

生徒1人の大運動会！ 大神中学校 創立50周年記念運動会



「力強く！大地を照らせひとつの炎」のテーマのもと、宮古島市立大神中学校の創立50周年記念運動会が10月14日、同校運動場で開催されました。現在、同校の生徒は根間勇輔くん1名ですが、池間中学校、狩俣中学校、城辺小学校の生徒や、大神島の住民、大神島以外の地域からの有志が大勢駆けつけて盛大な運動会となりました。

勇輔くんは、自ら競技に参加するだけでなく、徒競走のスターや各出し物の裏方をつとめたりと大活躍。また、太鼓の演舞や三線の演奏などを披露し会場を沸かせていました。応援校の協力あってこそ実現できたフォークダンスでは、ちよっぴりはずかしそうな笑顔を見せながら、元気いっぱい踊っていました。



十五夜の月明かりに照らされて のぼる 野原のマストリヤー

豊年を感謝して歌い踊る上野野原地区の伝統行事「マストリヤー」が旧暦8月15日にあたる9月25日の夜、同公民館で行われました。

この行事は国選択・市指定の無形民俗文化財になっていますが、これまでは年々参加者が減少傾向にあって、伝統の継承を危ぶむ声もありました。しかし今年には地元婦人会の呼びかけもあり、高校生から98歳までが担い手として参加し、盛大に開催することが出来たということです。

はじめに男性によって力強く棒が打ち鳴らされる棒踊り(上写真)と、クバの葉で出来た扇や四つ竹を持った女性達による優雅な抱き踊り(下写真)が披露され、その後、全員が1つの輪を作ったクイチャーがはじまると、会場は独特の雰囲気でも盛り上がり、指笛や歓声が響く大盛況を見せていました。



大漁・豊作を願い、喜びを踊る 佐良浜のユークイ



佐良浜地区の伝統祭祀「ユークイ」が、10月16日と17日の両日開催されました。この行事は司母(ツカサンマ)と呼ばれる女性達が、旧年中の自然の恵みに感謝するとともに、向こう1年間の大漁・五穀豊穡を願って神歌を歌い、踊りを舞うというものです。

司母達は大主神社や仲間御嶽などで祈りを捧げた後、円陣を組んで「ヨーテル、ヨーテル」(富を満たして下さい)とうたう神歌や、両手で富を招く仕草などして全身で喜びを表現する踊りを披露しました。会場は神秘的ながらも熱気あふれる雰囲気につつまれ、集まった人々からは大きな拍手が巻き起こっていました。

城辺館 (☎ 77-8813)



生涯学習フェスティバルに
夢の光号がやってくる！

日時：11月17日(土) 午後2時～4時
場所：城辺農村環境改善センター 中庭
(貸出も行います)

おはなし会 11月4日(日) 午後3時～

平良館 (☎ 72-2235)



本の紹介と資料展示を開催
テーマ：「性教育」を考える

・ブックトーク 11月11日(日) 午前10時半～
・図書展示 11月11日(日)～24日(土)

おはなし玉手箱 毎週土曜日 午後3時～

【一般書】



テロより怖い温暖化 (船瀬俊介)

気候は崩壊に向かい、恐怖の「気温50℃時代」がやってくる！異常気象の現状を多角的にレポートし、人類に残された地球温暖化防止策について探る。



そっだ、葉っぱを売ろう! (横石知二)

山々に囲まれた過疎の町、上勝町。農協の指導員としてこの町に赴任した青年は、あるとき葉っぱをお金に変えることを思いつく。青年の悪戦苦闘の日々をえがく、小さな町の奇跡の物語。

- ベランダで野菜を育てる本 (平野編集制作事務所)
- この人と結婚するかも (中島 たい子)
- 予定日はジミー・ページ (角田 光代)
- 親子で編む！履く！布ぞうり (小石 正子)



赤ちゃんができる! ファーティルストレッチ (竹内 邦子)

専門病院でも取り入れ、妊娠しやすい体質になると言われている、注目のストレッチとマッサージをイラストでくわしく紹介。不妊症についての専門医の解説や体験者の喜びの声も掲載。



世界がキューバ医療を手本にするわけ (吉田 太郎)

乳幼児死亡率は米国以下。平均寿命は先進国並み。がん治療から心臓移植まで医療費はタダ。世界保健機関WHOも太鼓判をおす医療大国キューバの姿を克明にレポート。

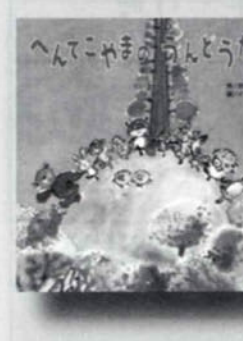
- 60歳からの仕事ガイド (上田 信一郎)
- 暴走老人! (藤原 智美)
- 性のこと、わが子と話せますか? (村瀬 幸浩)
- 緊急地震速報 (目黒 公郎)

【こどものほん】



ちきゅう (G・ブライアン・カラス)

ほくたちは、まいにち宇宙を旅している。地球が動いているから、夕暮れどきのかげは長くのび、春はひざしがあたたかい。自転や公転など、宇宙と地球のしくみを描く絵本。



へんでこやまのうんどういかい (かなりり まさこ)

へんでこ山のかけっこは、ゴールがないからみんな1等みんなビリ。木の実とり競争は、みんなで「いただきまーす！」動物たちのへんでこで楽しい運動会。

- ちんとすあまとふしぎなくり (ヨシながいとうみわ)
- はたらきもののナマケモノ (斉藤 洋)
- 給食番長 (よしなが こうたく)
- ヘンダ先生、算数できないの? (タン・ガットマン) 著者 (宮坂 宏美) 訳



さかさのこもりくんとこぶくちゃん (あきやま だじ)

こもりくんが話すのは、意味が反対のさかさ言葉。すごくかわいい女の子に出会って「うわっ、かわいくない!」。ほんとの気持ちを勘違いされて大ピンチ! どうする、こもりくん!



マンガ ポップコーン天使 (エンジェル)

初潮をひかえた小学校高学年の女の子「まひる」。自分の体とうまくつき合うにはどうすればいいの? 第二次成長期を迎えた女の子の悩みをマンガで分かりやすく解説します。

- どんぐりころころ (大久保 茂徳)
- ふしぎなキャンディーやさん (みやにし たつや)
- マンガおれたちロケット少年 (手丸かのこ) マンガ (金子 由美子) 解説・Q&A
- テーマって... どうやってきめるの? (赤木 かん子) 文 (すがわら けいこ) 絵



ふれあい福祉相談室より

11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)
1日(木)・5日(月)・8日(木)・
12日(月)・15日(木)・19日(月)・
22日(木)・26日(月)・29日(木)
【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19年度巡回相談
障害者地域生活支援センター

さぼーと 11月17日(土)

※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、家庭内のもめごと、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。

■11月20日(火)13:30～16:00
場所：平良庁舎1階市民相談室

女性のための相談窓口
「女性相談室」開設

女性相談室は家族・離婚問題・生活苦・夫からの暴力などを一人で悩んでいるあなたのための相談室です。女性相談員が電話や面談による相談で、あなたと一緒に問題の解決方法を考えます。費用は無料で、秘密は堅く守られます。

■毎週月・水・木9:00～17:00
場所：市役所城辺庁舎 女性相談室

平成20年度
宮古島市成人式日程

対象：①昭和62年4月2日～昭和63年4月1日までに生まれた方
②宮古島市に住民登録されている方
③就学や就職等で市外に居住している本市出身の方
※上記を満たしている方は、直接会場にお越し下さい
期日：平成20年1月5日(土)
会場：◇平良、城辺、上野、下地地区
マティダ市民劇場 受付13:00 式典14:00～15:30
◇伊良部地区
伊良部公民館 受付13:30 式典14:00～16:00
お問合せは 宮古島市教育委員会 社会教育課 TEL:72-3751(内線435)
伊良部分室 TEL:78-6254

第2回 宮古島市総合文化祭

児童生徒の部

【展示部門】
★書道展・美術展・文芸展・自由研究
11月3日(土)・4日(日) 中央公民館 9:00～17:00
★移動秀作展
11月17日(土)・18日(日) 伊良部公民館
【発表部門】
★音楽祭
11月4日(日) マティダ市民劇場 13:30開場 14:30開演
★郷土の民話大会
11月11日(日) 中央公民館 13:30開場 14:00開演
【映画】
★子ども映画まつり
11月3日(土) 中央公民館2階 10:00～11:30
【表彰式】
11月25日(日) マティダ市民劇場 13:00開場 14:00開演
お問合せは 文化振興課 ☎72-3751(内線453)



川満 光江



洲鎌 勝彦

新しい人権擁護委員が
呑囁されました
人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受け、法務局が実施する人権相談所や自宅などで住民のみなさんからの人権相談を受けるなど、人権の啓発・擁護のため積極的な活動を行っています。平成19年10月1日付けで洲鎌勝彦さんが再任、川満光江さんが新任で人権擁護委員に委嘱されました。
新しい人権擁護委員をよろしくお願ひします。

11月は精神保健福祉普及月間です
つながげよう 広げよう 心の架け橋

沖縄県では毎年11月を精神保健福祉普及月間として定めています。宮古地区でも精神保健福祉普及月間実行委員会を立ち上げ、精神療養者の社会復帰及び自立と社会参加の促進を図るとともに、精神保健福祉活動の啓発普及、並びに関係機関の精神保健福祉事業の強化を推進することにより、宮古地区における地域精神保健福祉活動の向上を図ることを目的とし、文化芸術点やこころの健康フェスタ等の催しを予定しています。
精神疾患は誰でもなりうる可能性のある病気です。自分は大丈夫と思っている人も、うつや統合失調症などの精神疾患になる可能性はあります。普段からストレスに対して適度な解消法を持ったり、家族や友人などの身近なところからお互いの心を思いやる気持ちを持つこと。そうした姿勢が、精神疾患に対するイメージを正しくしていくことにつながり、相手を理解することのできる優しい社会を築くことができます。
精神保健福祉普及月間では、精神療養者の日ごとの活動や、精神疾患についてもっと知ってもらうために、各種催しを行います。また、相談機関の紹介なども行っていますので、どうぞお気軽にご来場下さい。
宮古島市障がい福祉課 ☎七七・四九〇

行事日程

- ★オープニングセレモニー★
11月1日(木) 15:00～17:00
サンエーショッピングタウン駐車場
・チラシ配布やたすきリレーなど
★文化芸術展★
11月19日(月)～21日(水)
市役所平良庁舎1階ロビー
・日ごろの活動での詩や写真、絵画、その他作品の展示
★SST講座★
11月21日(水) 13:00～17:00
働く女性の家ゆいみなあ
・精神障害者の理解を深めるための講話
★こころの健康フェスタ★
11月23日(金) 10:00～15:00
宮古島市中央公民館
・野菜や苗の販売、カレーやそばなどの軽食コーナー、手作り作品の展示即売
・相談機関や作業所等の活動紹介
・踊りや歌、カラオケ大会など



11月は児童虐待防止推進月間

～きこえるよ 耳をすませば 心のさけび～

児童虐待は子どもに対する重大な権利侵害です。「あなた」の実行が子どもを守ります。おかしいと感じたら迷わず相談しましょう!

★子どもを虐待から守るための5か条

- ①「おかしい」と感じたら迷わず連絡(通告)
→通告は義務=権利
②「しつけのつもり」は言い訳
→子どもの立場で判断
③ひとりで抱え込まない
→できることから即実行
④親の立場より子どもの立場
→子どもの命が最優先
⑤虐待はあなたの周りでも起こりうる
→特別なことではない



連絡・お問合せは
市家庭児童相談室 ☎77-4913
宮古島警察署 ☎72-0110
県中央児童相談所 ☎098-886-2900

水産みどり課からのお知らせ

◇「花いっぱい推進事業」を実施

11月から、水産みどり課は「花いっぱい推進事業」を開始します。この事業は、市で準備した花の種を自治会や学校、通り会などの団体に鉢に植え、市の施設で苗まで育てた後引き渡すというもので、まちを花でいっぱいにするを目的に毎年実施されています。

◇19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。申込は、11月1日(木)から受け付けています。申込方法や対象樹種等はお問い合わせ下さい。

◇「防風林用苗木販売」事業の結果について

9月1日の防災の日になみ、9月2日～28日まで防風林用苗木販売を実施したところ、5樹種あわせて3,000本以上の販売数と、70人以上の市民のみなさまのご利用がありました。たくさんのご利用、本当にありがとうございました。

今後も緑化推進・環境保全に努めていきますのでご理解とご協力をお願いします。



詳しくは 水産みどり課緑化推進係 ☎72-9784

税 宮古島市納税課 ☎ 73-5229

休日納税相談を実施します

納税課では、普段お仕事などの都合により窓口へ来られない方の為に下記の日程で納税相談を行います。お気軽にご利用下さい。

- ◎期日：11月4日(日)、11月18日(日)
- ◎時間：9:00～16:30
- ◎場所：宮古島市役所平良庁舎 1階 納税課

窓口移動のお知らせ

平良支所市民生活班の国民健康保険・老人保健担当は、10月9日より庁舎1階から2階に移りました。

ご利用の際はお間違えのないようお願いいたします。

平良支所 市民生活班 ☎ 72-3751(内線 210)

平成20年度 小淵国際交流基金フェローシップ事業 派遣者募集

財団法人沖縄県国際交流・人材育成財団では、平成20年度小淵国際交流基金フェローシップ(奨学金)派遣者を募集します。

この事業は、県内に所在する教育・研究機関や行政機関、メディア、経済団体等で人文・社会科学分野での活動を行う研究者、実務家、専門家等(大学院生除く)に奨学金を支給し、地球規模やアジア太平洋地域に共通する課題等について研究する機会を提供するものです。

【受入先】
米国イーストウエストセンター本部(ハワイ州) またはワシントン支部

【期間】
1ヶ月以上6ヶ月以内

【締切】
平成19年12月3日(月)17:00まで
※要項・申請書はダウンロードできます
<http://oihf.or.jp/> (財団ホームページ)

お問合せは 沖縄県国際交流・人材育成財団
TEL: 098-941-6771

税 を考える週間

11月11日(日)～11月17日(土)


テーマ：少子・高齢社会と税

～ 国税電子申告・納税システム(e-Tax)の周知及び利用促進～

少子化社会白書によると、わが国の2050年の人口構成は高齢者(65歳以上)1人に対して生産年齢人口(15～65歳未満)は1.5人となる「超少子高齢社会」に変わってしまいます。このような社会では、労働力人口の減少や社会保障関係費の増大により、公的サービスの財源となる税の役割はますます重要になります。

国税庁ではこうした現状を踏まえ、納税者に便利で税務当局にとって事務の効率化等につながり汎用性のある、「国税電子申告・納税システム(e-Tax)」の普及に取り組み、納税者サービスの一層の充実を図っています。

さらに便利で使いやすい!
ネットでどこでも申告・納税。



個人の方は、さらに便利!

- ①HPからカンタン入力
- ②最高5,000円の税額控除
- ③添付書類が提出不要
- ④還付金がスピーディー

詳しくは 平良税務署 TEL: 72-4874
国税庁ホームページ: <http://nta.go.jp>

自動車事故による被害者の方へ ご存知ですか? 「育成資金の無利子貸付」

自動車事故により死亡または重度の後遺障害が残った方のお子様(義務教育終了前)を対象に、無利子の育成資金貸付を行っています。

- ★支給額：一時金15万5千円、以後月額2万円
※希望により小・中学入学時に支度金4万4千円
- ★期間：貸付決定時から中学校卒業まで
- ★交換：貸付期間終了後6ヶ月または1年の据置期間経過後20年以内 ※進学者は猶予期間有り

自動車事故により重度後遺障害者となられた方へ ご存知ですか? 「介護料の支給」

自動車事故により、日常生活で常時または随時の介護が必要となった方(対象者)を介護するご家庭に、負担の軽減のための介護料の支給を行っています。

- ★支給額：①「重度行為診断書」で「最重度」の方
→月額68,440円～136,880円
- ②①以外で常時の介護が必要な方
→月額58,570円～108,000円
- ③随時の介護が必要な方
→月額29,290円～54,000円

申込・お問合せは 自動車事故対策機構 沖縄支所
TEL: 098-862-8667

ゆいみなあからのお知らせ

「女性に対する暴力をなくす運動」が平成19年11月12日～25の間、実施されます。その運動に関連し、宮古島市働く女性の家(ゆいみなあ)では男女共同参画社会実現への課題と、解決に向けた啓発活動の一環として、下記事業を行います。

◎DV防止に向けたパネル展示会

宮古でのDV被害者の状況などのパネル展示

《期間と場所》

- 平良庁舎ロビー 11月12日(月)～16日(金)
- 伊良部庁舎ロビー 11月20日(火)～26日(月)

◎男女共同参画関係図書の貸出

働おきな女性財団との共催による関連図書の貸出

《期間と場所》

- 11月1日(木)～12月18日(火)
- 市働く女性の家 ゆいみなあ
- 子育て支援センター(※伊良部地区)



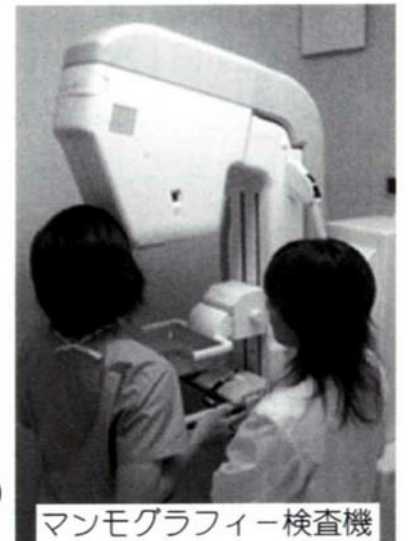
お問合せ先

働く女性の家 ゆいみなあ ☎ 73-5245(月・祝祭日休館)

乳ガンの早期発見・治療のために… マンモグラフィーのすすめ

マンモグラフィーとは、乳房専用の装置を使ったX線撮影検査のことです。触診では判断することができない早期の腫瘍や細かな石灰化などを写し出すことができますので、乳がん検診や精密検査として行われています。乳がんは女性に多くかかる病気で、働き盛りの40代に罹患率(病気にかかる確率)がピークとなりますが、早期発見・早期治療で治る確率が高くなります。

なにか違和感を感じた方は自分で判断をせず、すぐに医師や放射線技師に相談し、定期的にマンモグラフィーなどの適切な検査を受けるようにしましょう。



詳しくは 県立宮古病院
☎ 72-3151(内線 1162)
※予約は内線 1137

沖縄県の最低賃金は 618円(時間額)です

— 守ろう! 確かめよう! この最低賃金 —

平成19年10月28日発効された沖縄県の最低賃金は、これまでより8円引き上げの618円(時間額)になりました。この最低賃金額は、原則として県内の全ての労働者(常用・臨時等の雇用形態問わず)に適用されます。※特定の産業には、産業別最低賃金が定められています。

お問合せは 沖縄労働局賃金室 TEL: 098-868-3421

全国一斉「女性の人権ホットライン」 強化週間

11月12日(月)～18日(日)

夫やパートナーからの暴力や、職場でのセクハラ、つきまとい(ストーカー)などで悩み事があったら、一人で悩まず相談してみませんか?

- ◇時間 8:30～19:00(土日は10:00～17:00)
- ◇電話 0570-070-810
- ◇担当 人権擁護委員及び法務局職員

お問合せは 那覇地方法務局 TEL: 098-854-1215

指名手配被疑者の 検挙にご協力を!

警察では、特に重大な犯罪の被疑者を選定し、十一月中旬に全国警察の総力を挙げて追跡捜査・早期検挙に向けて取り組んでいるところです。この指名手配被疑者の発見のための各種捜査活動には、市民の皆さんのご協力が必要不可欠です。指名手配被疑者に心当たりがある場合は、どんなわずかなことでも結構ですので、警察までご連絡下さい。

宮古島警察署 ☎ 72-0110

労災保険や介護のこと お気軽に相談下さい

労災の年金や介護、「過労死」などの相談にご利用下さい。

- 日時 毎日(土日祝祭日除く)
- 時間 午前9時～午後5時
- 場所 沖縄労災ケアサポートセンター
- 来所、電話、文書等により相談をお受けします

詳しくは 那覇市松山一の三二の七
沖縄労災ケアサポートセンター
電話 098-869-1328



宮古島市 食生活改善推進協議会
からだに優しい野菜たっぷりバランス食



ねんじゅもの炒めものと
さつまいもサラダ

※「ねんじゅも」とは丘のりのことです

【1人当たり】
エネルギー 753kcal
たんぱく質 38.8g
脂質 20.5g

ねんじゅも 150g
豚肉スライス 200g
人参 150g
パパイア 100g
ニラ 100g
小豆(生) 50g
サラダ油 大さじ1
味噌 大さじ2

【ねんじゅもの炒めもの】作り方/材料4人分

- ① 30分ほど水につけておいた小豆を、箸でつぶせるくらいまで茹でておく
- ② ねんじゅもを水でよく洗い、茹でておく
- ③ パパイアと人参の皮をむいて荒めのおろし金でおろし、ニラを3cm、豚肉を1cmくらいの大きさに切る
- ④ 鍋にサラダ油を入れてなじませ、豚肉を炒める
- ⑤ パパイア、人参も炒め、やわらかくなったら茹でた小豆とねんじゅもを加える
- ⑥ 全体に火が通ったらニラを入れ、味噌を加え味を整えてできあがり

【一口メモ】淡水で育ち、芝など草地で見られるねんじゅも。タンパク質や繊維が多く、小豆やパパイアとの相性はバッチリ。今回は味噌味にしてみました。

【さつまいもサラダ】作り方/材料4人分

- ① 30分ほど水につけておいた小豆を、箸でつぶせるくらいまで茹でておく
- ② さつまいも、人参の皮をむき、さつまいもは角切り、人参は花形に切って、茹でる
- ③ きゅうりをスライスして塩もみし、水洗いする
- ④ 玉ねぎ、パセリをみじん切りにする
- ⑤ ④をお茶パックに入れ、流水でもみ洗いしながらさらす
- ⑥ ボールにマヨネーズとヨーグルトを入れて混ぜ、⑤で水にさらした玉ねぎとパセリも加えてドレッシングをつくる
- ⑦ さつまいも、きゅうり、人参をかるく混ぜあわせ、ドレッシングをかけて小豆をまぶしてできあがり

さつまいも 200g
人参 100g
きゅうり 150g
小豆(生) 20g

ドレッシング
マヨネーズ 大さじ1
玉ねぎ 100g
パセリ 適宜
プレーンヨーグルト 大さじ2

【一口メモ】さつまいもはカリウムと食物繊維が豊富で、かつて沖縄ではよく食べられていました。美容と健康に良いさつまいもと小豆、ヨーグルトのドレッシングと組み合わせてサラダに取り入れてみました。

私たちが考えました！



宮古島市食生活改善推進員
平良地区7班のみなさん

砂川ヒデさん、島尻昭子さん、
上地真理子さん、古波蔵小夜子
さん、友利真知子さん、下地子
工子さん、津嘉山千代さん
(順不同・敬称略)

宮古島市の人口
(10月1日現在)

※()は先月比。

宮古島市の人口 55,544 (+ 18)
平良 35,645 (+ 42)
城辺 7,260 (+ 3)
上野 3,170 (- 3)
下地 3,265 (- 11)
伊良部 6,204 (- 13)

男性 27,663 (+ 7)
女性 27,881 (+ 11)
世帯数 23,182 (+ 32)

(9月の人口動態)

転入 144 出生 47
転出 139 死亡 34

元気なBABY



いな
奥原 里奈ちゃん

2006年12月14日生まれ・平良

2008年版沖縄県民手帳
購入予約受付

沖縄県のすがたが一目で分かる！
便利でスマートなスケジュール帳です。

○大型判(9×14cm) 600円
○小型版(7×11cm) 300円

予約申込：11月16日(金)まで

販売時期：12月上旬より、
現金と引替に配布します

購入申込・お問合せは

宮古島市役所 企画調整課統計係
TEL：72-4878 FAX：72-3795

●広報みやこしまは、一部あたりおよそ16円で作られています。