



# 伊江島 広報

No.382

平成23年 9月号

# 伊江島 エイサー

## 総勢約100名による勇壮なエイサーを披露



伊江村青年会は、8月12日・13日に旧盆巡回エイサーを実施しました。12日には、真謝区の前古堅商店前、西崎区の岸本商店前、西江上売店前、阿良区の友寄商店前、東江前区の丸長商店前、13日には、東江上区の門口公園前、東江前区のお食事処岬前、川平区のココストア前、川平区の前伊江漁協前、ミースイ公園を廻り、計10か所でエイサーを披露しました。踊り手や裏方など、総勢100名余りの青年による情熱的なエイサーに、村民の方々の目も釘付けになり、旧盆の夜を楽しんでいました。エイサーを踊る人と見る人とが、互いに楽しんでいる様子が見られました。

### お礼

この度、青年会旧盆巡回エイサーへのご支援・ご協力に大変感謝申し上げます。とくに、村内の職場や地域のみなさまのご理解がなければ、私たち青年会の活動もなしえないものと考えております。皆様の御恩に酬いるためにも、青年会と致しましては「若き青年パワーで島を活性化しよう！」のキャッチフレーズのもとで、島にさまざまな形で還元していきたいと思っていますので、今後ともよろしくご指導・ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

伊江村青年会 会長 上原 健一

平成23年度 **自殺予防週間** 9月10日(土)～16日(金)

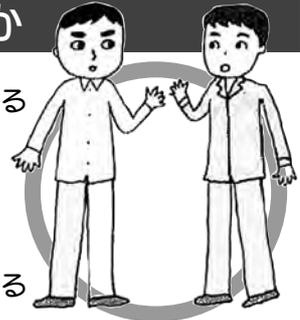
# つながるわ ささえるわ

日本では50代後半の男性に自殺率が高くなっていますが、近年若者や30歳代の自殺が増加しています。自殺の動機として最も多くなっているのは健康問題です。そのほかにも経済上の問題や家庭問題、職場の問題などもあり、その背景はさまざまです。

まずは声を掛け合うことから始めてみませんか



- **気づき** 家族や仲間の変化に気づいて声をかける
- **傾聴** 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- **つながり** 早めに専門家に相談するよう促す
- **見守り** 温かく寄り添いながら、じっくり見守る



## 禁煙外来をはじめて タバコの害について

伊江村立診療所所長 阿部好弘

昨年の12月から禁煙外来を始め、これまで45名の方が受診していただきました。6名が途中で脱落しましたが、殆どの方が禁煙に成功しています。

喫煙の害は知っているが、なかなか止められなかった原因は、タバコに含まれるニコチンによる依存症のためです。ドラッグの中で一番やめにくいのがヘロインです。次がコカイン、三番目がなんとタバコです。その次がよく芸能人が捕まったりする覚せい剤です。次が大麻です。

喫煙は、高血圧、糖尿病、腎臓病、心臓病、肺疾患（喘息、肺気腫）、癌に大きな悪影響を及ぼします。喫煙者の50%の人たちが70歳までに亡くなっています。

お母さんの妊娠中の喫煙は、胎児に悪影響を与え、未熟児や突然死症候群の発生率が増えます。また、子どもの肥満度に影響を与え、20～30年後には子どもの糖尿病のリスクを4倍に高めると言われています。

また、お父さんが家の外でタバコを吸っても、衣類や皮膚についた煙、吐く息は、育ち盛りの子どもに影響を与え、風邪を引きやすくなったり喘息を起こしやすくなったりします。少なくとも家の入り口から7m離れ、吸い終わって4分たってから戻して下さい。

このように喫煙に関わる不都合な真実が次々と明らか

になっても、わが国では未だタバコはコーヒー・紅茶と同じ「大人の嗜好品」とされています。

タバコの煙には60種類を超える発がん性物質が含まれていますが、もしコーヒー・紅茶にこれだけの発がん物質が入っていると分かっても皆さん毎日喜んで飲むのでしょうか。タバコは7割以上の方がやめたいと思いつつ吸い続け、若者たちは今なお無知なまま喫煙者の仲間入りをしています。

世界のタバコ対策の進化は激しい。192カ国間でのタバコ規制枠組み条約（FCTC）は、今世紀中に喫煙習慣を『正常でないこと』にする方向で進められています。法のもと、発がん性のある受動喫煙にさらされず安全に生活できる国が多くなっています。次世代のため早く禁煙先進国の仲間入りをしたいものです。

伊江島の学校保健の調査で、小学校の6年生の中に、将来タバコを吸うと思うと答えている子がいます。家庭で親がタバコを吸っているそうです。身近な人が吸う環境の子どもほど、好奇心で将来の喫煙に向かっています。これからの若い世代のためにも、小学校・中学校からのタバコに対する正しい知識の教育が必要です。

### 禁煙外来の案内

毎週月曜日 午後1時30分～

\*予約制となっています。

詳しくは診療所へお問い合わせください。

問い合わせ：伊江村立診療所：49-2054

# 健診直前! メタボ対策講座

今年も、10月中旬に、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、生活の見直しや生活習慣の改善に向けた取り組みを始めてみませんか。

## その2 「中性脂肪をよくする」 ～油脂類・菓子類・お酒のとりすぎにご注意!～

残暑の毎日、夜の楽しみは、冷えたビールや泡盛と言う方は少なくないと思います。そこで、つい飲みすぎてしまったり、揚げ物などのつまみを食べ過ぎたりしていませんか。また、菓子類をたびたび食べてしまうということはありませんか。

飲食物は、体内に入ると、エネルギー源として使われますが、使われなかった分は中性脂肪に置き換わります。中性脂肪の材料は、アルコールや油、肉の脂、菓子類、果物です。これらを取りすぎると、当然、血液中の中性脂肪の値を上げます。中性脂肪が血液の中に多いと、いわゆる「血液ドロドロ」の状態になります。この状態は動脈硬化を進め、血管が詰まるためにおこる心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす原因になります。

中性脂肪を上げないようにするためには、まず、中性脂肪の材料であるアルコールや油、肉の脂、菓子類、果物を多く取り込まないようにすることが必要です。

### 中性脂肪を上げない食事のポイント ～とって良い1日量はこれだけ!!～

・アルコール  
⇒20gまで



缶チューハイ  
(350ml)なら1.5缶

ビール  
(ロング缶500ml)なら1缶

泡盛の水割り  
(10%に薄めたもの)ならコップ3杯

・肉類⇒80gまで

片手のひらにのるくらいの量  
※脂はできればとり除く



・菓子類⇒どれか1種類下記の量まで

・ポテトチップスなら片手にのる量  
・ケーキなら片手のひらにのる量  
・和菓子なら人差し指と親指の輪の中に入るくらいの量



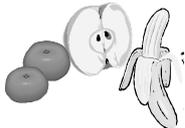
・油⇒10gまで  
(大さじ2/3杯)



※ピーナッツバター、バター、ドレッシングも油に同じです。また片手のひらの大きさの揚げ物は1日分の油に相当します。

・果物⇒どれか1種類下記の量まで

・りんごなら1/2個  
・バナナなら1本  
・みかんなら2個



★食事は腹八分目に食べるようにしましょう。また、野菜はしっかり食べましょう。



住民健診まであと1カ月しかありませんが・・・大丈夫!今からでも間に合います。中性脂肪は、上記の食事のポイントを検査の1週間前より実行するだけでも下がってくる場合があります。

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(指定健診・特定保健指導担当) TEL 49-2002

# ハブ咬症防止運動

平成23年

9月1日～  
11月30日

注意で防ごうハブ咬症！  
ハブ対策は環境整備で！

県より「ハブ咬症防止運動」の強化月間として、被害を未然に防止する為に、ハブ咬症の注意・喚起がなされています。また、草刈りや、餌となるネズミの駆除等の環境整備を行う事によりハブが生息・侵入しにくい環境を整えるようスローガンを掲げ、広く県民に対し協力を呼びかけています。

本村におきましても昨年2件の咬症被害がありましたので、未然に咬症被害を防止するために環境整備（屋敷外の清掃・草刈等）のご協力をお願いします。

## ～名護税務署からのお知らせ～

### ○所得税予定納税の納付をお忘れなく！

所得税の予定納付（第2期分）の納期限が11月30日（水）までとなっております。予定納税が必要な方は期限内納付をお願いします。

予定納税とは前年分の所得税の確定申告に基づき計算した「予定納税基準額」が15万以上となる場合に、原則その3分の1相当額をそれぞれ7月（第1期分）と11月（第2期分）に納付するという制度です。

予定納税が必要な方には、6月中旬に税務署から「平成23年分所得税額に予定納税額の通知書」が送付されています。通知書に記載された第2期分の金額が納付する額です。

### ○お済みですか？ 消費税の届出

個人事業者の方が、平成24年分から新たに消費税の課税事業者となる場合には、「消費税課税事業者届出書」の提出が必要です。

消費税の課税事業者とは**基準期間**<sup>(注1)</sup>における**課税売上高**<sup>(注2)</sup>が、1,000万円を超える方が該当します。

**注1** 「基準期間」とは、個人事業者の場合は、その年の前々年をいいます。  
したがって、平成22年分の課税売上高が1,000万円を超えている方は、平成24年分の消費税の課税事業者に該当します。

**注2** 「課税売上高」とは、消費税が課税される取引の売上金額と輸出取引等の免税売上金額の合計額（これらの売上げに係る売上値引や売上割戻等に係る金額がある場合には、これらの金額を差し引いた金額）をいいます。

### ○ダイレクト納付はこんなに便利です。

ダイレクト納付とは、e-Taxを利用して電子申告した後に、事前に税務署に届出をした口座から、簡単なクリック操作で、税務署や金融機関に出向くことなく、自宅やオフィスなどから納付ができる新たな納付手段です

# 秋の行政相談週間はじまる

**10月17日～23日**

◎行政相談員が相談に応じています。

行政相談員は内間幸男さんです。(総務大臣委嘱)

相談内容 医療保険、年金、老人保健、福祉、  
雇用保健、交通安全、恩給、公害、  
戸籍、道路、環境衛生、登記等

日時 平成23年10月26日(水)

14:00～16:00

場所 社会福祉センター

相談は無料・  
秘密厳守です

国民と行政を結ぶホットライン 総務省沖縄行政評価事務所の行政苦情110番

TEL 098(867)1100・0570-090-110 FAX 098(866)0158

無料

## 人権相談所 を開設します



人権イメージキャラクター  
人KENあゆみちゃん

ひとりで悩まないで、お話ししてみませんか。  
いっしょに解決する方法を見つけましょう。



人権イメージキャラクター  
人KENまもる君

と き：平成23年9月14日(水)  
(午後2時～午後4時)

ところ：伊江村社会福祉センター

### 相談内容

近隣とのトラブル、離婚など家庭内のも  
めごと、児童・生徒間のいじめや体罰な  
ど人権に関する困りごと、心配ごと

電話での相談  
はこちらへ

問い合わせ先

子どもの人権110番

TEL. 0120-007-110

女性の人権ホットライン

TEL. 0570-070-810

全国共通人権相談ダイヤル

TEL. 0570-003-110

## 米トレーサビリティ制度がスタートしています!

平成22年10月に米トレーサビリティ法が施行され、米・米加工品・米飯類を取り扱う事業者(製造業者・小売業者・飲食業者等)は、「取引等の記録の作成・保存」が義務付けられています。また、平成23年7月以降に生産者から出荷された米穀については、一般消費者までその「産地情報を伝達」することが義務となっています。

詳しくは、農林水産省のホームページをご覧ください。県流通政策課までお問い合わせください。

お問い合わせ先

沖縄県農林水産部流通政策課 ☎098-866-2255

農林水産省ホームページ [http://www.maff.go.jp/j/soushoku/keikaku/kome\\_toresa/index.html](http://www.maff.go.jp/j/soushoku/keikaku/kome_toresa/index.html)

# しましま ニュース

## 職域陸上大会

第45回職域陸上大会が27日、伊江小学校運動場で開催されました。昨年、一昨年と台風の襲来等で、天候に恵まれず中止となり、今年も台風の接近で開催が危ぶまれていましたが、3年振りに開催する事ができました。



大会には5チームの団体が参加し、28種目の競技に一般から50代まで、多くの選手が出場し、さわやかな汗を流しながら職場の親睦を高め

ました。結果は、男女共に役場チームが優勝に輝きました。当日は晴天に恵まれ、応援に駆け付けた村民や、選手達の真っ赤に日焼けした笑顔が印象的でした。



## 伊江中陸上部大会結果

### 第33回 九州中学校陸上競技大会

平成23年8月6(土)・7日(日) 宮崎県総合運動公園陸上競技場

#### 結果

氏名(学年)	順位	種目	記録
石新航洋(3)	4位	共通男子棒高跳	3m30
島袋大和(3)	6位	共通男子走幅跳	6m27
宮里宏武(3)	6位	共通男子400mR	45"27
知念翔大(3)			
大城勝也(3)			
島袋大和(3)			
金城 麟(3)	13位	共通女子砲丸投	10m60

※4種目中3種目で6位入賞を果たす健闘をみせました。

### 第38回 全日本中学校陸上競技選手権大会

平成23年8月20(土) 奈良市鴻ノ池陸上競技場

#### 結果

氏名(学年)	順位	種目	記録
宮里宏武(3)	予選 5位	共通男子400mR	45"32
知念翔大(3)			
大城勝也(3)			
島袋大和(3)			



### 第42回 全沖縄ジュニア陸上競技大会

平成23年8月27(土)・28日(日) 沖縄県総合運動公園陸上競技場

#### 8位入賞者

氏名(学年)	順位	種目	記録
渡久地未波(3)	2位	共通女子円盤投	23m30
	3位	3年女子砲丸投(4kg)	8m21
金城 麟(3)	2位	3年女子砲丸投	8m24
	5位	共通女子円盤投	20m11
島袋大和(3)	3位	3年男子110mJH	16"70
島袋玄吉(3)	3位	3年男子砲丸投	11m75
知念翔大(3)	5位	3年男子100m	11"62
大城勝也(3)	7位	3年男子200m	23"89

## 婦人の主張北部大会

第44回北部地区婦人の主張大会が8月20日に、大宜味村で開催されました。

村代表として、東江前区の木村文香さんが「母が書いた詩」と題し発表し、見事最優秀賞に輝き、中央大会への切符を手に入れました。中央大会は9月17日に琉球新報ホールで開催されます。中央大会でもぜひ頑張ってくださいね。



(中央大会の結果は次号にて掲載します。)



去った8月1日から11日にかけて、伊江村東日本大震災被災者受入対策本部は、沖縄県民プレゼント・ティーダキッズプロジェクトが募集した、福島県、宮城県の被災地の子どもたちの受け入れを行いました。宿泊等の受け入れを観光協会の民泊部会に協力を頂きましたが、受け入れ民家は、被災でつらい想いをした子どもたちに、夏休みの思い出をつくってもらおうと、ほとんどボランティアのような形で子どもたちを受け入れました。42名の子どもたちは滞在期間中、多くのボランティアの方々のご協力により、島の子もたちとのふれあいや、乗馬体験、追い込み漁、村民との交流会等を体験する事ができました。

# ティーダキッズ交流会



11日に行われた離村式では、子どもたちを代表して伊藤由佳さん（宮城県）が「伊江島で夏休みの思い出をいっぱい作ることができました。絶対にまた帰ってきます」と涙ながらにあいさつし、民家との別れを惜しんだ様子でした。

## 村畜産共進会

平成23年度伊江村畜産共進会が8月26日伊江村家畜セリ市場にて行われました。開会式の選手宣誓では、出品者を代表して島袋紫音君が元気良く宣誓し、共進会の幕を開けました。各区より厳選された優良牛約80頭が出そろい、北部農林水産センター大城守審査委員長をはじめ、7名の審査員による厳選な審査を受けました。



審査の結果、東江前区が2位に300点以上の差をつけ優勝しました。本大会で入賞した上位3頭（若雌、成雌）は9月27日開催予定の、北部地区畜産共進会に出品され、北部代表を目指します。

平成23年度伊江村畜産共進会入賞牛名簿

若雌 1 類			
等級	名号	区名	氏名
優等	しずか	西江前	知念 健次
一等一席	いくえい	東江前	内田 徹
一等二席	こなつ	西崎	知念 治夫

若雌 2 類			
等級	名号	区名	氏名
優等	こうや	東江前	玉城 優
一等一席	ゆずちゃん	東江前	知念 竹信
一等二席	さあや	真謝	知念 秀男

成雌 1 類			
等級	名号	区名	氏名
優等	やす	東江上	照喜名 清治
一等一席	りん	東江前	知念 敏夫
一等二席	ゆりの	川平	蔵下 良作

成雌 2 類			
等級	名号	区名	氏名
優等	ももか	東江上	新城 茂光
一等一席	きくひめ	東江前	内田 徹
一等二席	なお	東江前	内田 竹保

※ 若雌・成雌上位3頭は9月27日開催の北部地区畜産共進会へ伊江村代表として出品。

## 県B & G水泳大会



8月17日に沖縄県B & G水泳大会が伊江村B & G海洋センタープールで行われました。毎年開催される同大会は、県内4つの海洋センターの児童が練習の成果と親睦を図る事を目的に開催されています。村内外の小学1年生から6年生まで81名が33の競技に参加し熱戦を繰り広げました。

伊江村チームは42名が参加し多くの声援のもと優秀な成績を収めました。



# 満1歳お誕生日おめでとう



**西巧 真心 (まこ) ちゃん**

性別：女  
 生年月日：平成22年9月27日生  
 父：西巧 忍  
 母：西巧 康美  
 行政区：阿良  
 お兄ちゃん、お姉ちゃんのように  
 スクスク大きくおあれ



**八前 翠 (あひ) ちゃん**

性別：女  
 生年月日：平成22年9月16日生  
 父：八前 隆一  
 母：八前 沙樹  
 行政区：西巧前  
 小お誕生日、天然パーマ、一度めくら忘れられぬ顔です!!  
 風船もひかあかんジューくん、色気ふり食い気です(´▽`)



**東巧 音葉 (おとは) ちゃん**

性別：女  
 生年月日：平成22年9月17日生  
 父：東巧 弘  
 母：東巧 志乃  
 行政区：東巧前  
 ウーマクーな音ちゃん  
 お姉ちゃんみたいに元気に育ってねー



**神下 美海 (みう) ちゃん**

性別：女  
 生年月日：平成22年9月4日生  
 父：神下 太一  
 母：神下 梨香  
 行政区：西巧上  
 1歳お誕生日おめでとう いっはい食べて、  
 いっはい笑って、楽しく過ごそうね



**友寄 京緒奈 (いおな) ちゃん**

性別：女  
 生年月日：平成22年9月14日生  
 父：友寄 瑠二  
 母：友寄 奈美亞  
 行政区：東巧前  
 愛嬌たっぷりのお子ナ!!  
 これからもその笑顔でみんなを癒してネ。



**蔵下 奈愛紗 (なあさ) ちゃん**

性別：女  
 生年月日：平成22年9月11日生  
 父：蔵下 晴樹  
 母：蔵下 樹理  
 行政区：川平  
 意外と逞しい我が家の甘えん坊奈愛紗。  
 思いやりのある女の子になってね♥

## 第19回北部地区消防操法大会

9月3日に運天港で行われた「第19回北部地区消防操法大会」に伊江村消防団が出場しました。大会は小型ポンプ、ポンプ車操法、応用操法の3部門と、装着競技で競われ、小型ポンプ、ポンプ車操法の2部門において、見事優勝を飾りました。ポンプ車操法の部に出場した東江弘さんは「大会前のおよそ1カ月の期間、みんなで夜間練習に励んだ成果を十分に発揮できた、優勝できた事がとても嬉しい。村民の安全を守る為にも、もっと操法技術を向上させたい」と感想と抱負を語りました。

伊江村消防団は、10月下旬に予定されている県大会に、優勝した2部門の他、応用操法の部（離島枠）においても北部代表として派遣されます。



村の世帯数と人口の比較(8月31日現在)

	昭和46年 (40年前)	平成3年 (20年前)	平成23年	先月比	8 月 の 出 生 児 数
世帯数	1,447	1,881	2,236	▲ 3	
総人口	6,229	5,579	4,857	▲ 11	2
男	2,963	2,766	2,465	▲ 3	1
女	3,226	2,813	2,392	▲ 8	1