

広報

# よみたん

YOMITAN



平成23年  
2011

2 No.631

# よみたん



## 主な目次

民生委員・児童委員が改選されました …P2  
 確定申告について……………P5  
 よみたん見聞録 ……………P6  
 ゆんたんざinfo ……………P14

# 新成人おめでとう

# 民生委員・児童委員が改選

## 新委員に委嘱状を交付

民生委員・児童委員の一斉改選が平成22年12月1日（水）、沖縄市民会館において行われ、新委員に対し厚生労働大臣、沖縄県知事から委嘱状が交付されました。民生委員・児童委員は地域の住民の中から選ばれ、生活上の心配事の相談や、福祉サービスを利用するためのお手伝いなどに取り組む地域における相談・支援のボランティアです。

### 氏名 担当地区



波平 恵子  
(喜名)



喜名 正治  
(喜名)



吉田 博和  
(喜名)



安里 孝子  
(横田・シーレイク座喜味)



吉山 君子  
(親志)



謝花 政枝  
(喜名)



渡嘉敷和子  
(喜名)



比嘉 信子  
(波平・上地)



波平ケイコ  
(座喜味)



島袋 和枝  
(波平)



長浜美枝子  
(座喜味)



比嘉 恵子  
(高志保)



比嘉 節子  
(波平)



真栄田ミサ工  
(波平)



山内 源徳  
(波平・県営団地)



宮里 直子  
(波平・上地)



知花 智子  
(波平)



山内 昌武  
(儀間)



仲村 律子  
(渡慶次)



大城 千代  
(渡慶次)



仲村 美俊  
(高志保)



国吉 好美  
(高志保)



比嘉 徳信  
(高志保)



仲里 久子  
(瀬名波)



岡本 節子  
(瀬名波)



山内 春枝  
(長浜・宇座)



山内 栄子  
(宇座)



仲宗根盛康  
(宇座)



山内 常子  
(儀間)



松田 尚美  
(楚辺)



比嘉 正勇  
(楚辺)



池原 節子  
(楚辺)



古堅テル子  
(都屋)



古堅 清子  
(都屋)



銘苺 朝健  
(長浜)



上間 百代  
(大添)



友利 初美  
(大添)



山内 秀  
(大添)



上地千賀子  
(楚辺)



松田 節夫  
(楚辺)



港川 七恵  
(楚辺)



砂辺 政子  
(比謝・県営団地)



宮平 裕子  
(伊良皆)



平良喜代子  
(伊良皆)



照屋 明美  
(伊良皆)



長濱 宗賢  
(大木)



伊佐ちえ美  
(大木)



池原 直子  
(古堅)



伊波 禮子  
(古堅)



松田 節子  
(大湾)



結城スミ子  
(大湾)



大城 政子  
(比謝)



西平 朝二  
(比謝)



佐渡山安公  
(大湾・比謝町)



長浜 静恵  
(大木・長田)



仲宗根典子  
(牧原・比謝)



波平 稔  
(渡具知)



松田 菊成  
(渡具知・古堅)



池原 頼子  
(古堅)



大城千鶴子  
(村全域)



城間 広次  
(村全域)



山内 正幸  
(村全域)

新役員は次のとおり

会長 仲宗根 盛康  
副会長 西平 朝二  
副会長 山内 秀  
書記 砂辺 政子

※民生委員・児童委員に関するお問い合わせは  
村社会福祉協議会  
☎958-2939 まで

# 第47回成人式



第47回読谷村成人式典が1月9日(日)に文化センター鳳ホールで開催されました。今年の新成人は51名(男性29名、女性22名)で、当日参加者は423名(男性218名、女性205名)で、会場周辺には真新しいスーツや艶やかな振り袖を身にまとった新成人が集まりました。

「未来を切り開いてくれることを心から願っております」と激励しました。

新成人からは代表として松田大樹さんと町田亜希さんが答辞で「これから私たちがぶつかりていく困難一つ一つにしっかりと向き合い、責任ある行動と強い精神力で乗り越え、成長しながら豊かな人間社会を作っていきたいと思います」と決意を述べました。式典後のアトラクションの部で、思い出のビデオアルバムや恩師からのメッセージが写されると新成人たちは当時に思いをはせていました。

舞台上では琉球残波によるマーチングやYAKUBAファミリによるストリートダンスが披露され、華を添えました。

また、新成人による10秒メッセージにて、成人式実行委員会は、重い心臓病のため、渡米して心臓移植手術を受ける必要がある浦添市の要美優(かなめみゆ)さんへの募金を呼びかけ、5万5330円が集まり、「美優ちゃんを救う会」へ寄附されました。



# 県童話・お話大会で最優秀賞・優良賞を受賞



# 読高JRC部と喜名小児童会が日本赤十字へ寄付

読谷高校JRC部が第36回読谷まつり会場内で手作りの募金箱を使って募金活動を行い、2万7278円の寄附がありました。また、喜名小学校児童会からも1万円の寄附があり、総額3万7278円が日本赤十字社へ寄附されました。この募金は海外の被災した地域の救援に使われます。大変ありがとうございました。

第61回沖縄県童話・お話大会が12月3日(金)、宜野座村で開催され、古堅南小学校5年生の塩川慎一郎君が最優秀賞を、4年生の照屋綺恵さんが優良賞を受賞しました。塩川君は「つながる命」という題で、祖母の家の仏壇で曾祖父の写真を見てご先祖様から命のつながりが受け継がれていることを感じ、命を大事にしているとう決意した内容です。照屋さんは「三線で金しよつをとったよ」の題で、三線の金賞課題曲「うんな節」の試験に合格するまでの気持ちを描いた内容です。



## 平成23年度 村・県民税兼国民健康保険税申告受付のお知らせ

今年も村・県民税の申告をしていただく時期になりました。平成22年分（平成22年1月1日から平成22年12月31日まで）の所得について送付された申告書に記入し、申告期間内に提出して下さい。**収入がない方でも、各種証明（所得証明書・課税証明書等）の交付、国民健康保険税の軽減措置や高額療養費の支給、国民年金保険料の免除申請及び各種手当の受給ができなくなるなど不利益をこうむる場合がありますので、必ず申告書を提出して下さい。**

また、郵送でも受け付けます。郵送される方は申告書の内容について後日お電話で確認させていただく場合がありますので、必ず連絡先を記入して下さい。

●申告書を提出しなくてもよい方

- ①所得税の確定申告書を沖縄税務署に提出する方
- ②65歳以上の公的年金収入のみの方で、年間の年金収入が148万円以下の方
- ③前年給与収入のみの方で、勤務先から「給与支払報告書」が読谷村役場へ提出されている方

### 平成23年度 村・県民税兼国民健康保険税申告受付日程表

受付日	指定区域	申告場所及び受付時間
2月16日（水）	喜名	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">受付場所</div> 役場1階村民ホール <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">受付時間</div> 9時～11時 13時～16時30分 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">受付期間</div> 2月16日（水）から 3月15日（火）まで ※土・日は除く
2月17日（木）	座喜味・親志	
2月18日（金）	伊良皆	
2月21日（月）	上地・波平	
2月22日（火）	高志保	
2月23日（水）	都屋・渡慶次・儀間	
2月24日（木）	宇座・瀬名波	
2月25日（金）	長浜	
2月28日（月）	楚辺・大添	
3月1日（火）	渡具知・比謝・牧原	
3月2日（水）	大湾・比謝砦	
3月3日（木）	古堅	
3月4日（金）	大木・長田	
3月7日（月）～15日（火）	指定日に申告できなかった人	

※今年から各字公民館での移動申告受付が廃止されましたので、混雑をさけるため地域別に指定日を設けました。申告期限間近になりますと大変混み合い、待ち時間が長くなりますので、指定日での申告にご協力をお願いします。

### 村・県民税の移動申告相談会（公民館での申告受付）を廃止しました

これまで、申告受付期間における住民サービスの一環として移動申告相談会を「23字」すべての公民館において実施してきましたが、年々公民館における受付申告数は減少しています。

これに対し、年々役場での受付申告数は増加しています。

これらの事情から、申告受付を役場に一本化することとしました。

身近な公民館を利用してきた地域住民の皆様には不便をおかけしますが、公民館では取り扱いができなかった所得税の還付申告等も含め、待ち時間の少ない申告案内ができるよう努力してまいりますので、村民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

お問い合わせ：役場1階税務課

☎982-9206

# 貝南録

## 読谷村農漁村生活研究会が農業改良普及事業功労者表彰を受賞

農民生活の改善に関する技術や知識の普及事業が県内で始まって60周年の節目を祝う式典が平成22年11月2日(火)、ホテル日航那覇グランドキャッスルで開催されました。功労者として読谷村農漁村生活研究会(以下、生活研究会)に県知事から表彰状が贈られました。

受賞を受け、山内副会長は「ここまで生活研究会を続けてきてよかった、これからもがんばって活動を続けていきたい」と受賞の感想を述べました。生活研究会は、自家製のトーマミー味噌、イカの燻製等の販売を通じて生活改善や農産物加工技術の習得等の面から村づくりの推進を図る組織です。活動の一環として、毎週金曜日に新鮮な農作物等を販売する「ゆいゆう市」を開催しています。

**場所:** 読谷村農村女性の家(読谷村生き生き健康センター隣)

**日時:** 毎週金曜日(公休日は休み) 4~9月は15時~18時 10~3月は15時~17時30分



## 「介護の日」記念ふれあいタオルの寄贈

多くの方々が介護を身近なものとしてとらえ、それぞれの立場で介護に関わることを目的に、毎年11月11日の「介護の日」に未使用タオルを寄贈する「ふれあいタオル事業」が今年も実施されました。村内では古堅南小学校・読谷中学校・古堅中学校の3小中学校から405枚の未使用タオルが読谷村社会福祉協議会へ寄贈されました。

今回寄贈されたタオルは生徒の手によって村内7箇所の福祉施設へ配布されました。ご協力誠にありがとうございました。



## ニライ消防出初式

1月6日(木)、平成23年比謝川行政事務組合ニライ消防出初式がニライ消防本部で挙行されました。式典では宮城篤実管理者が式辞で消防関係者を激励したほか、消防職員・消防団員への表彰や消防職員による意見発表が行われました。

式典終了後は、交通救助などの展示訓練が行われたほか、出初め式の締めとして6本のホースから色とりどりの一斉放水が行われました。



## ～3月は国民健康保険証切り替えの時期です～

保険税を納付期限内(平成23年2月28日まで)に全額完納されている世帯には保険証を送付します。

読谷村の国民健康保険加入者が現在お持ちになっている保険証の有効期限は、平成23年3月31日までです。

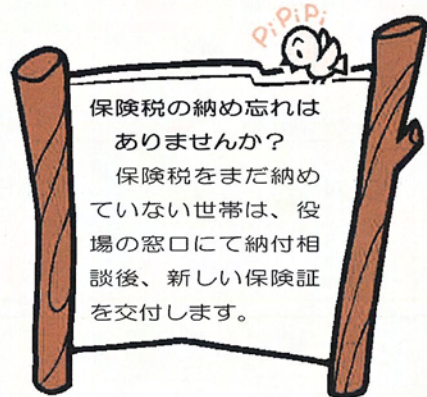
今までの保険証は、有効期限を過ぎたら使用できませんので役場健康保険課に返すか、各自で処分してください。

新しい保険証は、平成23年2月28日までに保険税を完納した世帯に限って、3月中に郵送します。保険証が届いたら今お持ちの保険証と差し替えて使用してください。

※ 保険税を完納した方で、役場窓口で直接切り替えを希望する場合は、2月25日までにご連絡下さい。

● 次の場合は役場の健康保険課の窓口での切り替えになります。

- ① 保険税の未納がある世帯(3月1日以降に完納した世帯も含まれます。)
- ② 他の市町村に転出した学生の方や施設入所者  
(切り替えの際には在学・入所等の証明書を必ず持参のうえ、手続きをお願いします)  
※ 期間：3月14日～31日



## 70～74歳の方へお知らせ

病院の窓口で、かかった医療費の1割を負担している方の自己負担割合は、平成23年4月から2割に変更される予定でしたが、この措置がさらに1年間凍結されることになりました。これにより平成24年3月末まで、1割に据え置かれます。(※3割負担の方は、変更はありません。)

平成23年3月31日まで1割



平成24年3月31日まで1割

(ただし、平成23年8月に前年の所得をもとに負担割合の見直しを行い、変更になる場合もあります。)

▼ 3月に、記載内容を変更した新しい『高齢受給者証(水色)』を郵送します。

届きましたら現在お持ちの受給者証は、各自で処分してください。

※ 現役並みの所得がある方で、すでに3割負担の方は除きます。

※ 後期高齢者医療制度の対象となる、一定の障害があると認定された方は除きます。

お問い合わせ：役場 1 階健康保険課 ☎982-9212

平成23年春季全国火災予防運動 3月1日(火)～3月7日(月)

## 「消したかな」あなたを守る台言葉

(火の用心7つのポイント)

あなたの家庭は大丈夫ですか? さあ、チェックしてみよう!!

- |                                               |                                                |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 家のまわりに燃えやすい物を置かない。   | <input type="checkbox"/> 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。 |
| <input type="checkbox"/> 寝たばこやたばこの投げ捨てをしない。   | <input type="checkbox"/> 暖房機器等に燃えやすい物を近付けない。   |
| <input type="checkbox"/> 天ぶらを揚げるときは、その場を離れない。 | <input type="checkbox"/> 出掛ける前にガスの元栓を再確認する。    |
| <input type="checkbox"/> 子供にマッチやライターで遊ばせない。   |                                                |



【お知らせ】

住宅火災による死者の発生を防ぐことを目的に、**住宅用火災警報器の設置が義務付けられました!**  
新築住宅は平成18年6月1日から施行され、既存住宅においても平成23年6月1日から設置が義務化されます。火災を防止するには、私たち住民一人ひとりの心がけが大切です。早めに設置し火の取扱いには十分注意しましょう!!



大切な家族を守る  
**住宅用火災警報器を設置しましょう**

ニライ消防本部

お問い合わせ：ニライ消防本部 ☎956-1115

## 国民年金、厚生年金のご相談と手続き先



### 国民年金の第一号被保険者は市区町村で

自営業者などの国民年金の第一号被保険者の方の年金の相談と各種の届出、手続き先は、お住まいの市区町村の国民年金の窓口となっています。

### サラリーマンとその被扶養配偶者の方は

厚生年金の加入者の方（国民年金の第二号被保険者）とその被扶養配偶者の方（国民年金の第三号被保険者）の年金の手続きは、勤め先の事業主の方が行いますので、ご自身で行う必要はありません。

### ねんきんダイヤル

国民年金、厚生年金の相談は、ねんきんダイヤル（☎0570-05-1165）をご利用下さい。固定電話からは、市内通話料金のみで利用できます。IP電話・PHSからは（☎03-6700-1165）となります。

受付時間：月は8時30分～19時、火～木は8時30分～17時15分、第二土曜日は9時30分～16時まで。  
なお、「ねんきん定期便」および「厚生年金加入記録のお知らせ」に関するお問い合わせについては「ねんきん定期便専用ダイヤル」（☎0570-058-555（IP電話・PHSからは03-6700-1144））をご利用下さい。

### コザ年金事務所

面談による国民年金、厚生年金の相談をご希望の方は、加入者、受給者の方ともに、コザ年金事務所をご利用ください。両方とも、受付時間はねんきんダイヤルと同じです。

### その他

年金の相談・手続きにお出かけになる際には、年金手帳または年金証書、公的機関が発行した身分証と印鑑をご持参ください。とくに代理人の方は事前に必要な書類を確認してください。

お問い合わせ：コザ年金事務所 ☎933-3437 役場1階住民年金課 ☎982-9207

## 野焼きは禁止です



野焼き（野外焼却）は、ダイオキシン（ビニールなどを燃やした時に出る有害物質）対策のため、国の法律により、構造基準を満たした焼却炉で適正に焼却する場合を除いて、野外での廃棄物の焼却が禁止されています。違反者には、『5年以下の懲役若しくは1000万円以下の罰金』の両方が科せられる可能性があります。

周辺の生活環境や、住民の健康に害をもたらす恐れのある焼却行為は行わないようにして下さい。

ただし、次のような場合は、政令で例外とされています。

政 令	具 体 例
国又は地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却	河川敷の草焼き、道路側の草焼き
震災、風水害、火災その他災害の予防応急対策又は復旧のために必要な廃棄物の焼却	災害等の応急対策、火災予防訓練
風俗慣習上又は宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却	正月の「しめ縄、門松等」を焚く行事、卒塔婆の供養焼却
農業、林業又は漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却	焼き畑、畔（水のほとり）の草及び下枝の焼却
たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であって軽微なもの	落ち葉焚き、たき火、キャンプファイヤー

※上記の焼却に廃材やプラスチック類が混ざらないように気をつけて下さい。

また、野焼き禁止の例外規定とされた行為であっても、生活環境上支障を与え、苦情等のある場合は、改善命令や各種の行政指導の対象となります。

お問い合わせ：役場1階 健康環境課環境係 ☎982-9214



## ～こども・みらい通信～ 乳幼児期の健康づくり⑥

## 「乳歯と歯みがき」について

乳歯は個人差はありますが、6～8ヶ月頃に下の前歯から生え始めて、上下10歯ずつ合計20歯生えてきます。とても虫歯になりやすいのが特徴ですが、生まれたての赤ちゃんの口の中には虫歯をつくる虫歯菌は存在せず、保育者である両親のだ液の中の虫歯菌からうつることが多いと言われています。虫歯菌をうつさないためにも、歯ブラシやスプーンを共有するのは避けましょう。



乳歯が虫歯になると食べ物をうまく噛めなかったり、発音にも影響を与えることがあります。また、5～6歳頃から生えてくる永久歯の歯並びが悪くなったり、全身性の疾患の原因となることもあります。

乳歯を虫歯から守るために、小さい頃から歯みがきの習慣をつけていきましょう。また、歯みがきの習慣とともに、正しい食生活を心がけましょう。頻繁な間食やだらだら食べは、口の中が虫歯になりやすい環境になります。定期的な歯科検診やフッ素塗布を受けたり、キシリトール等を活用することもおすすめします。

## ☆歯の生え方と磨き方☆

(6～9ヶ月頃)

下の前歯が生えてくる頃です。

乳幼児は口の中がとても敏感なので、はじめはスキンシップの一環として口の周りを触られることに慣れさせていきます。歯の数を数えてたり口の中を観察するのもいいでしょう。下の歯が生えてきたらガーゼ等使って軽く汚れをふき取っていきましょう。

(9～10ヶ月頃)

上の前歯が生えてくる頃です。

上の歯は下の歯と比べてだ液が届きにくく、歯についた汚れは自然に落ちません。この頃から歯ブラシを使って磨いていきましょう。歯ブラシは乳児用の歯ブラシを使い、1本ずつやさしく磨きましょう。1本5秒くらいで十分です。歯みがきを嫌う原因となるので強く磨いたり、長時間磨いたりするのは避けましょう。

(1歳2ヶ月～1歳6ヶ月頃)

奥歯が生えてくる頃です。

奥歯は溝があり汚れがたまりがちです。1日1回、寝る前に仕上げ磨きをしてあげましょう。

(2歳6ヶ月～3歳頃)

上下の歯が20本生え揃ってくる頃です。

子供自身にも歯ブラシでみがく練習をさせ、歯磨きを習慣づけましょう。ただし、最後は大人が仕上げ磨きをしましょう。

お問い合わせ：役場1階こども未来課 ☎982-9240

## 沖縄税務署から署外申告会場の設置についてのお知らせ

沖縄税務署の平成22年分の確定申告会場は下記のとおり署外に設けております。来場される方は場所・期間をご確認のうえ早目の申告・納税にご協力ください。

○ 沖縄税務署

設置場所：「沖縄商工会議所ホール」

設置期間：2月1日～3月15日※土日・祝日を除く

《受付時間》9時～16時

※会場の混み具合によって受付終了時間が早まる場合があります。

※3月7日～15日までは、申告会場が大変混み合い、受付までに半日以上かかる場合もありますので早めの申告をお願いします。

お問い合わせ：沖縄税務署 ☎938-0031 (自動音声番号2)

国税庁ホームページのアドレスは、<http://www.nta.go.jp/>です。



## めざせ！健康ゆんたんざ

## 「日常ながら運動のすすめ」！

2011年がスタートして1ヶ月が経ちました。村民の皆様においては、様々な年頭の決意があったことと思います。その中でも、「今年は痩せる！」と決意した方は大勢いるのではないのでしょうか？

でも、三日坊主に終わってしまった…誰にでも経験があると思います。痩せるために努力し、目標体重に近づいたのに、安心してしまってぐうたら生活に戻る…。「うんうん」とうなずく、そのあ・な・た！今年は無理のない運動をしてみませんか！

そこで**非日常な運動よりも、毎日できる「日常ながら運動」をおすすめします！！**

日常的に運動する機会があれば理想的ですが、仕事や子育てで忙しく自分の時間も持てない…等、なかなか運動出来ない理由がありますよね。運動は、実は10分程度に小分けしても十分効果があるといわれています。自分の都合に合わせた「～しながら」の「ながら運動」を毎日の生活に取り入れてみませんか？

## ポイント1：段階的に運動を生活習慣に取り入れる！

第1段階 \*生活習慣を根本的に変えないで、そのまま生かす！

例：いきなり階段の上り下りをエレベーターから階段に変えるのではなく、エレベーターの中で、さり気なく、かかとの上げ下げをしたり、膝を軽く曲げてそのまま維持する。

第2段階 \*現状の生活習慣を見直し、できるところから少しずつ改善していく！

例：職場・スーパー等の駐車場は、なるべく遠くに駐車する。優先的に階段を利用する。

第3段階 \*生活の中で運動を意識する！

例：階段は素早く上がる。二段跳びにする。階段を見たら「運動のチャンス」と思いこむ。

第4段階 \*生活における合理性、効率性、利便性といった価値観をとらえ直す！

例：車での移動を、可能な範囲で徒歩にかえる。

第5段階 \*ある程度目的を決め、自分の生活行動パターンを分析する。

「最もやり易いのは何か、いつか、どこか」をよく把握して、ほとんど意識しないでいつの間にか生活に取り入れる。つまり、歯磨き、入浴、化粧、整髪などのように真の意味で運動を生活習慣にする。



## 上の段階を踏まえたら、他の方が実践していることをちょっと参考にしてみましょう！

## ポイント2：他人が実践している運動を真似て、自分のスタイルを見つける！

- ① 信号待ち・電話中・歯磨き中・キッチンでの洗い物中⇒かかと上げ下げ運動
- ② 気がついた時には⇒気をつけ姿勢・背筋を伸ばす
- ③ 階段の上り・移動中⇒つま先立ちで上る、つま先立ちで歩く
- ④ 買い物中⇒カートを使わず、重くてもかごをもつ
- ⑤ デスクワーク中⇒膝を閉じて座る
- ⑥ 職場で移動中⇒大股で歩く・歩きながらお尻をキュッと引き締める
- ⑦ 順番待ち中⇒椅子があっても座らない。壁を利用して太ももを床や地面に並行にして「空気椅子」
- ⑧ 外出先のトイレ⇒洋式よりも和式を選ぶ



日常ながら運動に興味を持った方は、以下の参考図書やサイトを御参考に、是非ご自身に合った「日常ながら運動」を見つけて下さいね。運動の組み合わせやどの筋肉に効くか、目的別ながら運動の種類等細かな運動指導も検索できます。

健康づくりは、自分の身の丈に合った、日常生活の延長線上で無理なく継続して行えることが理想です。「自分は密かに鍛えているのだ！」といった自己満足スタイルで、気負わず、今すぐ実践してみましょう！

\*参考図書「長野茂著者 日常ながら運動のすすめ 講談社+α新書」

\*インターネットでの検索 <http://www.dumbbellers.net/nagara/nagara.html>

お問い合わせ 役場1階 健康環境課健康づくり係 ☎982-9211

## 今年こそ飲酒運転ネーナサヤー

平成22年中、嘉手納警察署館内の飲酒運転検挙件数69件の分析結果

嘉手納町内・・・23件(町内のほぼ全域で検挙)

読谷村内・・・46件(県道6号線に面した伊良皆・大木・楚辺で25件)

- ① 飲む前に肝に命じて・・・「飲酒運転しません」
- ② 酒を飲んでの運転がもたらす、一生償いの日々
- ③ 運に任せるな、自分の行動に責任を持ちましょう
- ④ 転ぶ前に考えて！家族の笑顔を守る為に・・・
- ⑤ 根を広げよう、私たちの街の交通安全活動の輪
- ⑥ 絶対にしません飲酒運転、私の元旦の誓いです

嘉手納警察署・嘉手納地区交通安全協会



# 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2回受診できます。  
 期日：2月27日(日)  
 場所：生き生き健康センター 2階  
 受付時間：9時～11時、13時～14時30分  
 対象：生後3～5ヶ月、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：2月9日(水) ※平成21年7月生まれ  
 3月9日(水) ※平成21年8月生まれ  
 場所：生き生き健康センター 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：2月10日(木) ※平成20年11月生まれ  
 3月10日(木) ※平成20年12月生まれ  
 場所：生き生き健康センター 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：2月8日(火) ※平成19年7月生まれ  
 3月8日(火) ※平成19年8月生まれ  
 場所：生き生き健康センター 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、歯科健診、小児科健診、歯磨き指導(フッ素塗布)、保健相談、栄養相談

●こども健康相談

こどもの身体面や育児上お困りの方のために“こども健康相談”を設けています。お気軽に来所ください。  
 期日：2月21日(月)  
 場所：役場1階健康環境課前相談室A  
 時間：9時～16時  
 内容：こどもの発達、予防接種、身体測定などの相談

●こども心理発達相談

心の発達面が気になる方のために、こども心理発達相談を設けています。心理相談員がご相談に対応します。毎月一回の完全予約制になっています。  
 場所：役場1階健康環境課前相談室A  
 内容：こどもの心の発達や言葉の遅れなどの相談

●のびのびクラブ(親子の遊びの教室)

乳幼児健診等を受けたあと、遊びを通してお子さんの成長と一緒に確認し、より、その子にあった子育てを保護者と一緒に考えていく場としてのびのびクラブを開催しています。毎月一回の予約制です。

●子育てサポート情報

- ・読谷村子育て支援センター ☎958-3025  
親子で参加できます。たくさんのお友達と遊んで集団生活に慣れることができます
- ・つどいの広場 ☎957-3370  
0歳～3歳までの親子が一緒に遊べます
- ・子育て支援サポートくるくる ☎090-6869-6860  
有償で一時預かりできます

●ポリオ予防接種

期日：2月16日(水)～17日(木) ※生後3ヶ月から7歳6ヶ月未満  
 場所：総合福祉センター  
 受付時間：13時50分～15時  
 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。  
 ※必ず母子健康手帳(親子健康手帳)を持参してください。

【健康環境課からのお知らせ】

☎ 982-9211

●個別特定健診

平成22年度の特定健診は1月31日をもちまして全日程が終了しました。  
 平成23年度は4月より集団健診、個別健診がスタートしますので早めの受診をよろしくおねがいします。



大同火災海上保険株式会社(代表取締役:照屋侑)より平成22年12月20日(月)読谷村へ車いすが1台寄贈されました。誠にありがとうございました。今回の寄贈で21台目となります。

- ◆香典返し
  - 比嘉 正俊様(故榮次郎様) 座喜保 5万5千円
  - 大城 澄子様(故勝哲様) 高志 5万1千円
  - 松田 光子様(故吉弘様) 伊良 5万1千円
- ◆寄付
  - 前田 善輝様 都屋 5万5千円
  - 宮城 元信様 大湾 5万5千円
  - 社会福祉協議会への寄付 5万8千2百93円
  - 村文化振興基金への寄付 5万8千3百14円
  - 宮城 元信様 大湾 5万円
  - 前田 善輝様 都屋 5万円
  - 村育英会への寄付 5万円
  - 個人タクシードライバ会 会長 山内 眞厚様 3万円
  - 儀問 1043 3万円
- 村地域福祉振興基金への寄付 982-92009

あしがひびくりました



# 図書館だより

読谷村立図書館

☎ 958-3113

http://www.lib.yomitan.jp



## 『読谷村立図書館の未来を語る』講演会開催！

村民の皆さんの暮らしに役立つ図書館を目指し、充実・発展していくため、図書館の未来を考える機会として、開催いたします。お気軽に、ご参加下さい。

日時：2月19日（土）14時～16時

場所：読谷村立図書館 集会室

講師：糸賀 雅児 氏（慶應義塾大学文学部教授）



糸賀雅児 [ITOGA, Masaru] 1954年生まれ。東京大学大学院教育学研究科を終了後、慶應義塾大学文学部助手、助教授を経て、1997年より現職。これまで文部科学省生涯学習審議会図書館専門委員会委員、文部省地域電子図書館構想検討協力者会議主査、文化庁著作権審議会専門委員、日本図書館協会市町村図書館活動推進委員会委員長、中央教育審議会生涯学習分科会臨時委員、文部科学省これからの図書館の在り方検討協力者会副主査、デジタル・ライブラリアン研究会代表などを務める。主な著書に『インターネット時代の公共図書館』共著（高度映像情報センター）など。

## 読み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？

次に読みたい方が、首を長くして待っています。

資料の返却忘れに気が付いたら、早めに読谷村立図書館へ返却をお願いします。

閉館時や休館日でも、玄関左側のブックポストにて資料を返すことができます。



万が一、図書館の資料が見当たらない場合は図書館職員へご相談下さい。



※借りている資料についてのお問い合わせは本人からお願いします。  
※視聴覚資料（CD・ビデオ・DVD）はブックポストに返却すると、破損の恐れがあります。図書館の開館時に、直接カウンターへ返却してください。

## 【新着本紹介】

\*受入期間\*  
12月6日～1月5日

『風をつかまえた少年』  
ウリヤマ・加クバ / 著 文芸春秋  
わずかな人しか電気を使えないアフリカのマラウイ。14歳の少年が、独学で廃品を利用して風力発電を製作し、家に明かりを灯すことに成功した実話。

『「もの忘れ」をしない技術、忘れるための技術』  
中山祐 / 著 ぱる出版  
時間に追われないテクニック、もの忘れしない整理術など必要なことだけ記憶し、イヤなことは消去する習慣術を紹介。

『断捨離で日々はごきげんに生きる知恵』やましたひでこ / 著 アスコム  
自分の生き方を見つめ直し、ココロの片づけをする「断捨離」を解説。

『沖縄一中鉄血勳皇隊』  
田村洋三 / 著 光人社  
戦死率73%という悲劇の中学生隊を指揮した若き陸軍将校と、10代の生徒たちとの命の絆を描いた作品。

『ぼくの図書館カード』グレイリー・クリフ / 絵 新日本出版社  
黒人は図書館を使うことができなかった、1920年代のアメリカ南部。本と出会った「ぼく」は図書館から本を借りるために、ある考えを思いつく…。

『造形モンスター伝説』  
宮川アジュ / 著 創美社  
伝説の生き物から、妖怪、怪物、UMA、都市伝説&モンスターキラーまで、68種の立体モンスターを粘土で再現。各モンスターの秘密も紹介。

など163点

## 《定例行事》

### ■キッズおりがみクラブ

☆2月19日（土）・26日（土）  
10時30分～  
講師：山内 源徳氏

### ■ビデオ上映会 \*第3日曜日

☆2月20日（日）11時～ 集会室にて  
・『日本のおばけ話「絵からとびだしたねこ」』  
・『こぎつねの消防隊』  
・『ジャングル大帝（1）誕生』

### ■おはなし会 \*第4日曜日

☆2月27日（日）11時～  
おはなしの部屋にて

# きゅうしよく通信

読谷村立学校給食調理場

☎ 982-8081



2月3日

節分

節分は立春の前の日をいい、病気やけがなどの“悪い鬼”を追い出すために「まめまき」をします。まめ豆は大豆です。大豆は「畑の肉」と言われるほど栄養のある食べ物です。たんぱく質が多く、またカルシウムも含まれています。



■学校給食費は、期限内に納めましょう■

## ☆レシピ紹介☆

### 納豆みそ

【材料】	5人分		
挽き割り納豆	25g	赤みそ	60g
三温糖	35g	糸けずり	2g
しょうが	2g	ねぎ	7g
サラダ油	5g		

### 【作り方】

- ①熱したフライパンにサラダ油をひいて、赤みそと三温糖を炒め合わせる。
- ②糸けずりは乾煎りする。
- ③ねぎは小口切りにする。
- ④三温糖とみそが十分に混ざったら、ひき割り納豆を加える。
- ⑤最後に糸けずりとしょうが汁、ねぎを加えて仕上げる。



写真説明：ミズイモの葉上の成虫と幼虫

ミズイモはサトイモの仲間。別名イモ（田芋）、方言でターンムと呼んでいます。沖縄ではかなり古い時代からつくられていたようです。サトイモ（チンヌク）は畑で栽培され、ミズイモは水田で栽培されます。ミズイモを使った料理は沖縄のお祝いや法事に欠かせません。イモはディンガク（田芋田楽）に、若い葉柄や茎（すいき、ムジ）はドウルワカシーやお汁にします。宜野湾市の大山や金武町が有名なミズイモの産地です。読谷村ではあまり作ら

## 読谷の自然(177)

昆虫類 117

### ～オキナワイナゴモドキ～

(バッタ科)

れていませんが、長田川周辺の水田で少し栽培されています。

オキナワイナゴモドキはミズイモの害虫です。水田や湿地にすんでいて、ミズイモの葉を好んで食べます。成虫は緑色で体の両側に茶色の帯があり、体長（頭からハネ先まで）はオス21～25mm、メス35mmです。成虫はハネがありよく飛びます。幼虫は褐色に緑あるいは水色のまだら模様です（写真）。成虫は3月～12月に、幼虫は4月～12月に見られます。気温の低い1～2月は、ミズイモの葉柄のすきまにもくっついて活動しています。気温が18℃より低くなると活動できないようです。産卵は3月から11月ごろまでみられます。卵は葉柄の中に産みます。ミズイモの葉の被害は3月ごろから見られるようになり、次第に増え、9月にピークになります。ときに大発生し、ミズイモのほとんどの葉を食いつくすことがあります。ミズイモを最も好みますが、サトイモにもつきまします。一度だけ、バナナの葉をかじっているのを見たことがあります。詳しく調べるとほかにもいろんな植物についているかもしれま

せん。幼虫も成虫も群生する性質があり、写真のように、一枚の葉に成虫、幼虫が多数集まります。多い時には一枚の葉に50匹以上も集まります。近づくこと、バタバタと一斉に跳びはね、周辺に散っていきます。集団で葉をかじるため、葉脈だけを残し、葉が食べつくされることもあります。ひとつの葉に多数集まり、その葉をぼろぼろに食害しているのに、その隣にある葉には全くついてないこともあります。なぜこのバッタが特定の葉で集団をつくるのか、その理由はよくわかっていません。

#### プロ・ランニングコーチによる

## 「体幹エクササイズ&ウォーキング講習会」が開催されました

プロ・ランニングコーチによる指導のもと、体幹エクササイズとウォーキングの講習会が平成22年12月25日と26日の両日に行われ、2日間でのべ200名以上が参加し、体幹のエクササイズやウォーキングに関する知識を身につけました。

講師を務めた金哲彦氏は昨年11月に中国で開催された広州アジア大会陸上競技や1月16日に開催された全国都道府県対抗女子駅伝で解説を担当しています。

25日は中高生及び指導者を対象に、競技能力を高める為のウォーミングアップ・クールダウンや、故障時のケアについて。26日は一般成人を対象に、柔軟体操と正しい姿勢で、体幹を意識したウォーキングに関する講習会が行われました。参加者からは「部活でのストレッチで取り入れたい」「ウォーキングに関する知識がいたので、これから身体を動かす機会を増やしたく思う」「年をとっても自分の力で歩くために、筋肉をつけて健康を維持していこうと感じた」などの声が寄せられました。

なお、本講習会は「読谷村ふるさとづくり寄附金」により開催しました。寄附者の皆様誠にありがとうございました。



### 自治基本条例はなぜ必要なのか・・・⑦

#### 読谷村のさまざまな取組・・・

読谷村ではこれまでも住民自治を目指したいろいろな取り組みを行ってまいりました。

読谷村の「むらづくり」は、以前から総合計画、字別構想、各分野の基本計画策定に多くの村民が参加・参画をしています。また、行政懇談会、出前講座や村民円卓会議を実施し、村民の皆さまに、村の現状や村政の取組などについて理解を深めてもらい、むらづくりの課題を共有していただくとともに村民の意見を村政へ反映させてまいりました。

今後も村民が主役となって「むらづくり」を進めていく事を明確にするためにも、むらづくりの基本的なルールである自治基本条例が必要なのです。

これまでも住民自治を目指した取り組みが行われてきたんだね！



#### 村民が参加・参画した取り組み

- ・ 総合計画
- ・ 基本計画
- ・ 字別構想
- ・ 行政懇談会
- ・ 出前講座
- ・ 村民円卓会議
- ・ その他



**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

金銭関係、不動産、家庭内問題、サラ金などのお困りごと、相談ごとは、無料法律相談へ。  
※秘密は厳守します。  
期日：2月16日(水)

場所：役場3階  
相談者：抽選により10組  
抽選時間：11時

※先着順ではありません  
相談時間：13時～16時  
相談担当者：村顧問弁護士

**軽自動車税のお知らせ**

軽自動車税は、毎年4月1日現在で、オートバイ・軽自動車を登録している方に課税されます。他の人に譲ったり、廃車や盗難、

村外へ転出された際には必ず届出が必要で、平成23年3月31日まではその手続きを行わなかった場合には、平成23年度も課税されることになりました。

4月2日以降に名義変更や抹消をした場合、4月1日現在の所有者に課税されます。抹消の時期による税の減額・還付はありません。

また、諸手続きを代理人等に依頼された場合は、抹消・名義変更の手続きが完了しているかを必ず確認してください。手続きが完了していないときは、引き続き課税されることとなりますので気を付けてください。

※車種によって手続きする場所が異なりますのでご注意ください。  
①原付(49cc～125ccの二輪車)、小型特殊自動車(トラクター等)  
手続場所：役場1階総務課  
☎982-9206

②軽二輪(126cc～250ccの二輪車)、軽自動車  
手続場所：軽自動車協会  
☎877-8274

③小型三輪車(251cc以上の三輪車)  
手続場所：陸運事務所  
☎50-5540-2091

65歳以上の要介護認定を受けている方へ 障害者控除についてのお知らせ

福祉課 ☎982-9209

これまで障害者控除は障害者手帳の交付など、障害者と認められた方へのみ適用されていましたが、平成20年度(平成19年分所得)の村・県民税の申告、所得税の確定申告分からは介護認定を受けている方も対象となります。該当する方は、平成23年2月16日(水)から始まる村・県民税の申告、所得税の確定申告の際、認定書を提出してください。

対象者：①65歳以上で要介護の認定を受けている方  
②65歳以上で要介護の認定を受けていないが、認定を行う状態であることを証明できる医師の診断書を添付される方  
申請方法：福祉課に「障害者控除対象者認定申請書」を提出。調査後、福祉課から「障害者控除対象者認定書」が交付されます。

**2011 読谷やちおん展**

村立美術館

☎958-2254

期間：2月2日～3月20日  
場所：村立美術館

開館時間：9時～17時(入館は16時30分まで)

入館料：大人200円(1600円) 小中高生50円(40円)

※( )内金額は40名以上の団体割引

休館日：毎週月曜日、2月11日

「第36回読谷まつり」DVD販売のお知らせ

総務課 ☎982-9201

平成22年11月6日(土)、7日(日)にかけて開催された読谷まつりのDVDを次のとおり注文販売いたします。

内容：①オープニングセレモニー、創作ダンス  
②しまつた  
③赤犬子琉球古典音楽祭大演奏会  
④受け継ごう読谷(ふるさと)の心  
⑤創作「進貢船・しんこうせん」  
⑥ジュニアフェスタ  
⑦まつりダイジェスト

価格：上記の①～⑦各一本につき2000円  
申込方法：上記の①～⑦を選んで指定  
受渡方法：注文して約2～3週間後、現金引換にて役場3階総務課でお渡しします。

**第18回読谷やちおん市**

読谷やちおん市実行委員会

☎958-1020 (村共同販売センター)

日時：2月26日(土)、27日(日) 10時～19時

場所：残波岬憩いの広場

環境美化センターから臨時職員募集のお知らせ

比謝川行政事務組合 環境美化センター ☎982-8221

比謝川行政事務組合では平成23年度の臨時職員登録を募集します。

募集期間：2月14日～28日  
資格等：①中型自動車運転免許取得者

②中型自動車運転免許取得者で、電気主任技術者、電気工事し又は電気工事施工管理技師等の有資格者  
申請等：環境美化センターに備え付けの登録申請用履歴書に記入の上お申し込み下さい。

国・県等からのお知らせ

地デジ機器購入を支援します  
(最大1万2000円)

地デジ支援し隊事務局  
☎ 951・2700

県内在住で、世帯全員が市町村民税非課税の措置を受けている世帯などを対象に地デジ機器の購入費用を支援します。

石川岳に登って春を探そう

沖縄県立石川青少年の家  
☎ 964・3263

石川岳に登って植物を観察し、森の中で春の到来を味わいませんか。

内容：自然観察等  
日時：3月13日(日) ※雨天決行  
場所：沖縄県立石川青少年の家  
料金：1人100円

対象と定員：小学生以上の家族又は個人50名程度

申込方法：電話で受け付けます(3月11日からのキャンセルはキャンセル料が発生します)。

申込期間：3月1日～9日  
持ち物：弁当、水筒、着替え、雨具など

自動車の不具合情報をお寄せ下さい

自動車不具合情報ホットライン  
☎ 0120・744・9600  
(フリーダイヤル)  
☎ 03・3580・4434

国土交通省では、迅速なリコールの実施やリコール隠し等の防止のため、「自動車不具合情報ホットライン」を通じて、皆さまのお車に発生した不具合情報を収集しております。お車に不具合が発生した際には、情報をお寄せ下さい。

2月は不法無線局未然防止月間です

沖縄総合通信事務所 監視調査課  
☎ 865・2308

外国規格のトランシーバー(FRS/GMRS等)は国内で使用できません。近年、「FRS」「GMRS」「UHF-CB」等といった外国規格の無線機が流通しています。これらの無線機が使用する周波数は、国内の防災行政無線や放送事業用無線等の重要無線に使われており、妨害を与える恐れがあることから、国内では使用できません。購入・使用には十分注意してください。なお、国内で使用した場合は罰

則の対象となる場合があります。

※技適マークのついた無線機を使用しましょう



※無線局の開設には免許が必要です

2月7日は「北方領土の日」です

県知事公室広報課  
☎ 866・2020

北方四島の返還実現に向けて、昭和56年に、毎年2月7日が北方領土の日と定められました。県内では第30回北方領土返還要求沖縄県民大会が下記の日程で行われます。

日時：2月13日(日) 9時30分～12時  
場所：石垣市健康福祉センター

北方四島交流等事業使用船舶の船名公募のお知らせ

内閣府北方対策本部  
☎ 03・3581・2103

現在建造が進められている北方四島交流事業に使用する船舶の名称等を募集しています。詳しくは上記の電話番号へお問い合わせください。

ちびっこ探検学校ヨロコ島

(財)国際青少年研修協会  
☎ 03・6459・4661

ヨロコ島のサンゴ礁の海と美しい自然の中で、全国から参加する仲間との共同生活や野外活動を通じて友達作りの楽しさを知りましょう。また、在日外国人(アメリカ、インドネシア等)の小学生も参加し、国際交流も行います。

内容：海水浴・さとうきび刈り・洞窟探検等  
期間：3月27日～4月2日  
場所：鹿児島県与論町

定員：日本人小学生200名  
外国人小学生110名

参加費用：地域によって異なります。詳細はお問い合わせ下さい。  
締切：3月7日(月) ※先着順

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22年12月)

種別	町村名		
	読谷村	嘉手納町	北谷町
火災	0	0	1
自然災害	0	0	0
水難	0	0	0
交通	8	8	13
労災	1	0	0
運動競技	2	0	1
一般負傷	16	6	11
加害	0	0	0
自損行為	0	0	2
急病	99	37	60
転院	16	4	4
その他	0	0	0
不搬送	7	4	17
月計	149	59	109
平成22年累計	1739	654	1284

- ▼12月 火災発生件数 0件
- ▼12月 一般救助発生件数 0件
- ▼12月 風水害発生件数 1件

読谷村からのお知らせ  
毎週 月～金曜日  
AM9:55～10:00  
PM6:55～7:00

「認知症の理解」「地域福祉」「児童福祉」「介護」等、多彩な科目を1科目から通信制で学べます。  
出願期間：2月1日～3月22日

NHK学園  
☎ 042・572・3151

NHK学園専攻課「コミュニティ・ボランティア専攻」

読谷村文化協会

# 第16回文化祭

日時：3月12日(土)・13日(日)

場所：村文化センター

オープニングセレモニー：12日 10時

## ★呈茶★

日時：12日・13日 10時～

場所：村文化センター

(ギャラリー)

## ★展示部門★

時間：12日 10時～18時

13日 10時～17時

場所：村文化センター(中ホール・ギャラリー・ホワイエ)

【書道/書道部会 絵画/美術部会 生け花/華道部会

盆栽/盆栽部会 写真展/写真部会 活動展示/歴史民俗部会】



## ★舞台部門★

### 『お楽しみバラエティーステージ』

時間：3月12日 18時開演

場所：村文化センター 鳳ホール

(出演団体) ※プログラム順ではありません。

- ・演劇部会 ・大正琴部会 ・フラダンス部会 ・島うた部会 ・空手部会
- ・真美健康体操サークル ・ユンタンザ歌の会 ・読谷太極拳同好会



### 『琉球古典芸能鑑賞会』

時間：3月13日 15時開演

場所：村文化センター 鳳ホール

(出演団体)・古典音楽部会 ・琉球舞踊部会



※舞台部門は有料となります。入場券(2日間通し券/500円)は文化センター窓口にてお求め下さい。

お問い合わせ：村文化協会事務局 ☎ 982-9292

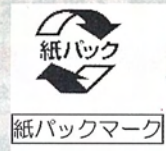
## ゴミを資源へ

# ゴミの量が増えています！

6年連続減少を続けていたごみの量が現在、増加傾向にあります。

次のことを心掛け、ごみ減量化、資源化に努めましょう！！

- ・生ゴミは水気を切りましょう
- ・紙類、紙マーク、紙パックマークのあるものは古紙の日に出しましょう
- ・草木の処理は草木資源化施設を利用しましょう



## 12月末の村人口

人口：39,878 (+68)

男：19,809

女：20,069

出生 [41] 転入 [133]

死亡 [13] 転出 [93]

世帯：13,892 (+42)

( )内は前月比



ユタサル フンシ  
**ゆたさある 風水**  
 マサル チムグル  
**優る肝心**  
 サチフクル ハナヤ  
**咲き誇る文化や**  
 ガンジュウヌ シマ  
**健康の村**

読谷村公式ホームページ  
http://www.yomitan.jp