価に対する適正な審査をよろしくお願いします。」「と激励しました。



よみたん

貝聞録

夏は海だ！ハーリーだ！

第28回「読谷村ハーリー大会」が7月8日（日）、宇座海岸で開催されました。

今年是一般の部、各字対抗の部、学生の部から計84チームが参加し、夏の暑さに負けず、熱戦を繰り広げました。

職域・一般の部には70チームが参加し、決勝レースには「ガナーズ」、「ケアサービスよみたん」、「キッチンダイニング関（祭り魂）」が進出。ガナーズ（タイム：1分44秒）が見事なチームワークで優勝の栄冠に輝きました。

また、字別対抗の部には10チームが参加し、決勝レースには大木、渡具知、長浜が進出。大木（タイム：1分52秒）が2位とわずか1秒差の接戦を制し優勝しました。



第30回よみたん福祉運動会

6月16日（土）、村内の福祉関係者がスポーツを通じて親睦と交流を深めることを目的として、「第30回よみたん福祉運動会」が読谷中学校体育館で開催されました。村内の保育園や福祉団体15団体から約700人が参加し、パン食い競争や玉入れなどの競技で汗を流しました。

参加団体：障害児を守る父母の会、母子寡婦福祉会、精神療養者家族会、身体障害者協会、民生委員児童委員協議会、残波かりゆし会、よみたん救護園、都屋の里、祥永会、海邦福祉会、喜名保育園、のぐさ保育園、わかたけ保育園、南古堅保育園、きりん保育園

「しまくとぅば」で伝えよう
第21回 スリー・語やびらしまくとぅば

ふるさとの言葉に対する関心を高めることを目的に、「第21回 スリー・語やびらしまくとぅば」（主催：読谷村文化協会）が7月7日（土）、文化センター中ホールで開催され、村内の幼稚園児から大人まで総勢32名が出場しました。

沖縄のくとうわざや将来の夢、家族や習い事の話、沖縄芝居「まめけな泥棒」などユーモアたっぷりにしまくとぅばを披露し、観客席はたくさんの拍手と笑いに包まれました。

出場者の中から村文化協会代表として、学生の部に、読谷小学校5年生の兼謝名成美さん、一般の部に、比謝区の伊佐ハツエさんが9月15日（土）に文化センター鳳ホールで開催される沖縄県文化協会主催「第18回しまくとぅば語やびら大会」へ出場します。



6月23日 慰霊の日

慰霊の日に戦没者の御霊を悼むために、村内各地で慰霊祭が行われました。

字楚辺では、156名が参列し、犠牲者への黙祷を捧げました。千羽鶴の奉納や平和への祈りを込めた蝶を空に放った後、しめやかに焼香が行われました。

また民謡グループ「でいご娘」の皆さんが、沖縄戦の記憶を風化させることのないようにと「艦砲め喰えーぬくさー」を演奏し、会場全体で歌いました。



平和創造を足元から見つめる 古堅中学校が村内フィールドワーク

終戦から67年、本土復帰40年。未だ基地問題を抱える沖縄で、「平和創造＝足元から見つめる」をテーマに「平和とは何か」「今何ができるのか」を改めて考えようと古堅中学校が村内フィールドワークを行い、3学年の全クラス約220人が参加しました。

4月に完成したさとうきび畑の歌碑や、チビチリガマを訪れた生徒達は皆真剣な表情でガイドの説明に耳を傾けました。

フィールドワークの最後には、文化センターにて平和への祈りを込めて「さとうきび畑」を全員で歌いました。生徒を代表して大灣俊君が、「戦争のない世の中を目指します。」と挨拶しました。



第10回読谷村小学生陸上大会

青少年の健全育成と相互の親睦と友情の輪を広げることを目的に、読谷村小学生陸上競技大会が6月30日（土）、読谷村陸上競技場で開催されました。

大会は10回目を迎え、村内各小学校から男子18チーム、女子17チーム、計35チーム約400人が参加しました。

大会当日は天気にも恵まれ、熱戦を繰り広げる子ども達に多くの保護者が声援を送りました。

【大会新記録】

- ・共通男子 800m 南スウェルズ
幸喜 健太郎 2分39秒54
- ・共通男子 400m リレー 読谷エルベス
玉城 拓郎、赤嶺 束来、
宮城 幸平、外間さくら 57秒44



読谷村総合計画審議会 審議委員の募集

読谷村では、平成25年度～平成29年度までの5年間のむらづくりを総合的・計画的に進めるため「読谷村第4次総合計画後期基本計画」を策定中です。その総合計画後期基本計画について、広く村民の意見を反映させ、村民参加を促進して協働のむらづくりを進めていくために審議委員を募集します。

この審議会は、村長からの諮問に応じ、村民と行政との協働で計画案を審議し、答申する機関です。

1. 募集人数と応募資格

- 1) 募集人数 4人
- 2) 応募資格
 - ・読谷村に住所を有する者
 - ・20歳以上の者
 - ・村職員及び議会議員ではないこと

2. 委員の任期

村長より委嘱後、2年間。(平成24年～平成26年)

平成24年度は、総合計画後期基本計画策定に関し、3回～6回程会議に出席していただきます

3. 応募用紙について

審議委員を希望される方は、応募用紙を役場企画財政課で受け取るか、読谷村公式ホームページから所定の様式をダウンロードしてください。

4. 募集期間 8月1日(水)～8月31日(金)

5. 委員の決定について

委員の決定については、応募用紙記入の内容に基づいて審査の上、決定いたしますので、ご了承下さい。

お問い合わせ 読谷村役場 企画財政課 企画調整係 ☎982-9205

平成24年度 字別構想推進事業報告&募集!!

平成24年度字別構想推進事業により、親志区に補助金が交付されました。

親志区は、これまで2階で行ってきたゆいまーる共生事業を1階で行えるよう、1階スペースの改修工事を行いました。このことにより、高齢化しているゆいまーる共生事業対象者の活動も活発になり、更なるコミュニティづくりの発展が見込まれます。

(字別構想推進事業は、地域主体の活力ある村づくりを推進するため、読谷村字別構想における地域づくり目標の実現に向けた、各字の主体的な活動に対する助成事業です。)



改修前



改修後

今年度はあと1字募集しておりますので、活用等について、お気軽にお問い合わせ下さい。

お問い合わせ：読谷村役場 企画財政課 企画調整係 ☎982-9205

平成23年6月より全ての住宅に火災警報器の設置が義務化!!

「まさか!」の火事。

住宅用火災警報器で助かる命があります。

あなたは、火事なんて自分には関係ないことだと思いませんか？
でもそれは決して他人事ではなく、どこの家庭でも起こりうることで
万が一の時でも、住宅用火災警報器があればいち早く火災を知らせてくれます。



ニライ消防本部では住宅火災における被害軽減の切り札として、全ての住宅に住宅用火災警報器の設置を目指し、設置促進及び実態把握のため、個別訪問調査を行なっています。

ご家庭に職員が訪問した際には、調査へのご協力よろしくお願いいたします。

お問い合わせ先 ニライ消防本部 予防課 ☎956-9924

ニライ消防本部管内（読谷村、嘉手納町及び北谷町）で 「救急ステーション」認定制度がスタート



「救急ステーション」とは、買物中などに、突然の心臓発作等が起こった場合、認定事業所内に設置された「自動体外式除細動器（AED）」を、誰もが迅速に活用できるように、「地域のために協力しよう!」と、その趣旨に賛同頂き認定された事業所が、店舗または事務所入口等に左の「表示ステッカー」を掲示し、営業時間内であればいつでも AED を貸出し、または応急手当の協力を行うといった画期的な認定制度が「救急ステーション」制度です。

「救急ステーション認定制度」に関するお問い合わせ

比謝川行政事務組合ニライ消防本部 警防課 ☎956-9934 FAX956-9944

電子メール keibou@nirai119.jp

ホームページ <http://www.nirai119.jp/>

第18回・第19回村民ユンタク会が開催されました

自治基本条例原案の策定に向けて取り組んでいる村民ユンタク会は、公募村民23人と村職員20人で構成されており、第18回、第19回が開催されました。

第18回村民ユンタク会議：6月21日（木） 役場3階大会議室にて開催

第18回村民ユンタク会は、15人の参加があり、「協働とは何か」をテーマに話し合いました。

まずは自分たちがイメージする協働について話し合ったあと、理想とする協働を推進するにはどうすればいいかを議論する中で、村は、協働の村づくりの推進のために、協働に対する情報提供、協働の機会の提供、それぞれの役割分担の明確化、協働の取り組み結果の公表などの制度設計を行い、必要な支援を行わなければならないなどの意見があげられました。



▲第18回村民ユンタク会の様子

第19回村民ユンタク会議：7月12日（木） 役場健康環境課隣り会議室にて開催

第19回村民ユンタク会には、11人の参加があり、最初に議会で決める主な事項や仕組みについて学んだ後、「議会・議員とは」をテーマに話し合いました。

議論の中からは、「議員の活動をよく知らない」「議会には閉鎖的なイメージがある」「情報があまり伝わってこない」などの声があり、もっと村民との距離を縮める活動が必要なのではとの意見が交わされました。次回は実際に議員と意見交換を行い、さらに「議会・議員とは」について議論を交わしてまいります。



▲第19回村民ユンタク会の様子

今後も、村民ユンタク会は勉強会や対話集会等を行いながら、読谷村自治基本条例原案の策定に向けて取り組んでまいります。

Ola! Tudo bem?

やあ! 元気?



比嘉 広喜さん
ブラジル サンパウロ出身
父は波平出身の日系2世

読谷村では、南米各国及びその他の国々へ移住した読谷村出身の子弟に対して、日本語や沖縄の文化を中心に技術等の習得及び村民との交流を通して社会の発展に寄与する人材の育成を目的に研修事業を行っています。

ブラジルから研修生がやってきました。

みなさんよろしくおねがいします。

平成24年度 海外移住者子弟研修生 自己紹介文

Raphael Hiraki Higa

Ola! Tudo bem!

Meu nome é Raphael Hiraki Higa

Muito prazer. Meu nome é Raphael Hiraki Higa. Sou brasileiro e tenho 24 anos. Vim para aprender a língua japonesa e a cultura de Okinawa. Quero ir a vários lugares de Okinawa. Quando voltar ao Brasil, quero transmitir a todos a cultura de Okinawa.

はじめまして、私は比嘉広喜です。

2012年の読谷村海外移住者子弟研修生として、ブラジルから来ました。年齢は24歳です。

7月から約5ヶ月間、読谷村で研修を受けることになりました。日本語と沖縄の文化（三線・太鼓・陶芸など）を習います。沖縄ではいろんな所へ行きたいです。ブラジルへ帰ったら、みんなに沖縄の文化を伝えたいです。みなさん、どうぞよろしくおねがいします。

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している方へ

【毎年8月は現況届提出の月です】

～平成24年度 児童扶養手当・特別児童扶養手当 現況届～

児童扶養手当・特別児童扶養手当の受給資格者は、前年度の所得の状況と8月現在の子どもの養育状況を確認するために現況届の手続きが必要となります。下記の日程で現況届の受付を行いますので、期間内の手続きをお願いします。届出をしないと、受給資格があっても8月以降の手当の支給を受けられなくなります。

※同時に母子父子医療費助成の手続きも行います。手続きが必要な方へは通知いたします。

期間：児童扶養手当 8月8日(水)～28日(火) (※土日、祝日を除く)

特別児童扶養手当 8月13日(月)～28日(火) (※土日、祝日を除く)

時間：9時30分～11時30分/13時30分～16時30分

場所：役場1階会議室 (こども未来課となり)

児童扶養手当って?…父母の離婚などにより、父(母)と生活をともにできない児童の母(父)や父母にかわって児童を養育している人に対し、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。

特別児童扶養手当って?…身体や精神に障害のある20歳未満の児童の父もしくは母、又は父母にかわってその児童を養育している人に対して手当を支給し、児童の福祉の増進を図るための制度です。

お問い合わせ：こども未来課 子育て支援係 ☎ 982-9240

母子及び父子家庭等医療費助成を受給している方へ

【毎年8月は現況届提出の月です】

～平成24年度 母子及び父子家庭等医療費助成 現況届～

母子及び父子家庭等医療費助成の受給者は、前年度の所得の状況や現在の養育の状況について確認するために、現況届の手続きが必要となります。下記の日程で現況届の受付を行います。届出をしないと、受給資格があっても8月以降の医療費の助成を受けることができなくなりますので期間内の手続きをお願いします。

期間：8月8日(水)～28日(火) (※土日、祝日を除く)

時間：9時30分～11時30分/13時30分～16時30分

場所：役場1階会議室 (こども未来課となり)

母子及び父子家庭等医療費助成って?

母子家庭、父子家庭及び父母にかわって児童を養育している家庭に対し、その生活の安定と自立を支援し、福祉増進を図るため医療費の一部を助成するものです。

お問い合わせ：こども未来課 子育て支援係 ☎ 982-9240

8月6日より 読谷村就労支援窓口

「グッジョブサポート読谷」が開設します。

読谷村では村内の求職者および事業者向けの総合支援窓口を開設し、専門資格をもったスタッフ(社会保険労務士、キャリアコンサルタント等)による週2回の就労相談や面接相談、個別密着就職支援プログラムなどの各種サポートを行います。皆様、お気軽にご相談ください。

場 所：読谷村役場2階 商工観光課前「グッジョブサポート読谷」相談室

対 象：読谷村にお住まいの求職希望の方

相談時間：8月6日(月)～ 毎週月曜日・木曜日 10時～17時

利用方法：相談を受けるには電話予約が必要となります。

お問い合わせ 読谷村役場 商工観光課 ☎982-9216

平成24年度 介護予防講演会

口から始める健康づくり

～ いつまでも美味しく食べるために ～



最近「固いものが食べにくい」「むせやすい」ということはありませんか？これは、かむ力や飲み込む力の低下が原因と考えられます。お口の機能低下は、心身全体に悪影響を及ぼし、寝たきりを招く恐れもあります。

介護予防講演会では、お口の健康づくりについて、分かりやすくお話しします。



日 時：9月6日（木）午後2時～4時 受付午後1時30分～

場 所：読谷村文化センター 中ホール

対 象：村内在住の65歳以上の方および介護予防に関心がある方

講 師：伊波歯科医院 院長 伊波 徹氏

参加費：無料



参加申込 読谷村役場 福祉課 老人福祉係 ☎982-9209
地域包括支援センター ☎982-9234

職場に保険証を返した皆さんへ！

職場をやめて、保険証を返したあと、国民健康保険への加入手続きがまだの方はいらっしゃいませんか？
国民健康保険への加入手続きは、職場や役場が行うものではなく、ご自身で行わなくてはなりません！

※代理申請は可能です。

また、退職日から15日以内に手続きをしないと、原則として医療費を10割負担しなくてはなりませんので、手続きがまだの方は、お早目にお済ませください。

国民健康保険加入手続きに必要なもの

- ① 健康保険資格喪失証明書…職場の健康保険を脱退したという証明書。職場が発行します。
なお、被扶養者がいた場合は、その方の氏名も記載されている必要があります。
- ※離職票ではありません
- ※喪失証明書については、以前の職場へお問い合わせください
- ② 印かん…認印でも可。
- ③ 委任状…ご家族以外の方が申請にいらっしゃる場合のみ必要です。様式は自由です。

お問い合わせ：役場1階 健康保険課 ☎982-9212

めざせ！健康ゆんたんざ

心は元気ですか？心のメンテナンスはできていますか？

ストレスがたまっても、なかなか自分では気づきにくいものです。たまってくると、気持ちや身体の状態、生活パターンなどにいつもとは違う変化が出てきます。

こうした、いつもとは違う感じが出てきたら注意するようにしましょう。

- 毎日の生活に充実感がない
- これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
- 自分が役にたつ人間だと思えない
- わけもなく疲れたような感じがする
- 眠れなくなった、食欲がなくなった

参考資料：厚生労働省 ころもメンテしよう より

上の項目のうち、2項目以上が2週間以上続いていて、そのためにつらい気持ちになったり、毎日の生活に支障がでたりしている場合には、一度心の専門医への受診をお勧めします。

いきなり病院への受診は抵抗があるという場合は、かかりつけ医などにご相談されることをお勧めします。

誰でもかかる病気として知られるようになってきた「うつ病」ですが、ストレスとなる出来事や状況が関連しているようです。例えば、

- ① 仕事による多忙や過労
 - ② 精神的な打撃
 - ③ 転職や異動、昇進
 - ④ 生活の困窮や借金などの経済的な問題
 - ⑤ 近親者の病気や死
 - ⑥ 家庭内の不和や葛藤
 - ⑦ 引っ越し
 - ⑧ 失恋などの異性問題
- などがあります。



うつ病になる要因を見ると、誰にでも起こりうることはばかりです。

そして、落ち込んだり、物事に悲観的になったりすることは、日常的にあることで、誰にでもある感情です。

心身の健康を保つためには、ストレスをためないことが大切ですが、もしストレスがたまったり、心が弱っているとき、心が重いときには、1人で悩まないで誰かに相談してみましょう。

心の問題を解決するには、よき相談相手を持つことが一番です。

読谷村役場の心の相談窓口・・・役場1階（7番窓口）福祉課 ☎ 982-9209

お問い合わせ：役場1階（9番窓口）健康環境課 成人保健係 ☎ 982-9211



～こども・みらい通信～

「みんなの歯とお口の健康を守ろう」②

～妊婦の歯を守るために大切なこと～（妊娠期の口の変化と、歯周病の影響）

妊娠によって女性の体は、外見はもちろん目に見えない体の中や生活も変化していきます。そして、この変化をきっかけとして歯や、歯肉にも問題が起きています。今回は、お口の変化と、歯周病の影響について説明したいと思います。

妊娠中のお口の変化



◆つわり

妊娠初期はつわりを経験する方が多く、歯ブラシを口に入れてしっかり磨けなくなってしまうこともあります。また、1度にたくさん食事をとれない方はちょこちょこ食事を摂ってしまうため、お口の中を清潔に保てなくなってしまうます。

◆お口の中が酸性になりやすい

妊娠中は、お腹が大きくなり胃が圧迫され1度にたくさん食べられなくなってしまうため、食事回数が増えてしまう事がります。その都度歯みがきをしないと、お口の中が酸性になってしまい虫歯になりやすくなってしまいます。

◆ホルモンバランスの変化

妊娠に伴うホルモンバランスの影響で、全身的に腫れぼったくなることがあります。そのため、歯肉が腫れたり出血することがあります。

◆だ液の分泌量が低下

お口の中のコントロールに重要なのが、だ液です。妊娠するとだ液の量が減り、お口の中が乾燥しやすくなります。こまめに水分補給をしましょう。

上記の変化により、正常なお口の状態を維持できない状況になってしまう事もります。放っておくと、歯周病や、虫歯、口臭が発生する事もります。



歯周病の影響



重い歯周病にかかった妊婦さんは、早産や低体重児を産むリスクが高いと報告されています。

歯周病にかかった歯周病組織が作りだす炎症物質が血液中に入り込み、子宮の収縮に関係しているためだと考えられます。また、歯周病菌の毒素が歯周ポケットから血液中へ入り込むことで、血液の炎症物質を増やすことも関係していると考えられています。

体調が安定したら、歯の健診を受けましょう。

お問い合わせ：役場1階 こども未来課 ☎982-9240

生ごみ処理容器コンポストの販売について

生ごみを堆肥化して活用したい！ごみの量を減らしたい！
そんな方にお知らせです。

読谷村では、ごみ減量化を推進するため、生ごみ処理容器コンポストの販売を行っています。

ご興味のある方は読谷村役場 健康環境課までお問い合わせ下さい。

- ・農村型底なし埋め込みタイプ
- ・価格 1,500円（平成24年6月現在）

お問い合わせ：読谷村役場 健康環境課 ☎982-9214



健康カレンダー

【こども未来課からのお知らせ】 ☎ 982-9240

●乳児一般健康診査

1歳の誕生日までに前期・後期に各1回受診できます。
 期日：8月26日（日）
 場所：生き活き健康センター 2階
 受付時間：9時～10時45分、13時～14時15分
 対象：（前期）生後3～5ヶ月のお子さん、
 （後期）生後9～11ヶ月のお子さん
 ※対象者へは通知を送付いたします。
 内容：問診、身体測定、尿検査、貧血検査、小児科診察、
 保健相談、栄養相談、歯科相談（午前中のみ）

●1歳6ヶ月児健康診査

2歳の誕生日までに1回受診できます。自宅で使用しているマイカップ、マイ歯ブラシを持参してください。
 期日：8月8日（水） 対象者：平成23年1月生まれ
 次回：9月12日（水） 対象者：平成23年2月生まれ
 場所：生き活き健康センター 2階
 受付時間：13時～14時
 内容：問診、身体測定、尿検査、貧血検査、小児科健診、
 歯科健診、歯磨き指導（フッ素塗布）、保健相談、
 栄養相談

●2歳児健康ひろば

3歳の誕生日までに1回受診できます。自宅で使用しているマイカップ、マイ歯ブラシを持参してください。
 期日：8月9日（木） 対象者：平成22年5月生まれ
 次回：9月13日（木） 対象者：平成22年6月生まれ
 場所：生き活き健康センター 2階
 受付時間：13時～14時
 内容：問診、身体測定、歯科健診、歯磨き指導（フッ素塗布）、保健相談、栄養相談

●3歳児健康診査

4歳の誕生日までに1回受診できます。自宅で使用しているマイカップ、マイ歯ブラシを持参してください。
 期日：8月7日（火） 対象者：平成21年1月生まれ
 次回：9月11日（火） 対象者：平成21年2月生まれ
 場所：生き活き健康センター 2階
 受付時間：13時～14時
 内容：問診、身体測定、尿検査、目の検査、耳の検査、
 小児科健診、歯科健診、
 歯磨き指導（フッ素塗布）、保健相談、栄養相談

●4歳児歯科健康診査

4歳～5歳の頃は色々な種類のおやつが食べられるようになり、虫歯がしやすい時期です。ブラッシング指導とフッ素塗布で生え始めた永久歯を虫歯から守りましょう。自宅で使用しているマイカップ、マイ歯ブラシを持参してください。
 期日：8月18日（土）・19日（日）
 場所：読谷村文化センター 中ホール
 受付時間：18日（土）13時30分～15時
 19日（日）9時～11時
 対象：平成19年4月2日から平成20年4月1日生まれ
 内容：歯科健診、はみがき指導、フッ素塗布、栄養相談、
 保健指導
 （保護者のみ先着30名/1日 フッ化物洗口体験）

●DTP予防接種

期日：8月15日（水）
 場所：読谷村総合福祉センター
 受付時間：14時～15時
 対象：小学校6年生 ※対象者へは通知を送付いたします。
 料金：対象年齢のお子さんであれば無料（村費負担）で接種できます。
 ※必ず親子健康手帳（母子手帳）を持参してください。



6月14日（木）、「笑三の会」の名嘉元邦子様、當山梨枝子様、石嶺元子様より、5月に行われた「笑い福いチャリティーコンサート」収益金から社会福祉協議会へ車いす10台の寄贈と子ども会育成連絡協議会へ10万円の寄付がありました。誠にありがとうございました。

寄贈を受けて、社会福祉協議会の與那覇守丈会長は、「感無量で大変嬉しい気持ちです。体の不自由な方、高齢者の為に役立てたい。」とお礼の言葉がありました。

◆香典返し	
大松比宮知知松	湾田嘉城花花田
ス千フ昌花利	橋三江サ助学雄
様三様様様様	様三様様様様
（故満様）	（故光政様）
渡具知115番地	長浜1981番地
10万円	10万円
	古堅8675番地
	10万円
	大湾458番地
	5万円
	波平174番地
	5万円
	長浜1806番地
	5万円
	喜名1971番地
	5万円

つるま市石川東恩納6271	10万円
代表取締役社長 米須 良久様	
株式会社 大米アルミ工業	
院長 玉城 修様 都屋245	10万円
医療法人 玉城ファミリークリニック	
◆寄付	

社会福祉協議会への寄付 ☎ 958-2939

ありがとうございます



図書館だより

読谷村立図書館 電話958-3113

蔵書検索アドレス

http://www.lib.yomitani.jp/WebOpac/webopac/index.do



慰霊の日関連事業 朗読&音楽コンサート

6月24日(日)に身近なことを通して平和や命の尊さを考えることを目的として行い、約30名の参加がありました。朗読はアフリカの内戦の話『アフリカの角』を行い、「今もなお戦争が起きていることを考えさせられました」と感想がよせられました。コンサートでは、「祖母の手紙」他、音楽にのせ笑いと涙の感動を味わうことができました。

朗読：稲嶺逸子氏 音楽：仲村直樹氏



《8月定例行事》

■ブックスタートおはなし会 集会室で
【0歳～乳幼児向け】*第1日曜日
☆8月5日(日) 11時～
※9月からは、10時30分になります。

■ビデオ上映会 集会室で
【一般向け】*第2木曜日
☆8月9日(木) 11時～
平成20年
「八月十五夜あしび～前編～」109分

【児童向け】*第3日曜日
☆8月19日(日) 11時～
リクエスト投票で決定した上位3作品を上映します。上映する作品は図書館内で掲示します。

■おはなし会 おはなしの部屋で
【児童向け】*第4日曜日
☆8月26日(日) 11時～

■おりがみ教室 集会室で
*第2・4土曜日
☆8月11日(土)、8月25日(土)
10時30分～ 講師：山内 源徳氏

図書館見学



村内の小学3年生の図書館見学を5月7日(月)から6月25日(月)までの期間に行い、約500名が訪れました。児童たちは館内の見学や図書の出貸・返却の体験をしました。見学時は、皆さまのご理解・ご協力ありがとうございました。

ブックスタートおはなし会

毎月第1日曜日に実施しており、絵本の読み聞かせや育児に関する相談を行っています。また、参加した子どもたちとみんなで布おもちゃで遊んだりしています。お気軽にご参加ください。



※9月からは、10時30分開始に変更となります。

～ ご理解・ご協力をお願いします ～

◎利用したい方が待っています！

お手元に、返却日の過ぎた図書館の資料はありませんか？
資料の返却忘れに気がついたら、お早めに読谷村立図書館へ返却をお願いします。

◎お願い

読谷(沖繩)に関する本等(〇周年記念誌・総会資料・〇だより)、自分史などがありましたらご寄贈をお願いします。

◎カブトムシ・クワガタMAPについて
村内における目撃情報(場所など)を図書館で集めています。村民の皆さんの情報をお寄せください。
～詳しくは図書館でお尋ねください。～

毎週水曜日 12時～「シエスタよみたんFMランチ」にて図書館情報をお届けします。【FMよみたん78.6MHz】

きゅうしょく通信

読谷村立学校給食調理場 電話982-8081

お昼ごはん、何食べる？

長い長い夏休みが始まっています。夏休みには給食がありませんので、お家の方が作ってくれるほか、自分で食べるものを選ぶ機会が多くなります。そこで、今月はお昼ごはんの選び方について考えてみましょう。



下の3人のお昼ごはんは、栄養バランスがいまいどつ。バランスを良くするには何をどう食べたらいいでしょう。また、あなたなら何をどう選びますか？



野菜不足、脂肪のとり過ぎです。ハンバーガーはトマトやレタスなど野菜が入っているものがオススメ。チーズバーガーにするとカルシウムがとれます。揚げ物のフライドポテトやチキンナゲットをサラダや野菜スープに代えると脂肪の量が減ります。飲み物は炭酸飲料ではなく、甘いお茶にしましょう。

体をつくるのに必要なたんぱく質が不足しています。甘いパンは糖分や脂肪が多く高エネルギーなので、主食にはおにぎりやサンドイッチがオススメです。サラダは野菜だけのものより、ゆで卵や豆腐、魚・肉類が入っているものを適量と、一緒にたんぱく質がとれます。あるいは飲み物に牛乳や豆乳を追加するのもよいでしょう。

ラーメンだけだとバランスが悪いので具を追加しましょう。もどした乾燥わかめ、サツとゆでたまやし・キャベツ・小松菜・チンゲン菜、缶詰のコーン、刻んだねぎ、卵などが、簡単にオススメです。野菜炒めを別に作ってラーメンの上のせてもいいですよ。汁は塩分が多いので、全部飲まないようにしましょう。

親子で作ろう

★夏におすすめおやつレシピ★ ひえひえシェイク

<材料>

牛乳…………… 100g
ヨーグルト…………… 50g
凍らせた果物…………… 50g
(バナナ、桃、ぶどうなど)
さとう…………… 味をみてから

<作り方>

- ①好みの果物を凍らせておく
- ②ミキサーに牛乳、ヨーグルト、凍らせた果物を入れる。
- ③ミキサーにかける。シェイクの出来上がり！

8月は徴収強化月間です

1学期の給食費の納め忘れは、ありませんか？未納のある世帯には、督促状を送付致します。

子どもたちの健やかな成長と学校給食運営充実のため、保護者の皆様のご理解・ご協力宜しくお願いします。

★学校給食費は、期限内に納めましょう。



ヘチマは沖縄の夏野菜の代表で、庭にも植えられています。ヘチマの葉や花に小さな穴がたくさん見られます。その犯人はヒメクロウリハムシ(写真)です。成虫の体長は6mmくらい、黒いはねのハムシです。ヘチマが大好きで、葉や花がぼろぼろになるまで食べます。幼虫は地中においてヘチマの根を食べます。植物は虫に食べられないように防

読谷の自然(194)

昆虫類 134

~ヒメクロウリハムシ~

(甲虫目:ハムシ科)

御物質をつくり、体に蓄えています。ウリ科植物に含まれるククルビタシン類(AからRまである)は苦い物質で、多くの虫はこれを嫌いますが、ウリ類を食べるヒメクロウリハムシやウリハムシにとってククルビタシン類は摂食刺激物質になっているようです。ところが、実験室で調べたところ、不思議なことにヒメクロウリハムシが好むヘチマからは強い摂食刺激物質であるはずのククルビタシン類(Bなど)は検出されていません。それなのになぜヘチマが好きなのでしょう、答えはわかっていません。

ウリ類の葉を食べるハムシにはほかに3種います。ウリハムシは全体がオレンジ色で、多くのウリ類を食べ、キュウリやモウウイ(赤ウリ)を好みますが、ヘチマにはあまりつきません。フタイロウリハムシはオレンジ色の体に黒い紋があり、野生のウリ類を好みます。クロウリハムシ(ヒメクロウリハムシに似ていますが、脚が黒いので見分けることができます)はヘチマも食べますが、主に野生のウリ類を食べます。

このように、ウリにつくハムシの種によって植物の好みが少し違います。これは、ククルビタシン類だけでなく、それぞれの植物に含まれる化学成分、また葉の表面の毛などもハムシ類の好みに重要な役割をはたしていると考えられています。

文・写真:小浜継雄
(県農業研究センター)

第三回 残波岬灯台写真コンテスト開催

~思い出の一瞬と写真に収めませんか~

【応募部門】 ・デジタルカメラ部門(3MB以上を推奨します。)
・カメラ機能付携帯電話部門(L版以上(89×127ミリ)をお薦めします。)

【応募期間】 ・平成24年7月21日から平成24年9月21日まで

【応募方法】 (1) 郵送での応募:氏名(ふりがな)、年齢、性別、住所、電話番号、職業、募集の部門、写真の題名を記入のうえ、CD-R等の記録媒体に保存した作品(3MB程度)を、次の応募先へ送付する。

※応募先 〒900-8547 沖縄県那覇市港町2-11-1 那覇港湾合同庁舎
第十一管区海上保安本部交通企画課 宛

又は
〒904-0392 沖縄県読谷村字座喜味2901
沖縄県読谷村役場 建設経済部商工観光課 宛

(2) 電子メールでの応募:パソコン及びカメラ機能付携帯電話から、氏名(ふりがな)、年齢、性別、住所、電話番号、職業、写真の題名を記載のうえ、次のアドレスに送付する。

※応募アドレス zanpa-toudai@vill.yomitan.lg.jp

【各賞】 第十一管区海上保安本部長賞(各1作品)、沖縄県知事賞(各1作品)、読谷村長賞(各1作品)

- 【応募上の注意】
- ① 各部門で3点まで応募できます。
 - ② 郵送の場合は、JPEG形式にて、CD-R等へ収納した写真データ(3MB以上を推奨)をセットで応募してください。
 - ③ 被写体の加工及び画像合成処理した作品は受け付けません。
 - ④ 応募された作品は11月中旬から、残波岬灯台資料館等で展示します。
 - ⑤ 応募された作品は返却いたしません。
 - ⑥ 応募された作品の権利は、主催者側が取得します。

【問い合わせ先】 (電話)098-867-0118(内線2613) 第十一管区海上保安本部交通企画課

【発表等】 (1) 入賞作品は、10月下旬から11月上旬に発表する。
(2) 各賞は、主催者側において、審査のうえ決定する。

【共催等】 (1) 共催 第十一管区海上保安本部、読谷村
(2) 後援 沖縄県、(財)沖縄コンベンション、読谷村観光協会、読谷村商工会、(財)海上保安協会那覇地方本部





役場からのお知らせ

代表 ☎982・9200

無料法律相談のお知らせ

総務課 ☎982・9201

無料法律相談では、村民の皆さんを対象に、弁護士や司法書士から相談内容（一般法律相談、多重債務相談、登記・相続関係相談など）に対しての対処方法や法的手続きなど、今後の対応についてのアドバイスが受けられます。相談内容に関する秘密は固く守られ一切公表されることはありません。

◆弁護士による無料法律相談

(毎月第3水曜日)

相談日時：8月15日(水)

13時～16時

場所：役場3階

受付方法：当日抽選

※先着順ではありません

抽選時間：11時

相談人数：10組

◆司法書士による無料法律相談
(毎月第1水曜日)

10月の相談日から
抽選時間が変わります。
11時→13時

相談日時：9月5日(水)

13時～16時

場所：役場3階

受付方法：電話予約または直接役場窓口での予約

相談人数：先着6組



8月は村県民税第2期分の納期です

総務課 ☎982・9206

6月にお届けした村県民税の納税通知書に1年間で使用する納付書が全て同封されています。今月は第2期分の納付書をご確認の上、8月31日(金)までに役場、および金融機関、あるいはコンビニエンスストアで納付してくださいますようお願いいたします。

ナイト健診のお知らせ

健康環境課 ☎982・9211

ナイト健診(特定・一般・長寿)があります。

※肺がん及び結核検診、胃がん検診、大腸がん検診ではありません。

日時：8月16日(木)

受付時間：18時～19時30分まで

会場：読谷村文化センター

中ホール

予約人数：70人に達し次第終了

※夕食はとらずにお越し下さい。

特定健診受診率65%達成に向けて初の試みです。平日昼間はお仕事、日曜日も家族の予定等で健診予定が立てられない方におすすめてです。ぜひお仕事帰りにお立ち寄り下さい。

予約電話：健康環境課 ☎982・9211

(月)～金 8時30分～17時15分(まで)

ご予約はお早めをお願いします。

夏休み子ども向け企画展

ドキッ・土器・ワールド

読谷村立歴史民俗資料館 ☎958・3141

期間：9月2日(日)まで

会場：読谷村立歴史民俗資料館

休館日：毎週月曜日

開館時間：9時～17時

(最終入館は16時30分まで)

入館料：大人200円(160円)・小中高生50円(40円)

(-)内金額は40名以上の団体割引。

ただし、引率者やガイドの方は人数に含まれません。

企画展「屋良朝彦絵画展

My space・イメージの形象化、5つのシリーズより」

読谷村立美術館 ☎958・2254

期間：8月12日(日)～

9月21日(金)

会場：読谷村立美術館

休館日：毎週月曜日、9月18日

開館時間：9時～17時

(入館は16時30分まで)

※8月12日は10時30分開館
入館料：出品者・読谷村民は無料です。

その他の方は大人200円(160円)・小中高生50円(40円)

(-)内金額は40名以上の団体割引。

ただし、引率者やガイドの方は人数に含まれません。

作品解説会：8月12日(日)

10時30分～

二じやいモ(被害イモ)の受付について

農業推進課 ☎982・9215

読谷村では、紅イモ振興の課題である二じやいモ(被害イモ)の減少と生産向上に繋げると同時に、二じやいモ等を炭化物等に製造し、農地の土壌改良材や新たなバイオマス利用のための試験研究施設を先進農業支援センターの一角に作りました。

そこで、農業推進課では、二じやいモを各農家の皆さまからの直接搬入により、無料で受け付けています。

搬入日：月曜日と水曜日の9時から17時まで

(12時～13時を除く)

搬入方法：袋等に詰めて袋口を閉じてください。

搬入先：先進農業支援センター

内・バイオマス試験研究施設

「Jr.救命士」候補者募集のお知らせ

二ライ消防本部読谷消防署 ☎958・2119

今年度新設された「救命入門コース」を実施し、受講者を「Jr.救命士」として認定します。

日時：9月1日(土) 9時30分～11時

場所：読谷村文化センター

中ホール

内容：「命とは？心肺蘇生法 AED」

対象：読谷村・嘉手納町・北谷町に在住の小学生(4年生～6年生)

募集人数：30名(定員に達し次第締め切り)

申し込み：読谷消防署 ☎958・2119

※当日は救急フェア同時開催

9時～13時

国・県等からのお知らせ

読谷地区矯正展の開催のお知らせ

沖縄刑務所 企画部 ☎948・1096

全国の矯正施設(刑務所や少年院)で実施されている刑務作業について、その現状と重要性を広く知ってもらおうと、受刑

者が丹精込めて製作した作業製品の紹介及び展示販売を実施します。

日時：8月25日(土)

10時～16時

8月26日(日)

10時～15時

場所：読谷村文化センター

9月11日は「警察相談の日」です。

警察では、犯罪等による被害の未然防止に関する相談、その他国民の安全と平穩についての相談に応じています。

警察総合相談室及び警察署の警察安全相談窓口その他県警察で開設している相談窓口をご利用下さい。

警察相談専門電話は「安心の警察相談 #9110」

(緊急の事件・事故以外の相談は110番通報ではなく、#9110をご利用ください)

第23回中部トリムマラソン大会

中部トリムマラソン大会事務局
 ☎032-5114

県民の体力作りと生涯スポーツの振興を図り、併せて中部広域圏の活性化を図ることを目的に開催されます。家族や友人を誘って爽やかな汗を流しませんか。

期日：11月18日(日)

※雨天決行 開会式8時30分

申込：8月25日(土)～

9月23日(日)

受付場所：沖縄県総合運動公園運営管理事務所
 9時～20時(火曜日は除く)
 沖縄ファミリーポート
 (24時間受付可能)
 インターネット

参加料：大人2,500円、小人1,500円
 ファミリー親子の部(親・子)3,000円(Ｔシャツ代・保険料等諸経費含む)

※インターネットでの申し込みは200円のプラスとなります

第21回2013おきなわマラソン「参加記念Ｔシャツデザイン」募集！

おきなわマラソン実行委員会
 ☎030-00088

おきなわマラソンのイメージアップを図るために、参加記念Ｔシャツに使用するデザインを募集しています。

応募締切：8月31日(金) 17時

まで(当日消印有効)

表 彰：優秀作品1点

(賞金20万円)

佳作2点(賞金1万円)

学生特別賞5点

(OUOカード2千円分)

応募先：おきなわマラソン実行委員会事務局に持参又は郵送

〒04-0031 沖縄市上地2-17-14

おきなわマラソン実行委員会

Ｔシャツデザイン募集係宛

発 表：10月上旬

※応募に関する規定等、詳細はおきなわマラソン実行委員会へお問い合わせ下さい。

ホームページ：
www.okinawa-marathon.com

平成25年度沖縄県農業高等学校生募集のお知らせ

沖縄県立農業高等学校
 ☎0980-52-0050

沖縄県立農業高等学校では、平成25年度の学生を募集しています。次代の農業を担う経営感覚に優れた青年農業者等新たな担い手を育成するとともに、地域の農業振興を先導する実践的なリーダーを養成することを教育の基本方針とした学校です。

願書受付期間
 ○本科(修業年限：2年)
 推薦入試・特別推薦入試
 9月3日～10月31日
 一般入試
 11月1日～12月20日

○短期養成科(修業年限：1年)
 特別推薦入試・一般入試
 11月1日～12月20日

お問い合わせ・資料請求先
 沖縄県立農業高等学校
 〒095-0009 名護市大北1-15-9
 ☎0980-52-0050

8月は北方領土返還運動強調月間です

戦後67年を迎え今なお続く北方領土問題解決のためには、わたしたち一人ひとりが、返還に向けた強い意志を世代・地域を越えて共有することが大切です。内閣府では、北方領土返還に向

けて多くの方の声をより積極的に発信していくため、「伝えたい思い」～北方領土の返還に向けて」と題した「メッセージフリップ」を活用した企画を展開しています。詳細は次のサイトをご覧ください
<http://hoppo-m-fip.go.jp/>



FMよみたん
 Community FM Radio, Yomitan Okinawa Japan
読谷村からのお知らせ
 毎週 月～金曜日
 AM9:55～10:00
 PM6:55～7:00

ニライ消防本部

救急出場及び火災・救助発生件数

▼救急出場件数 (平成24年6月)

種別	町村名		
	読谷村	嘉手納町	北谷町
火災	0	0	0
自然災害	0	0	0
水難	0	0	1
交通	6	5	16
労災	1	0	0
運動競技	2	0	0
一般負傷	20	4	9
加害	1	1	2
自損行為	0	0	1
急病	74	37	78
転院	8	1	2
その他	0	0	1
不搬送	7	8	16
月計	119	56	126
平成24年累計	841	352	705

- ▼6月 火災発生件数 1件
- ▼6月 一般救助発生件数 1件
- ▼6月 水難事故発生件数 2件
- ▼6月 風水害発生件数 0件

第47回読谷村総合体育日程

種目	大会期日	会場
読谷村陸上競技大会	9月9日(日)	読谷村陸上競技場
陸上教室	9月23日(日)	読谷村陸上競技場
読谷村駅伝大会	11月11日(日)	役場周辺スタート・ゴール



初代会は読谷村出身
花火クローマー(花火屋)あり

8/26日

午後2時～
午後9時

読谷村平和の森球場

第30回 読谷村青年 工イ谷村青年

入場無料



- 【出演団体】 長浜青年会 / 比謝青年会 / 楚辺青年会 / 古堅青年会 / 宇座青年会 / 瀬名波青年会
 波具知青年会 / 喜名青年会 / 波平青年会 / 都屋青年会 / 伊良皆青年会
 座喜味青年会 / 備間青年会 / 高志保青年会 / 波慶次青年会 / 読谷村婦人会
- 【後援】 読谷村 / 読谷村議会 / 読谷村教育委員会 / 読谷村商工会 / 読谷村観光協会
 読谷村区長会 / 読谷村老人クラブ連合会 / 読谷村婦人会 / 読谷村PTA連合会
 読谷村子ども育成連絡協議会 / 読谷村文化協会 / 読谷村青少年健全育成協議会
- 【主催】 読谷村青年団協議会

お問い合わせ: (098)982-9231(読谷村役場 生涯学習課内)

6月末の村人口

人口: 40,380 (-8)
 男: 20,062 (+14)
 女: 20,318 (-22)
 出生 [33] 転入 [102]
 死亡 [17] 転出 [126]
 世帯: 14,356 (-2)
 外国人登録者数
 人口: 363 世帯: 274
 ()内は前月比



ユクサアル ファンシ
 ゆたさある 風水
 マサル チムグクル
 優る肝心
 サチフクル ハナヤ
 咲き誇る文化や
 ガンジュウマ シマ
 健康の村