

**城辺** もっと高くあがれ〜♪ 親子たこあげ大会／福里保育所

1月6日、親子たこあげ大会(主催：福里保育所)が城辺陸上競技場で開催され、多くの親子がたこあげを楽しみました。

親子のふれあいと保護者の交流と親睦を目的として行われたこの大会。参加した親子は、どこまであげられるのか競争したり、親子で仲良くあげたり、いつのまにか子どもより親のほうが夢中になったりと、和気あいあいとたこあげを楽しみました。



**上野** ぼくは消防士！ はいポーズ 第2回交通安全フェスト／うえのドイツ文化村

昨年の12月24日、第二回宮古島市交通安全フェスト(主催：同実行委員会)がうえのドイツ文化村で開催されました。

交通安全意識の高揚を目的に行われた同フェスト。今年はドイツ文化村を会場に移し、事故時の応急処置実演や交通安全クイズ、消防車・パトカーなどの緊急車両やカスタムカー・バイク、バイオディーゼルの展示・体験乗車、地元高校生らによるライブなど多彩な催しが行われ、来場した多くの市民が交通安全意識の再確認をしました。また、カスタムカー・バイクや緊急車両の展示・体験乗車コーナーは、記念写真を撮る大勢の親子連れで終始賑わいました。



**18万個のきらめき** イルミネーションフェスト

同日、18時から「第8回うえのドイツ文化村イルミネーションフェスト2006」が開幕しました。点灯式でのカウントダウンの後、ツリーや橋、魚などの形に彩どられた18万個の電球が一斉に点灯。来場した多くの市民を楽しませるとともに、クリスマススムードを大いに盛り上げました。

**ゴールを目指して**  
**ワイドー ワイドー**

第17回 宮古島 100kmワイドーマラソンが14日、うえのドイツ文化村をゴール会場に行われました。今年の大会には全国各地から走ることを楽しみながら自己の可能性へ挑戦するランナー総勢650名が出場しました。本大会のコースは21km、50km、100kmの3部門で、100km部門は長時間レースとなり、まだ日も昇らない午前5時にスタート。当日は最高気温20.4度とやや暑い日となりましたが、選手たちは力強い走りで行きました。

ゴールのうえのドイツ文化村では選手の家族、友人、そしてボランティアが「お帰りなさい」と次々に戻ってくる選手を笑顔で温かく迎え、健闘を称えていました。



平良図書館 & 城辺図書館 2月の休館日

- 定期休館日(毎週月曜日) 19日・26日
- 館内整理日(毎月第3木曜日) 15日
- 蔵書点検休館日 1日～15日(平良館) 20日～3月3日(城辺館)



【城辺図書館のおすすめ新刊案内】



**わんこのハッピー健康法 (阿部 佐智子)**  
誰でも、家ですぐできる、ココロとカラダとお財布にやさしい、人とわんこの予防医学「Kokokara リラクゼーション」の実践法を紹介。わんこと一緒にココロをHappyにするヒーリング方法が満載。



**やどかりとペットボトル (池上 永一)**  
故郷沖縄でのかなりフシギな少年時代から、どろどろの青春時代、迫力あるオバアなどの家族のこと、そして現在のファンタスティックな日々まで。ユニークな池上ワールドの舞台裏が覗ける初エッセイ集。

その他

- 通天閣 (西 加奈子)
- 前川メグの恋するレシビ (前川 メグ)
- うれしい定年さびしい定年 (北 連一)



**1ねん1くみ1ばんあったか〜い!**  
(後藤 竜二)

大ゆきがふった日。さむくてないてるマリアちゃんに、くろさわくんはいまにもどなりだしそうなかおして、ドカドカッとかちかづいて…。いちばんさむ〜い日の、いちばんあったか〜いおはなしです。



**ともだちおまじない (内田 麟太郎)**

ともだちおまじない、しってる？チンブイ？アブラカダブラ？いえいえ。ともだちほしいひとだけにきく、ちょいとすてきなおまじない。となえてみたら…あらふしぎ。ともだち、たちまちできちゃうかも？

その他

- えほんをよんで、ローリーポーリー (リリ・シャルトラン)
- のんびりオウムガイとせっかちアンモナイト (美輪 一雄)
- 子どもたちへ 冠婚葬祭ってな〜に？ (工藤 忠継)

図書館からのお知らせ

○2月の行事予定

【平良館】 おはなし玉手箱 (17日・24日 15:00)  
蔵書点検休館 (1日～15日)

【城辺館】 節分まつり (3日 15:00)  
蔵書点検休館 (20日～3月3日)

※蔵書点検とは年に一度、平良・城辺両館合わせて約10万点ある資料の所在を明らかにするために行うもので、携帯用端末で全ての資料のバーコードを読み込み、所蔵データと照合し、確認作業を行います。利用者の皆様には、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い致します。



宮古島市立平良図書館 ☎72-2235  
宮古島市立城辺図書館 ☎77-8813

【平良図書館のおすすめ新刊案内】



**メタボリックシンドローム (和田 高士)**  
日本最大2万人のデータが裏づける内臓脂肪ダイエット作戦。メタボリックシンドロームについて、多数の図表を入れて説明し、生活改善、運動療法、食事、リバウンドしないコツなどを解説。



**記念樹 (三上 常夫、若林 芳樹)**

あまり知られていない「記念日・誕生日の樹」について、特徴や魅力、植栽可能地域や育成の条件、観賞のポイント・時期などを解説。前半は人生の節目節目に訪れる記念にふさわしい樹を、後半は1年365日+1日の樹を紹介。

その他

- 大人になると、なぜ1年が短くなるのか？ (一川 誠、池上 彰)
- 今夜も食べたい！ あったかなべ (主婦の友社)
- 宮古芸能の系譜 (平良 重信)



**メイシーちゃんのえいごがいっぱい!**  
(ルーシー・カズンズ作 なぎともこ訳)

メイシーちゃんが服を着ます。ドレス、コート、くつは英語でなんていうのかな？めくって遊べるしかけ付きで楽しみながら学べる、絵本のような英語絵辞典。英米の英単語の違いや発音表もフォロー。



**科学まんが宇宙論 (えびな みつる)**

コペルニクスやガリレオと一緒に「地動説」が証明されるまでを、まんがで学んでいく。また、実際に外に出て見る星や星の動き、星座を見つける方法、流れ星を見る時の注意点なども紹介。

その他

- いかりのギョーザ (荻田 澄子)
- ぶたくと100匹のおおかみ (宮西 達也)
- 世界の宗教がわかる絵辞典 (井上 順孝)



# 年金アラカルト vol.2

宮古島市 市民生活課  
☎ 72-3751(内線160)

## 国民年金の保険料

自営業者や学生などの第1号被保険者(任意加入被保険者含む)の人は、月額13,860円の保険料を自分で納めなくてはなりません。保険料は、市町村窓口では納付できませんが、郵便局や銀行等の金融機関や社会保険事務所、コンビニエンスストアなどで納付できます。

3月分まで保険料は **月額13,860円** です(付加保険料は+400円)

4月分から保険料は **月額14,140円** です(付加保険料は+400円)

※保険料は毎年280円ずつ引き上げられ、平成29年以降は月額16,900円で固定されることが決まっています。

保険料が納付できるところ  
郵便局・銀行・農協・漁協・  
信用金庫・信用組合・労働金庫・  
社会保険事務所・コンビニエンスストア

## 付加保険料

国民年金基金に加入していない第1号被保険者は、定額の保険料に月額400円を上乗せして納めると、付加保険料を納めた月数×200円の金額(年額)を上乗せして付加年金を受けることができます。



### 例 付加保険料を40年間納めた場合

付加保険料 400円×12ヵ月×40年 = 192,000円

付加年金額(年額) 200円×12ヵ月×40年 = 96,000円

↑

高齢基礎年金に生涯上乗せされます

## NHK学園

### 平成19年度入学生・受講生募集中!

NHK学園では、広域通信制高等学校、福祉通信教育および生涯学習通信講座の学生・受講者を募集しています。まずは、無料の案内所・願書をご請求下さい。

#### ■募集内容

高校 普通科:(NHKの放送を利用し3年で高卒資格取得)  
高校 選科:(修得科目は高卒認定試験の免除)  
専攻科 社会福祉コース:(介護福祉士受験資格取得・2年制)  
生涯学習通信講座:(趣味から資格まで約200コース)

#### ■募集期間

高校 普通科・選科:2007年2月1日~4月20日  
専攻科 社会福祉コース:2007年2月1日~3月1日  
生涯学習通信講座:通年申込受付

#### ■問い合わせ先

NHK学園  
〒186-8001 東京都国立市富士見台2-36  
TEL:042-572-3151(代表)  
FAX:043-574-1006  
フリーダイヤル:0120-06-8881(案内書請求)

## 第31回ちびっこ探検学校ヨロン島参加者募集!

文部科学省所管の財団法人国際青少年研修協会では、「ちびっこ探検学校ヨロン島」の参加者を全国から募集しています。この事業は、子どもが自然の中でその恵みを学び、さらに団体生活を通して規律と仲間との助け合いを学ぶことを目的としています。

◆期間:平成19年3月27日~4月2日(6泊7日)

◆場所:鹿児島県大島郡与論町

◆定員:小学生400名  
(小学2~6年生 外国人小学生含む)

◆締切:平成19年3月7日(水)

◆その他:費用や出発地、日程等は下記までお問合せください

#### ●申込・問合せ先

財団法人国際青少年研修協会  
〒160-0004  
東京都新宿区四谷2-11 大村ビル3階  
TEL:03-3359-8421 FAX:03-3354-2207  
HP:http://www.kskk.or.jp



## 平成18年度農地防風林苗木購入補助金交付事業

この事業は、農作物を暴風、潮害、病害虫などの被害から保護する目的で対象となる樹種の苗木を購入および植栽した場合、予算の範囲内で補助金を交付するものです。

申込方法と、対象となる苗木の種類は下記の通りです。



対象樹種:イヌマキ、フクギ、テリハボク、タブ

申込方法:市役所各支所の地域振興班で配布している指定の申込用紙に記入・捺印して下さい。

※平良地区は緑化推進係で配布しています。

申込期間:平成19年2月5日(月)~2月16日(金)まで

詳しくは…宮古島市農政課森林整備係  
☎ 76-6320 (担当:池間)



- 平成十八年度 市営団地の空家入居者募集
- 一、募集団地 ※( )内は空き戸数
    - 平良地区 (宮原1・上原2・島尻1・西原1)
    - 城辺地区 (福里第2・4・西城5・福嶺1・比嘉1・福東1・砂川1)
    - 上野地区 (博愛1・上野第2・1)
    - 下野地区 (来間1・与那覇1)
  - 二、入居資格
    - 宮古島市に住所、及び勤務場所を有する者
    - 市税及び国民健康保険税の滞納がない者
    - 夫婦(婚約者及び事実上婚姻と同様の事情にある者)又は同居しようとする親族があること
  - 三、申込期間
    - 平成19年2月5日(月)午前九時~九日(金)午後五時
  - 四、申込書の交付及び提出先
    - 宮古島市役所建設部住宅課管理係  
電話七六・六一三七  
担当伊良部・新垣
- ◎この募集は、去年十二月に実施した空家入居者募集にて応募のなかった空家、又は退去により発生した空家に対し実施するものです。
- ◎応募多数の場合は抽選を行い、当選者を書類審査の上、入居資格該当者として登録し、後日連絡致します。



MIYAKOJIMA CITY INFORMATION

### ふれあい福祉相談室より

#### 2月の日程をお知らせします

- 無料暮らしの相談(法律)  
13日(火)・27日(火)  
【午後1時30分~午後4時30分】
  - 総合相談(教育を含む)  
5日(月)・8日(木)・15日(木)・19日(月)・22日(木)・26日(月)  
【午前10時~午後4時】
- 相談場所は、  
宮古島市社会福祉協議会平良支所です  
☎ 73-0892

#### 平成18年度巡回相談

障害者地域生活支援センター

#### さぼーと2月16日(金)

※教育相談も随時受けられます。  
時間:午前9時~午後4時  
場所:ゆいみなあ(市働く女性の家)  
☎ 74-3719

#### 「無料人権・法務 なんでも相談所」開設

近隣とのトラブル、家庭内のめめごと、いじめ・体罰に関する問題、離婚、扶養、相続、遺言、借地借家等の相談に応じています。相談は無料で、難しい手続きもなく、秘密は固く守られます。

■2月20日(火) 13:30~16:00

場所:平良庁舎1階 市民相談室

■2月27日(火) 14:00~16:00

場所:城辺環境改善センター



### 平良庁舎前に残暦板が設置されました

4月22日に開催される第23回全日本トライアスロン宮古島大会までの残り日数を示す残暦板が、今年は市役所平良庁舎前にも設置されています。1月12日の設置式には関係者が多数出席し、残暦板の除幕を行いました。

残暦板は例年通り総合体育館前にも設置され、訪れる人に大会までのカウントダウンをお知らせしています。



### 毎年2月の第3日曜日が宮古島市「教育の日」になりました

国家百年の計は教育にあるといわれます。人間にとって教育は生涯を通して欠かせないものです。教育の改革期を迎えた現在、各界各層において今ほど教育に関する意識が高められている時はありません。

よく言われているように家庭・地域・学校の教育一体化は極めて重要です。宮古島市「教育の日」行政をはじめ市民共々に教育の大切さを話し合い、確認し合い、宮古島市教育の充実発展のため皆で活力ある教育環境の創造に努め、強力な家庭・地域・学校の教育一体化を目指して設定するものです。

※「教育の日」当日には、宮古島市教育委員会および各学校で教育関連の行事を行う予定です。学校で行われる行事については、それぞれ各学校にお問合せ下さい。



### 2007年「健康を語る宮古人の集い」開催

テーマ：～ 減ら<sup>ひたひ</sup>脂体 みんなで<sup>がんずら</sup>取り組む ぽか<sup>がんずら</sup>らず健康～

宮古島市は健康な島づくりを目指しています。しかし、市の住民健診では約半数が肥満、3割が糖尿病予備軍となっており、生活習慣病の問題は行政、地域が一体となり取り組まなければいけない重要な課題となっています。そこで、みんなで生活習慣病を中心とした健康について、宮古の言葉で語り合い、考え、実践できる健康づくりを目的に、「健康を語る宮古人の集い」を開催します。

日時と場所：平成19年2月3日(土) 9:30～14:30 宮古島市平良中央公民館

#### プログラム

- 【午前の部】
- 9:30 開会式
- 10:00 各コーナー開始(右に記載)
- ウォークラリー(史跡めぐりコース)出発
- 紙芝居(約30分 舞台)
- 11:00 試食コーナー開始
- 11:30 けんこうリズム体操
- 【午後の部】
- 13:00 シンポジウム『方言で語る健康』開催
- 14:00 閉会式



- ※健康相談コーナー(血圧・血糖測定など)
- 歯科相談コーナー(歯科健診、歯磨き指導など)
- 予防接種相談コーナー
- 母子保健推進員コーナー
- 作業所販売コーナー など

当日は、ウォーキングや健康体操など親子で楽しめる運動のほか、健康食の試食や子ども向け紙芝居などを予定しています。ぜひご家族そろって動きやすい服装・シューズでご参加下さい。

詳しくは 宮古島市健康増進課  
TEL: 77-7595

### 統計功績者表彰に宮古から4名の受賞者

本市で統計調査員として頑張っていた方々が、統計功績者表彰を受賞しました。

今回の受賞者は、各種統計調査調査員表彰の下地紀子さん、平成17年国勢調査調査員表彰の赤崎千恵子さんと砂川尚子さん、沖縄県宮古支庁で実施している小売物価統計調査調査員表彰の佐久本恵子さんの4名です。

受賞した方々は、いずれも宮古島市の統計調査に長年貢献されてきた方々です。今後も市の統計調査へのご協力をよろしくお願いたします。



△ 左が佐久本恵子さん、右が赤崎千恵子さん

### 第2回 不在村地主農地相談会 開催

沖縄本島に在住している郷友のみなさんの所有農地の有効利用を図るため、直接お会いし農地についてどのように利用させたいか、利用させているか相談を受け、宮古島市の農業振興に役立てることを目的として開催します。

相談内容は農地の賃貸・売却についてや遊休化した農地の指導と解消事業についてなどです。

#### 【開催日程】

日時：平成19年2月1日(木) 18:00～20:00  
場所：浦添市産業振興センター

日時：平成19年2月2日(金) 15:30～19:00  
場所：JAおきなわ南風原支店ホール

※この相談会の対象者は沖縄本島在住の方です

詳しくは 宮古島市農業委員会事務局 ☎76-3236

平成19年度宮古島市農業委員会選挙人名簿登録申請書は、毎年1月1日現在で作成し、1月31日までに農業委員会を通して、選挙管理委員会に提出されます。

選挙人名簿は縦覧に供してから、3月31日で確定されますので、申請された該当者の方は選挙人名簿への登録はできませんので必ず名簿の縦覧確認をしてください。

### 農業委員会委員の選挙人名簿縦覧

【縦覧期間】

2月23日(金)～3月9日(金)  
午前8時30分～午後5時

【場所】

選挙管理委員会事務局  
(市役所平良庁舎5階)

【お問い合わせ】

宮古島市選挙管理委員会  
☎72・1280(直通)  
☎72・3751(内線520、521、522)



### 宮古島市『緑の街角賞』募集

心豊かなふるさとづくり推進協議会グリーン部会は、平成18年度「緑の街角賞」を募集しています。専門の造園業者等が造ったのではない、一般の家庭・団地で造りあげた庭園をご応募下さい。自薦・他薦は問いません。

- ☆対象：道ゆく人々もしくは、市周辺地で豊かな緑を提供している庭園
- ☆申込方法：申込書に必要事項を記入し、宮古島市地域振興課(地域振興係)まで提出
- ※申込用紙は地域振興課(地域振興係)及び農政課(緑化推進係)にあります
- ※電話受付もいたします
- ☆申込締切：平成19年2月15日(木)

お問合せは 宮古島市地域振興課 地域振興係 ☎73-0950



### 2月23日は税理士記念日です

#### 無料税務相談会を開催します

沖縄税理士会では毎年2月23日の税理士記念日にちなんで、県内各市町村等で税に関する無料相談会を開催しています。宮古島市では下記日程で開催します。相談は無料ですので、お気軽にご来場下さい。

日時：平成19年2月23日(金)10:00～16:00  
場所：宮古島市役所 平良庁舎

詳しくは 沖縄税理士会 TEL:098-859-6225 照屋まで

### 宮古地区矯正展開催のおしらせ

市民のみなさまに矯正行政全般の広報と、刑務所作業作品の紹介・展示即売を行うため矯正展を開催します。多くの市民のみなさまのご来場をお待ちしております。

日時：平成19年2月24日(土) 10:00～16:30  
平成19年2月25日(日) 9:30～15:00

場所：宮古島市中央公民館

お問合せは 沖縄刑務所 ☎:098-948-1653

宮古島市平良地区食生活改善推進協議会  
からだに優しいヘルシー食 (平良地区5班)

『大根とさつま芋の肉あんかけ & 紅白サラダ』

【大根とさつま芋の  
肉あんかけ】



エネルギー 302kcal  
タンパク質 11.1g  
脂質 8.4g

作り方/材料4人分

大根	800g
さつま芋	200g
こんにゃく	200g
キクラゲ	30g
豚ひき肉	100g
(鶏ひき肉でも良い)	
大根葉	2~3枚
だし昆布	10cm角
だし汁	2カップ
砂糖	大さじ3
みりん	大さじ1
(a) 白みそ	100g
生姜汁	少々
片栗粉	大さじ1
サラダ油	大さじ1

- ①大根は薄皮をむき、幅3cmの輪切りにし面取りする
- ②さつま芋は皮のまま幅3cmの輪切りにし水にさらしておく
- ③こんにゃくを食べやすい大きさに切り、キクラゲを水に戻してちぎっておく
- ④鍋に水5カップと、①②③の食材、切れ目を入れただし昆布を入れて大根がやわらかくなるまで煮込む
- ⑤フライパンにサラダ油大さじ1を入れてひき肉を炒め、色が変わったら(a)をよく溶き混ぜて加え、木じゃくしでかき混ぜながら弱火で煮込み、水溶き片栗粉でとろみをつける
- ⑥大根葉を塩ゆでし、千切りにする
- ⑦④の汁を切って盛り付け、⑤をかけ、塩ゆでして刻んだ大根葉をちらす

【紅白サラダ】



エネルギー 36kcal  
タンパク質 0.3g  
脂質 0.1g

作り方/材料4人分

大根	100g
人参	20g
パイナップル	85g
パイナップル汁	100cc
レモン汁	大さじ2
粉寒天	4g
(a) 砂糖	大さじ1
酢	大さじ1
塩	小さじ1/2
水	150cc

- ①大根をすり下ろし、人参を細かい千切りにする
- ②パイナップルを細かく刻む。
- ③(a)を煮溶かしたあと、冷ます
- ④③に、パイナップルの汁 1/2カップ、レモンの汁と皮少々、①を加え混ぜて冷まし、固める

【一口メモ】 大根は春の七草の一つ、すずしろとして古くから親しまれてきました。胃腸の消化吸収を高める酵素があり、ビタミンCも豊富。白い部分の根だけでなく、葉も栄養価の高い緑黄色野菜で、風邪などの予防にも最適です。今回は、食物繊維の豊富なさつま芋と組み合わせてみました。また、サラダに寒天を加えてゼリーっぽく仕上げてみました。

宮古島の人口  
(1月1日現在)

※( )は先月比。

宮古島市の人口	55,911 (+ 4)
平良	35,687 (+ 58)
城辺	7,342 (- 20)
上野	3,227 (- 9)
下地	3,305 (- 2)
伊良部	6,305 (- 23)

男性 27,857 (+ 20)  
女性 28,058 (- 16)  
世帯数 22,926 (+ 18)

(12月の人口動態)

転入 124 出生 52  
転出 123 死亡 49

元気なBABY



まるす  
平良 真瑠主くん

2006年2月24日生まれ・城辺

※ 今回のメニューは、2月の宮古島市の広報チャンネル内(宮古テレビ11ch)で、毎週土曜・日曜の9:00、12:30 20:30に放送されます。

決意新たに  
出初式



一月十日、宮古島市消防本部伊舎堂勇消防長の出初式が同本部で行われ、職員及び団員が災害から住民の生命や財産を守るために、迅速な消防活動を行うことを誓いました。

式では、消防車輛資器材の点検と訓練が実施されたほか、ひばり保育園、あけほの保育園の幼年・少年防火クラブによる余興も披露され、かわいい演舞で出初式を盛り上げました。

また、展示訓練では、同本部の駐車場で消防職員らによる一斉放水が行われ、赤、青、黄色などに彩られた放水に参加者らは歓声をあげ、無災害を祈念しました。



● 広報みやこしまは、一部あたりおよそ10円で作られています。