



伊江島 広報

No.381

平成23年 8月号

ふ ハツチャー

「人権の花」開花式



7月5日に伊江小学校で人権の花開花式が開催されました。

5月の中旬にメランポジウムの苗を植え付け、約2カ月の間に休み時間を利用して、花の世話をし、学校が休みの日には、水かけ等を児童の当番制で行いました。この間台風の襲来もありましたが、プランターを屋内に移動する等、対策を行い満開の花を咲かせました。

開花式では、各学級児童がこれまでつけた花の成長日記や、感想画、作文等が展示され、各学級代表者は全校生徒の前で、自分の作品を紹介しました。大事に育ててきた花は地域の施設等に贈呈され、人権の花と人権の心を引き継ぎました。

作品紹介をした長嶺和君はいじめについて作文を発表し「人権の花を育てることで芽生えた、優しい心を忘れずに、人権について考えていきたい」と感想を話しました。

村の世帯数と人口の比較(7月31日現在)					7 月の 出生 児 数
	昭和46年 (40年前)	平成3年 (20年前)	平成23年	先月比	
世帯数	1,446	1,880	2,239	5	
総人口	6,249	5,589	4,868	4	4
男	2,971	2,773	2,468	2	0
女	3,278	2,816	2,400	2	4

健診直前! メタボ対策講座

今年も、10月中旬から、住民健診が実施されます。健診対策、メタボ対策は、いかがでしょうか。次の住民健診が不安になってきた方は、『地デジ対策の次はメタボ対策!』を合言葉に、そろそろ生活の見直しや取り組みを始めてみませんか。

その1

「血糖値 (HbA1c含む) をよくする」 ～清涼飲料の飲みすぎにご注意!～

暑いと、汗を多量にかき、水分もたくさん補給しなければなりません。そのとき、水、お茶、清涼飲料（ジュース・炭酸飲料・缶コーヒー等）のどれを選びますか？

暑い夏には、冷たい清涼飲料がとても美味しく、ついたくさん飲んでしまいがちです。しかし、この清涼飲料の糖分が問題なのです。なぜなら、この糖分の量がハンパな量ではないからです。

成人が1日に
摂ってよい糖分は
50gまでと
されています。

清涼飲料の糖分の量を
スティックシュガー（1袋3g=12cal）に換算すると…



缶コーラ
(350ml)
**11.7袋
(35g)**



缶コーヒー
(190g)
**4.3袋
(12.9g)**



乳酸菌飲料
(65ml)
**3.9袋
(11.8g)**



スポーツドリンク
(500ml)
**11.2袋
(33.5g)**



紅茶飲料
(500ml)
**6.6袋
(20g)**



炭酸飲料
(500ml)
**16.8袋
(50.5g)**

冷たくしている飲み物や炭酸飲料は、糖分の量に比べて甘みを感じにくいために、ついたくさん飲んでしまいがちです。また、清涼飲料に含まれる糖分は、血糖値を急激に上げやすい性質を持っています。その結果、血糖を一定に保つホルモンであるインスリンを出す膵臓に負担をかけてしまい、やがてはインスリンの働きが悪くなり、血糖値が上がりっぱなしになってしまうのです。

血糖値 (HbA1c含む) を良くする、または悪くしないようにするためには、清涼飲料を飲む量について注意が必要です。**水分補給は、なるべく水かお茶にしましょう。**毎日の水分補給を水かお茶にして、缶コーヒーを1日10本から1本に減らただけで、血糖値やHbA1cが正常値に戻った方もいます。

住民健診まであと2カ月しかありませんが・・・大丈夫！今からでも間に合います。体重や腹囲を減らすには、生活の見直しや取り組みを始めて3カ月以上かかりますが、血液の中身は、1～2カ月で変化するので、今からでも決して遅くはありません。

さあ、あなたも生活の見直しを始めて、住民健診ではよい結果を出しましょう！

特定健診の検査値のことや
生活習慣の改善の方法がわからない場合は、
遠慮なく保健師にご相談ください。



伊江村役場 住民課 国保係
(特定健診・特定保健指導担当)
☎ 49-2002



保健師だより

～乳がん検診を受けましょう!～

がん検診を受けていますか？

伊江村では、7月29日（金）に、改善センターにおいて婦人がん検診を実施いたしました。7月29日

（金）に婦人がん検診を受けることが出来なかった方は、個別乳がん検診を北部地区医師会病院にて、医師による視触診とマンモグラフィ（2方向）検査を受けることが出来ます。受診希望の方は医療保健センター3階までお申込み下さい。

検診を受けることで、がんを早期に発見し、早期に治療することが出来ます。自分のため、家族のため、しっかり検診を受けて、自己管理に努めましょう。

「個別乳がん検診」

（北部地区医師会病院）

対象：30歳以上の方

受診数：100名

料金：2000円

申込期間：平成23年8月1日（月）～31日（水）

申込場所：伊江村福祉保健課（医療保健センター3階）

受診期間：平成23年8月1日（月）～10月31日（金）

火・水・木 午後～（水・木送迎バスあり）

※昨年度マンモグラフィ検査を受けた方は、今年度は対象外となります。（2年に1回受診）

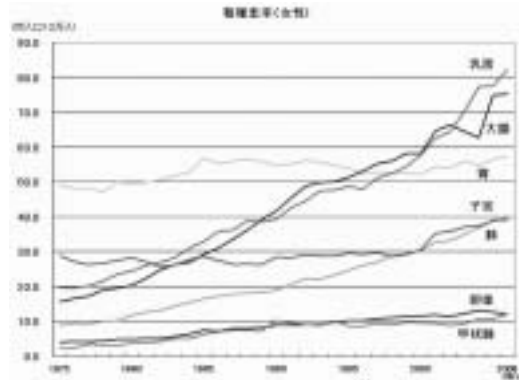
● とりあえず・・・乳がんってなに??

女性の乳房には、乳首を中心に乳腺が15～20個放射状に並んでいます。その乳腺の一部の細胞の遺伝子が、さまざまな要因を積み重ねて変異し、がん細胞となって増殖したものが乳がんとされています。

● 乳がんの罹患率

日本で乳がん罹患する女性は年々増加傾向にあり、どの年齢層でも増加しています。乳がんの罹患率は30歳代から増加し始め、50歳前後にピークを迎え、その後は加齢と共に減少していきます。

また、乳がんの発生にはエストロゲン（女性ホルモン）が関与するとされ、初潮年齢の若い人、閉経年齢の遅い人、子どもの数が少ない人、最初の出産年齢が高い人、更年期障害に対してホルモン補充療法を行った人も乳がんのリスクが高まるのではないかと考えられています。肥満やアルコール過剰摂取も乳がんのリスクに関与していると考えられています。



● 乳がんはどうやってわかるの??

20歳を過ぎた女性は毎月、生理が終わって数日以内、生理のない女性は毎月決まった日に、しこりがあるかどうかを自分で検査することをお勧めします。大きな鏡



で見ながら、乳房の形の変化、くぼみの有無や皮膚の色をみながら、乳房を触れてしこりを探します。

また、乳頭から分泌物があるかを調べましょう。異常があればなるべく早く乳がん専門医を受診してください。

40歳以上の女性は2年に1回のマンモグラフィによる検診を受けましょう。自分で見つけることができないような小さなしこりが発見されることもあります。また、専門医がしこりの状態を触診することによって「乳がんらしいかどうか」がある程度はわかります。



お問い合わせ先 **福祉保健課 49-2234、49-5000**

沖縄県立農業大学校 学生募集案内

本科（2年課程）定員30名

短期養成科（1年課程）定員10名

(19年度より新設)

野菜専攻
コース

花き専攻
コース

果樹専攻
コース

肉用牛専攻
コース

*入学時の年齢が概ね60才まで

平成24年度学生募集について

I 本科

■推薦入試：平成24年3月卒業見込みで学校長が推薦する者等

■特別推薦入試：市町村長、農協長、普及センター所長が推薦する者等

★願書受付期間：平成23年9月1日(木)～10月28日(金)

●試験日：平成23年11月16日(水)

●試験科目：・小論文、・数学基礎、・面接
*特別推薦は・小論文、・面接

II 本科

■一般入試：平成24年3月卒業見込みの者、または同等以上の学力を有する者等

★願書受付期間：平成23年11月1日(火)～12月19日(月)

●試験日：平成24年1月17日(火)

●試験科目：【必須科目】・国語総合、・数学I
【選択科目】理科総合A、理科総合B、
農業科学基礎の3科目から1科目選択
・面接

III 短期養成科

■特別推薦入試：市町村長、農協長、普及センター所長が推薦する者

■一般入試：高等学校を卒業した者または同等以上の学力を有する者

★願書受付期間：平成23年11月1日(火)～12月19日(月)

●試験日：平成24年1月17日(火)

●試験科目：・小論文、・数学基礎、・面接
*特別推薦は・小論文、・面接

入学時の必要経費

◎入学金は無料、授業料は年間83,700円
(前期・後期に分けて納入します)

◎*その他実費：入寮者年間約40万円程度必要
*教材費、寮維持費、食費等

入学願書提出先

出願書類は一式、沖縄県立農業大学へ提出する。
(下記あて)

・入学願書は各高等学校、農業改良普及課、
市町村、農協、農業大学校にあります。

問い合わせ先

〒905-0019 沖縄県名護市大北1丁目15番9号
沖縄県立農業大学校 教修班へ

TEL: 0980-52-0050
FAX: 0980-54-2853

～メッシュ・サポートからのお知らせ～

MESH救急ヘリ継続運航にご協力ください!



▲救急現場に「一瞬でも早く、一寸でも近く」到着することが救命率の向上に繋がります。

日頃より民間救急ヘリMESHへご理解とご支援を頂き、心より感謝申し上げます。

MESHは北部地域の救急医療改善の為、活動を続けてまいりましたが、資金不足により本年10月以降、活動継続が難しい状況となってきました。「いざ」という時に安心できる医療環境にするには、地域住民の皆様による「継続的なサポート(年間会員制)」が必要です。ご無理のない範囲内でのご支援・ご協力をよろしくお願い致します。

【お問い合わせ】

メッシュ名護事務所 電話 0980-54-1006

畜産農家の台風対策について

沖縄県農林水産部畜産課

沖縄県は台風常襲地域です。毎年平均7個襲来しています。近年では平成15年9月に宮古島を台風14号が直撃したのをはじめ、平成18年、19年にも大型台風が直撃し、県内に甚大な被害をもたらしました。



台風により全壊した畜舎

平成18年、19年の最大瞬間風速

平成18年9月	台風13号	西表島	69.9m/s
平成19年7月	台風4号	那覇市	56.3m/s
平成19年9月	台風11号	久米島町	62.8m/s
平成19年9月	台風12号	西表島	65.9m/s
平成19年10月	台風15号	与那国町	63.2m/s

これらの台風は畜産においても深刻な被害をもたらしています。畜産の被害は、畜舎の損壊、家畜の被害、ロール乾草の被害に集中しています。

平成19年の畜産の被害事例を参考にして、これからの対策について考えましょう。

事後の対策

- 1 天候回復後、直ちに畜舎を点検する。排水に努める。
- 2 家畜の状態を確認し、消毒、診療等必要な処置を講じる。
- 3 雨に濡れたロールは、乾燥させ、品質低下があれば敷料として活用する。

保険に入ろう!!

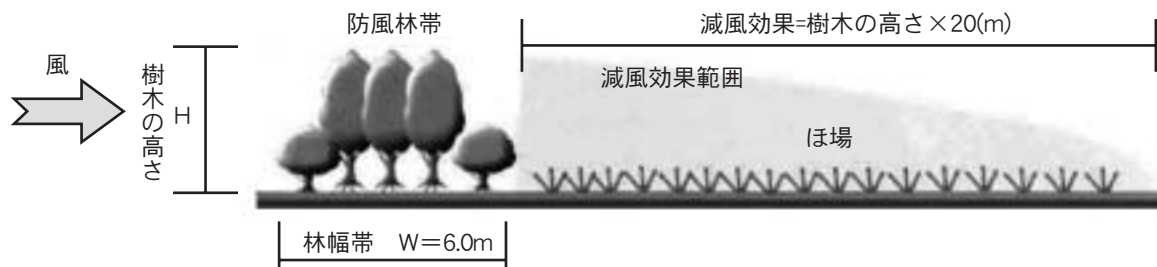
万が一に備えて、家畜と畜舎は保険に加入しておきましょう。
家畜：家畜共済（農業共済連合会）
畜舎：建物更正共済（JA）

防風林について

農作物や農業用施設などへの台風対策のひとつとして、防風林の有効性が証明されています。畜舎被害は周囲に木がない環境で多く発生していますので、畜産農家のみなさんも防風垣を植栽するなどの対策を取りましょう。

防風林の効果

防風林が風を和らげる効果は、一般的に樹木の高さHに対して、風下側に20倍程度とされています。例えば、防風林の高さが5mだとすると100m先の畑まで防風効果があることとなります。



(減風効果：沖縄総合事務局資料)

■ 沖縄県農林水産部畜産課

〒900-8570
沖縄県那覇市泉崎1-2-2
098-866-2269

● 北部家畜保健衛生所 0980-52-2939

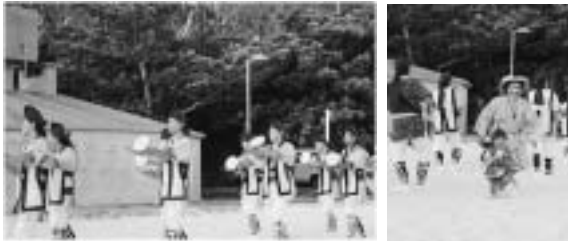
● 中央家畜保健衛生所 098-945-2297

● 宮古家畜保健衛生所 0980-72-3321

● 八重山家畜保健衛生所 0980-82-2041

花火大会エイサー

伊江村青年会は、7月16日に伊江ビーチにおいてエイサー演舞を行いました。踊り手24名による情熱的なエイサーに海洋博での花火を見に来た村民や観光客も楽しんでいる様子が見られました。



お礼

日ごろから、青年会へのご支援・ご協力に大変感謝申し上げます。16日に募りました募金について、53,226円の支援をいただきました。今回の募金について、東日本大震災で被災した東北3県（宮城・福島（相馬市）・岩手）で受け付けている震災孤児等への支援金として寄付を行いました。ご協力、ありがとうございました。

伊江村青年会 会長 上原 健一

婦人の主張

7月7日に婦人の主張大会が開催され、各区代表7名のみなさんが、家族や出産、子育てを通しての出会いや、成長の足跡を発表しました。最優秀賞には「母が書いた詩」と題して発表した、東江前区の木村文香さんが選ばれ、8月20日に大宜味村で開催される「北部地区婦人の主張大会」に村代表として派遣されます。



第57回 全日本中学校 通信陸上競技選手権 【沖縄】大会

平成23年7月2日（土）
沖縄県総合運動公園

8位入賞者

氏名 (学年)	順位	種目	記録
金城 麟 (3)	1位	共通砲丸投	10m59
島袋 大和 (3)	2位	共通走幅跳	6 m14
渡久地未波 (3)	2位	共通円盤投	21m46
石新 航洋 (3)	3位	共通棒高跳	3 m00
金城 麟 (3)	4位	共通円盤投	18m63
島袋 大和 (3)	5位	3年100m	11" 95
玉城 佳子 (3)	6位	共通200m	29" 99

第31回 沖縄県中学校 夏季陸上競技大会

男子総合優勝 男女総合3位

平成23年7月17日（日）
沖縄県総合運動公園

8位入賞者

氏名 (学年)	順位	種目	記録
宮里 宏武 (3)	1位	共通男子400m R	45" 01
知念 翔大 (3)			
大城 勝也 (3)			
島袋 大和 (3)			
金城 麟 (3)	1位	共通女子砲丸投	10m56
石新 航洋 (3)	2位	共通男子棒高跳	3 m40
島袋 大和 (3)	2位	共通男子走幅跳	6 m34
島袋 大和 (3)	3位	共通男子三段跳	12m46
阿波根昌翔 (2)	4位	低学年男子100mH	15" 63
長嶺 慶 (1)	5位	1年男子100m	12" 36
大城 勝也 (3)	6位	共通男子400m	57" 46
玉城 佳子 (3)	7位	共通女子200m	29" 06
渡久地未波 (3)	7位	共通400m R	56" 25
金城 沙希 (2)			
玉城 佳子 (3)			
金城 麟 (3)			

※各種目1位、2位の選手は8/6～7日に宮崎県で開催される九州中学校陸上大会へ出場

※男子400mRは8/19～22日に奈良県で開催される全日本中学校選手権に県代表として出場

ラム酒お披露目

イエラムサンタマリアのお披露目会が7月20日に開かれました。

待望の地酒誕生ということで日中から多くの村民が訪れ、工場見学やラム酒の試飲を楽しみました。会場では、特産品のイエソーダで割ったイエラムハイボール等、4種類のカクテルが紹介され、特産品のコラボレーションに伊江島ブランドのさらなる飛躍に期待が高まります。



西小学校(西幼稚園)仮設校舎 完成

5月30日に着工した「西小学校(西幼稚園)仮設校舎」が、このほど完成し引っ越し作業が、7月29日、31日に児童、PTA、中学生のボランティアらの協力で無事終了しました。

仮設校舎は、本校中庭(南)に建設され、A棟(正門)側に幼稚園・家庭科室・理科室等、B棟(中央)に職員室・事務室・校長室等、C棟(体育館南)に普

通教室・保健室・給食配膳室等が配置されています。

西小学校・西幼稚園では全面改築されるのを前に、校舎・園舎とのお別れ会を7月20日、幼稚園の中庭で行いました。

校舎・園舎の窓ガラスには「西小校舎・西幼稚園園舎ありがとう」の文字が張り出され、各学年の代表者たちが校舎・園舎への感謝の言葉を述べました。



満1歳

お誕生日 おめでとう





大城 煌夢 (きらむ)くん

性別：男
 生年月日：平成22年8月31日生
 父：大城 卓
 母：大城 彩
 行政区：東巧上
 もっと大きくなってね、元気で思いやりのある子に育ってちょうだい。
 あら、笑顔も忘れないうね。



東江前区が優勝!

第27回 少年少女水泳大会

7月9日に「第27回少年少女水泳大会」が開催され、28種目で熱戦が繰り広げられました。

保護者や関係者の声援の中、3年振りに東江前区が優勝に輝きました。個人では西小学校1年生の新川将吏君が、10年振りに25メートルのビート板の記録をぬりかえる等盛り上がりを見せました。



新記録達成の新川将吏君

全国大会・九州大会派遣児童・生徒 激励金授与式

村内の小中学生の全国大会及び九州大会の出場を激励する為に教育委員会と伊江村総合型スポーツ少年団主催で伊江島カントリークラブにて行われていたゴルフコンペの贈呈式が7月20日に役場中会議室で行われました。

たくさんの村関係者から寄付や商品を頂き多くの激励金が7つの団体へ贈呈されました。

村内の児童・生徒の結果及び開催は次のとおりです。

【結果】

第31回九州ジュニアゴルフ選手権

伊江中学校2年 金城 沙希
7月28日・29日 19位

わんぱく相撲全国大会

伊江小学校6年 西 凌
 団体の部 優勝
 個人の部 3回戦進出

第16回高野山旗学童軟式野球大会

伊江NYC 7月23日 惜しくも1回戦敗退



【開催日】

全国中学校都道府県相撲大会

伊江中学校3年 島袋玄吉 開催 8月7日

第38回全日本中学陸上競技選手権

伊江中陸上部 開催 8月19日

第33回九州中学校陸上競技大会

伊江中陸上部 開催 8月5日

第9回スナッグゴルフ対抗戦 JGT Oカップ全国大会

伊江小学校
 (西江 悠・根路銘太希・島袋 来生・上田 喜一
 大城純一郎・玉城 佑馬) 開催 11月5日

紙面を借りて御礼申し上げます。

●東江前四七九番地二
 東江千代様より
 故夫東江實生様の
 香典返しとして

●東江前四七九番地二
 東江千代様より
 故夫東江實生様の
 香典返しとして

御寄付御礼

県勢初の 全国制覇

伊江小学校6年生の西江凌君が、「全国わんぱく相撲大会」に沖縄代表として出場しました。

個人の部では3回戦進出、団体の部では見事に県勢初となる、全国制覇を果たしました。8月2日に帰島した凌君を、伊江小学校の先生方や、関係者のみなさんが大きな拍手で出迎えました。

