

広報

なぎじん

No. 148

1988年 3月

村章

(毎月1日発行)



危機にたつパイン

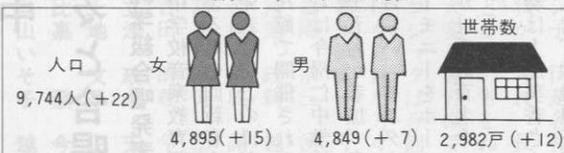
パインは、山間地の比較的酸性の強い土壌でもよく育成することから、規模拡大をめざす人々が多大な労力と費用をかけ、未利用の山林原野を開墾、生活の糧として生産してきた。

最盛時の43年には7,610トの生産量を誇っていたパインも冷凍パインの自由化や海洋博時の土地買い占めなどの社会情勢の変化により、生産量は減少したものの、まだまだ村の基幹作物にはちがいない。

ところが懸念されていた自由化の荒波に呑込まれようとしている。パインは生き残れるかどうか、まさに正念場にある。自助努力だけでは限界があり、国の当然の責務として何らかの措置がなければならぬ。

農家、農業団体の叫び声が耳の中で増幅され、はなれない。

今帰仁村の人口 昭和62年12月31日現在()内は前月比



- 二 北山女子九州制覇、全国大会へ
第十九回全国高等学校選抜
ホッケー大会
- 三 新助役選任される
- 四・五 今帰仁村歴史資料館建設に向けて
福岡県内の博物館・資料館視察から(下)
防犯意識の高揚を図り中学生三百四十
五人が継走
- 六 離島航路の早期誘致を推進
村営住宅あきや入居候補者募集
今泊土地改良スタート
- 七 家庭教育学級で講演会
保健婦室だより
- 八 運動は健康のもと
- 十 四月一日から新しい被保険者証に変わ
ります
- 十一 国民年金の手続きが必要です

今月の主な内容

女子・九州制覇、全国大会 男子・惜敗（三位）



北山

全国制覇をめざし、はばたけ赤鷲



九州地区ホッケー協会、九州高等学校体育連盟の共催による「第十九回全国高等学校選抜ホッケー大会」が二月十三日、十四日の両日村総合運動公園ホッケー場で開催された。

大会には男子六チーム、女子四チームが出場。熱戦が展開され、北山高校女子が全勝で優勝し、全国大会への出場権を得た。

北山男子は、予選トーナメントに勝ち抜き決勝リーグへ出場。九州の雄・福徳高校に敗れたものの、男子二チームの全国大会出場資格を分け、優勝候補の一角福岡商業と対戦し、接戦のすえ0対0の引き分け。得失点差で三位となり、男女そろっての全国大会出場への夢を断られた。

北山女子は前半の先取得点を守り抜き、ゲーム終了を告げるブッシュホーンが鳴った瞬間肩を抱きあつて涙、会場の応援団とともに喜びをかみしめた。

北山女子は大会初日に、国分実業（鹿児島）を6対0で撃退。さらに、波に乗った北山は、福岡商業も2対1で敗り二勝をマーク、大会二日目の決勝戦へ駒を進めた。

全国大会をかけた対戦相手は同じ勝星で今までに何度か苦杯をなめさせられた強豪伊万里商（佐賀）。ところがふたを開ければ、打倒伊万里にファイナルを燃やす北山は、相手の実績に臆することなく、伸々走り回り、上地洋子（セント・ジョージ）がゴールを決め、待望の先取点をあげた。先幸よいスタートを切った守りのチーム北山は、伊万里商の速い攻撃で何度もピンチに立つが持ち



北山	V.S	福岡商業
前半	0	0
後半	0	0
計	0	0

前の粘りの守備で防戦。スタミナ不足が心配された後半戦も逆襲のショートコーナーをよく守り、試合終了間際のペナルティストロークのピンチもゴールキーパーの平良の好守で得点を許さず、1対0で試合終了。

伊万里の猛攻をしのぎ優勝し、三月二十六、二十七日に開かれる全国大会出場のカギを手にした北山は「全国大会でも頑張るぞ!」の決意をみせ、意欲をみなぎらせていた。

全国大会での健闘を期待したいもの。

今帰仁中3年3組の皆さん



全沖縄学級合唱発表大会
主催・沖縄県中学校音楽教育研究会

沖縄県中学校音楽教育研究会の主催による第七回新春全沖縄学級合唱発表会がこのほど豊見城中央公民館で開催された。

本村からは今帰仁中学校三年三組の三十五名が参加、息の合った素晴らしい「モルダウの流れ」のハーモニーをホールいっぱいに響かせ千数百名余の聴衆を魅了した。

なお伴奏は上原美香さん、指揮我那覇元君、学級担任、神元勉先生、指導、仲村なるみ先生。

今中 堂々と合唱

新助役に 伊集一隆 総務課長 が選任される

村助役に総務課長の伊集一隆氏が選任されました。

大城秀昭助役の退任に伴う助役の選任議案は、村議会（一月二十八日開会）に提案されましたが、二月五日に可決承認されました。



和と誠実さを大切に

助役 伊集一隆

大城秀昭前助役の御退任に伴い、二月八日付で後任の助役に就任致しました。

松田村政の中で前任助役の果たした役割は大きく、もとより不敏な私とその重責を担うことができるかどうか不安

は残りますが、お引き受けしました以上私の持てる全力を傾注していく所存であります。

さて今日の地方自治を取りまく諸情勢は、経済的にも社会的にも早いテンポで進展、移り変わっており、財政運営にも大きな影響を及ぼしていることは周知のとおりでございます。

しかしながら行政に対するニーズも多様化し、行政需用は無限に近いと申しても過言ではありません。

益々多様化、複雑化しつつある環境ではありますが、村長を先頭に職員一丸となって村民福祉の向上、村政の発展のために全力を捧げたいと念じております。

職場におきましては、チームワークのとれた、人の和と相手を尊重した誠実な職務の遂行が重要であることは申すまでもございません。そこで全職員の和をもって行政の高度化をめざして全力投球をはかっていく決意であります。

どうか村民の皆様方の御指導と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

めざそう 明るい 選挙 推進委員 十名を委嘱

今帰仁村選挙管理委員会（上間精光委員長）ではこのほど「今帰仁村明るい選挙推進協議会」を開催し、明るく、正しく、適正な選挙を推進していくため次の方々に推進委員に委嘱しました。

- また、仲原武一、島袋辰巳、我那覇トシ子、伊是名和子の四氏に感謝状が送られ、長い間の推進委員としての労をねぎらいました。大変ご苦労様でした。
- なお、ゴシックは今新しく推進委員になられた方々。
- ◎会長 嘉手納典一 今泊三三
 - 副会長 嘉陽 宗三 湧川 五六
 - 委員 宮里 政新 越地 三三
 - 委員 金城 福成 諸志 一兵
 - 委員 諸喜田峯夫 仲宗根三三
 - 委員 吉田 清尊 今泊 一三
 - 委員 立津 政永 天底 三三
 - 委員 上地 文子 上運 八三
 - 委員 比嘉 登 今泊 三三
 - 委員 当山いそ子 越地 三三

今後とも村の発展に協力

前助役 大城秀昭



昭和五十九年十二月に助役に就任、一月二十五日をもって退

任しました。その間、私なりに松田村長の補佐役として精一杯努めることができました。これもひとえに、村民の皆様をはじめ、村長、職員のご指導とご協力の賜であり厚くお礼申し上げます。

願ひみますれば、本村は現実

と未来を見失うことなく着実に歩んできております。このことは全国一巡を締めくくる第四十二回国民体育大会「海邦国体」ホッケー競技を大成功させた村民の熱気あふれるパワーと郷土を愛する心。さらには、見事な舵取りで諸施策を展開されている松田村長の手腕によるものと改めて敬意を表す次第であります。

私もこれからは、別の側面から村の発展のため頑張る決意をいたします。

しておりますので皆様のご協力をお願い申し上げます。

幸い後任には、誠実で情熱に溢れる伊集一隆氏が就任されましたが、私に寄せられた以上のご交宜を賜りますようお願い申し上げます。

おわりに、村長を先頭に本村が益々発展することを期待し、あわせて村民皆様のご多幸を祈念申し上げます。

今帰仁村歴史資料館建設に向けて 福岡県内の博物館・資料館視察から(下)

今回は、昭和六十二年十二月十日と十一日に訪れた福岡県春日市立民俗文化財資料館・埋蔵文化財収蔵庫と九州歴史資料館(県立)、そして筑紫野市立歴史民俗資料館や須恵町歴史民俗資料館について報告いたします。

そして、私たちが進めている今帰仁村歴史資料館は建物あり、展示物があるというだけでなく、資料の収集・調査研究、そして展示へ。その過程をできるだけ多くの村民の参加と知恵と力を借り、自分たちが造っていくの自分たちの資料館だということ、いわゆる活動する・活動している資料館にしたいものです。



- ①福岡市立歴史博物館
- ②福岡市埋蔵文化財センター
- ③前原町立伊都歴史資料館
- ④北九州市立考古博物館
- ⑤北九州市立歴史博物館
- ⑥北九州市立九州民芸資料館
- ⑦春日市立埋蔵文化財収蔵庫
- ⑧九州歴史資料館(県立)
- ⑨筑紫野市立歴史民俗資料館
- ⑩須恵町立歴史民俗資料館

三日目は、博多から電車で南に下った春日市立の民俗文化財資料館と埋蔵文化財収蔵庫からでした。まず、昭和四三年五月に民俗文化財資料館が建築され、後に埋蔵文化財収蔵庫が建てられています。春日市周辺は急速に都市化が進み、これまで営まれていた農業が姿を消しつつあり、その危機感が農具などの民俗資料の収集に駆り出されたようです。当時の館長自ら民俗資料の収集にあたり、その数三〇〇〇点に及んでいます。

しかし、現在ではこれらの民俗資料は、展示してあるものも十分活用されていませんでした。資料館を建設して行くこととして、いる私たちに大きな問題を投げかけています。それは、前任者の意志が十分受け継がれていないということ。資料館や博物館は、中心となる人の個性が展示や活動面に直接反映してくる場面です。その意志を十分引き継ぎ発展させて行くことが必要で

あることを示唆しています。埋蔵文化財収蔵庫は昭和四五年三月に建築され、民俗文化財資料館とは別棟になっており、二つの館と館との連続性の面で、

欠けます。考古を専門とする若手の技師が、三人いることから展示にもそれが反映しています。展示が数多く、また青銅品の出土で全国的に知られており、四八本と二七本が一括して出土した銅戈をはじめ、甕棺や土器などを中心とした展示がなされています。

県立の九州歴史博物館は、太宰府を中心とした発掘調査・研究・整備を主に行っています。資料によると「九州地方は、古くから中国大陸など海外との交流の窓口の役割をもった重要な地域であった。当資料館では、そうした九州の遺跡や社寺などの調査を行ない、日本では初めての農耕社会から生まれた弥生文化、多くの装飾古墳、古代の九州を治める役をもった太宰府の繁栄した仏教文化などの資料を展示している。また、太宰府政庁跡や水城、大野城跡などは、史跡公園として皆さんに親しんでもらえるように整備している」(九州歴史資料館案内)とあります。

副館長の高木氏は、今帰仁に來られたこともあり北山(今帰仁)城のことも御存じでした。いくつか提言がありました。ひとつは、場所の問題。北山(今帰仁)城に近接した場所がいいだろうということ。それは、九州歴史資料館前にて



州歴史資料館が太宰府政庁や太宰天満宮から離れているため、なかなか資料館まで足を運んでもらえないということが、北山(今帰仁)城を目玉にし、隣接した場所に資料館を造ることと観光客を誘致し村の活性化をしていったらいいのではないかと提言でした。それらの問題は、歴史資料館設立審議委員会でも議論がなされている最中ですが、もうひとつは、展示の問題。考古遺物の展示についてわかりにくい。私(副館長)は事務職なので専門的なことはわからないがと前置きして、素人的な発想かもしれないが、もっとわかりやすく面白く展示できないものか。学術的な展示も必要であるが、もっと子供達や訪れる人たちが啓蒙・啓蒙するような展示や博物館が必要ではないかとの意見でした。

九州歴史博物館前にて



筑紫野市立歴史民俗博物館の仮収蔵庫

九州における地方民俗資料館の第一号だけあって資料収集の手際よさが印象に残っています。使わなくなつて何年もたつてから収集したものではなく、利用しなくなった、あるいは使っている状況で収集がなされています。民俗資料でありながら、時間的な配慮がなされておき、一般的に言われている民俗資料が、歴史資料としての扱いが可能です。

筑紫野市立歴史民俗博物館は、館長の武藤氏の案内と説明を受けました。昭和四〇年代に九州縦貫道の工事に伴う発掘調査で膨大な出土遺物があり、それを収蔵・展示するために建設されています。歴史に限らず、養蚕の盛んな地域であったこともあり、養蚕関係の資料を体系的に展示してあります。収蔵庫には、近代以降の民俗資料(農具・生活用具・牛馬具など)を数多く収集してあります。

四日目、日程の最後は須恵町立歴史民俗資料館でした。そこでは、大場通子さん(嘱託)に説明をして戴きました。九州における地方歴史民俗資料館の第一号だということ。昭和四七年十一月に着工、昭和四九年七月に開館。さらに、昭和五〇年十一月に収蔵庫など二号館を増築しています。二号館の展示室は昭和五二年四月オープンです。学芸員は、民俗を専門とされる方で、不在のため大場さんが説明してくれました。

今回訪れた博物館や資料館を通して、私たちが進めている資料館建設との関係でいくつか触れておきたいと思っています。今帰仁は、資料館を建設していく上で北山(今帰仁)城をはじめ、数多くの文化遺産があり、歴史的條件を十分備えており今帰仁の歴史と文化を様々な視点から描き出せる地域です。今帰仁を中心とした特徴ある歴史資料館を造りあげていくことが十分可能だと思えます。しかし、条件が備わっているから、いい資料館ができるということでは必ずしもありません。やはり、資料館を運営していく、あるいは活動する資料館・活動していく資料館にしていくためには人的配置が重要なポイントになってきます。

資料館は、展示物をみせ資料の収集や研究・保存ばかりでなく、展示に至る過程や日常的な様々な活動を通し、そこでの体験や知識や感動をより多くの人たちが共有していく場場といえます。村民や地域の方々、一つの文化活動として参加できるような館にする、それが今帰仁の資料館が目指す一つの方向だと考えています。

須恵町歴史民俗資料館の展示



今帰仁は、北山(今帰仁)城から出土する遺物や他の遺跡で発掘された遺物を中心に展示していく方法が一つあります。しかし、常設展示や企画展は館の看板になります。資料館活動全体からすると活動の一部に過ぎないということも十分認識する必要があります。資料館建設に向けて、館を造り文化財的資料を展示することが最終目的ではないということ。それは、資料館建設に関わる関係者も

ちろんのこと、多くの方々を知

つておく必要があります。今帰仁の歴史全体を見直し、展示される物が今帰仁の歴史の流れの中で、しっかりと位置付けがされ、自分たちの時代そして将来への展望が開けるような視野で研究し展示していかねばなりません。資料館が、開館するまでに多くのテーマと方法をだしかつて、それらのテーマが今帰仁の歴史とどのような関わりをもっているのかを、専門家や研究者に任せるとは、私たちが手で確認し、作業を進めていくことが大切です。そして、村民が資料館に足を運んでくれるような企画と活動をやつて行く必要があります。

最後に、今回の博物館や資料館の視察は私たちにとって貴重な体験でした。訪ねた資料館や博物館の各館長や担当者には、快く御説明や御案内をして戴きました。紙面をかりて御礼を申しあげます。なお、この報告は上間政春委員と島袋満文化財係長と仲原が意見を出し合ったものを集約したものです。今帰仁の資料館づくりに少しでも寄与できればと念じつまつとめと致します。

委員 仲原 弘 哲

防犯意識の高揚を図り 中学生二百四十五人が継走

第七回新春各字対抗防犯駅伝大会（本都地区防犯協会、並里安博会長）主催が一月十七日正午から行われた。コースは運天港を出発地点とし、ゴールを本都警察署とする十五区間（内、五区間は女子）、二十一、五九キロメートル。

大会は、地域ぐるみで防犯意識の高揚を図り、同時に健全な青少年を育成することを目的に開かれているもの。

参加チームは、本都地区防犯協会管内の二十三チームが沿道からの声援を受けて抜きつ抜かれつ、熟戦を展開、健脚を競った。



▲12時の時報の合図で一せいにスタート

昨年優勝の古宇利チームは、連覇をめざし力走、四つの区間賞を確得したものの力及ばず本都町の東チーム（一時間十九分二十二秒）に続いて二位（二時間二十分十二秒）でゴールイン。

次回には村内チームの上位入賞を期したいもの。

字古宇利が二位

今泊区土地改良 実現へ向けスタート

今泊仁村今泊土地改良区が発足、第一回通常総会が十二月十四日午後二時から今泊公民館ホールで組合員九十二人と来賓が出席し行われた。

総会に当たり、大城幸治理事長は「区民の長い間の願いであった我がむらの土地改良がやっと実現へ向けスタートすることができました。組合員の一致協力により関係機関の援助、ご指導のもとすばらしい土地改良にしていきたい。」と決意を述べた。

松田村長は「自からやらねばという認識がなければ何事も達成できない。どんな事業でも和と協力が必要であり、理事長を中心に事業の遂行に当たってほしい。村としてもできる限りの支援をしていく。」とお祝いと激励のあいさつを送った。

また大城清吉北部農林土木事務所長も土地改良についてのご教示をすると共に組合員を激励。

引き継ぎ中間政春議長によって議案第一号から議案第九号まで慎重に審議が進められ、万場一致により原案通り可決。規約、六十二年度の事業施行、役員報酬、賦課金、収支予算、土地改良事業団体連合会への加入、村土地改良合同事務所への加入、役員などがそれぞれ決定した。

この後、土地改良のスタートを喜びウーシ汁（豚汁）に舌鼓を打ちながら土地改良の成功を願う楽しい懇談の一時を過ごした。

土地改良の区域は字今泊新田である。

原・長嶽原・下皆久原・ハサマ 同地域は稲作をしていた当時原・上皆久原・大川原・前田原 水田として利用されていた湿地ハクタ原・北大嶺原・アタイ原 帯（現在はほとんど有休化している。）で、しかも一筆ごとの面積野九、七ヘクタール、その他（が狭小な地域と地形の起伏が多道路、排水など）二、六ヘクタール部分が多いため、機械の利用効

商工会として地域経済をどのように掘り起こし、地域の発展に結びつけていくかということで、村商工会（我喜屋繁会長）の主催による「地域問題に関する懇談会が一月二十七日午後二時から村中央公民館研修室で行われた。

離島航路の早期誘致を推進 地域問題懇談会

懇談会には、助言者として山

テーマを運天港への離島航路（伊是名、伊平屋の定期便）の誘致問題についてと題し、活発な意見交換がされ、両離島からの農畜産物、水産物などの搬送をスムーズにし、あわせて人の交流を図ることによってもたらされる村経済への波及効果が大いであることを認識。

懇談会には、助言者として山城辰雄村議長、大嶺武治村農協長、平良正男村漁協長、宮里政新村老連会長、その他商工会の役員、関係者を含めて約二十人が出席し離島航路の早期誘致のために次の点について関係機関、団体が一体となって推進していくことを確認した。

- ①本バースが利用できるまで、仮バースを利用した航路変更をめざす。
- ②路線バス問題の解決を図る。
- ③第七次港湾整備計画にフェリーのバース建設を盛り込むことを推進していく。



①②③については、これまでも行政サイド（伊是名、伊平屋、今泊仁の三村）で強力に陳情、要請されてきているが、今後とも村民一体となって推進していくことを確認し閉会した。

▲活発に意見交換

村営住宅

※あきや入居候補者は、明け渡された村営住宅の補充入居を行うためのものです。

※あきや入居候補者の資格の有効期間は一年です。（一年以内にあきやがない場合は

あきや入居候補者募集

無効）

※募集戸数は、天底団地二戸、湧川団地一戸、今泊仁団地二戸、兼次団地一戸です。

※受付期間は、三月一日から三月十五日までです。

※なお、募集定員に満たない場合は随時受け付けます。

◎詳しくは、村役場総務課にお問い合わせ下さい。

電話 五六二二〇一



工事の安全を祈念し
起工式が行われた

率も極めて低く以前から土地改良の必要性がさげばれていた。組合員百三十二人で土地改良組合を組織し、土地改良総合整備を導入して基盤整備をはかっていることと計画されている。総事業費は三億八千万円で事業費の負担内訳は国庫補助金二億八千五百万円（七十五％）、県補助金（四億七千五百万円（十二・五％）、村補助金一億九千万円（五％）、地元負担金（二億八千五百万円（七・五％）が予定されている。

五ヶ年の歳月をかけて二十九二ヘクタールのは場と農道五千七百五十メートル、排水八千七百四十メートル、暗渠排水四千五百九十九メートルを整備、経営規模の拡大と換地によって農地の集団化を高めることにより、

▼土地改良設立総会（立っているのは役員の皆さん）



地域農業を活性化させ、農業経営の安定化と農家所得を増大させることを目標にしている。

初年度の六十二年度は、下皆久原地域に総事業費二千万円を投入、ほ場の整地二、一ヘクタール、農道二百六十三メートル、

排水などが整備されることになっている。

六十二年事業の入札の結果合資会社国吉組が落札、二月五日に組合関係者と役場、土地改良合同事務所の職員らが出席し、安全祈念を兼ね起工式が行われた。

家庭教育学級で講演会

76人の学級生に終了証授与

村教育委員会（大城勝三教育長）主催による六十二年度の家庭教育学級閉講式が一月三十日に村中央公民館講堂で行われた。閉講式に先立ち、琉球大学教育学部の石川清治教授を講師にお招きして「教育講演会」が行われ、家庭教育学級の受講者をはじめ、多数の方々は、教授の具体的な実例や冗談を交えたユーモアのある講演に終始なごやかなうちにも熱心に聴講していた。

教育講演会

講演会は、西島一将社会教育課長の開会のあいさつのおと、新城繁雄村教育委員長による講師紹介のあと開かれたもの。小学校の先生方を含めた参加者は、

「子供の成長と家庭教育」
—心豊かな子供に育てるには—
とのテーマで講演する教授の話聞き逃がすまいと相槌を打ちながら耳を傾けていた。

石川教授は、

1 父母の子供を育てる役割
2 子供の環境
3 小中高校におけるやりがいとは何か（相応の学力があつて学校生活が楽しいこと）
の三点について具体的な例をウチナー口で述べながら子供へのしつけについて説いた。

教授は「沖縄の学生は目的意識を持って勉強していないので入学時には他県勢よりも学力的に劣っているものの、目標がはっきりし、目的が定まれば次第に力を発揮し、卒業時までには追い着き、追いついてしまふほど伸びる。」と語り、沖縄の子供達が豊かな発想を持っていることを力説しました。



しかしながら県出身学生に共通していることは、自分自身を思っていることや発想について、具体的にことばで表現する力が他県の学生より劣っていることを指摘、これは幼少のころの子供との接し方に問題があることを提起した。

ではどのように子供と接し、目標をもたせていくかについて説き、具体例として
①（兄ちゃん・姉ちゃん）は大きくなつたらしく（例：先生、看護婦さん等）になりたいの？
② 〇〇になったらこういうことをするんだよね
③ そういうことであればこういうことが必要だからこのようにな勉強をしなくちゃね

の方法をあげ、各家庭で日常的に子供と語りあふ場をもつことが大切と提言した。

また子供が思っていることをうまく口に出せるように、あるいは文章に書けるようにしていくためには、脳の発達とともに各々の家庭において、楽しいふん囲気の中で、子供がのびのびの一部に肉ばなれをおこしたり、靱帯や椎間板を痛めたりします。



と話すことのできる環境をつくらせてやり、絶えず言語的刺激を与えるように話かけ、表現能力を身につけるような家庭教育をすべきと力説した。

- 同時に①食事、②睡眠、③排泄、④着衣、⑤清潔の五つの基本的な生活習慣を身につけさせなければならぬことを強調した。

まず食事について、好き嫌いがなく楽しい食事をおとしてマナーを身につけさせること。睡眠については、早寝早起きの習慣をつくる。そして排泄は、きまった場所（各家庭のトイレ）で気持ちよく、後始末まで自分でできるようにする。着脱については自分自身で喜んでできるようにする。入浴、手洗い、洗面、歯みがき、後片づけなどの清潔な習慣を身につけさせることも親の責務で

家庭教育学級閉講式

昨年の六月から各小学校や中央公民館などを会場にはじまった家庭教育学級は、親としての資質の向上、子供の各時期にわたるしつけ、家庭の健康管理などについてみっちり学んできた閉講式では、各小学校ごとに反省と課題について総括されたことが発表され、もつと多くの母親が参加できればすばらしいと結んだ。



なお、兼次、今帰仁、天底、湧川の各小学校の受講生七十六人に対し社会教育課長から終了証が授与された。

石川教授の講演から学んだこと、家庭教育学級で学んだことを各々の家庭で実践し、我が子を心豊かな子供に育てたいものです。

保健婦室だより

お気軽にご相談を!

運動は健康のもと



1 運動をしている中高年は長生き

一日と暖かさが増し、運動を始めるには、最適かと思えます。ここで、今日は、運動についてお知らせします。

若い時に運動していると、確かに頑丈な体がつくれます。しかし、その後運動をしなれば長生きにはつながりません。アメリカでの調査によりますと在学中に運動で優秀な成績をあげた人とそうでない人との間には、死亡年齢の差がほとんどみられません。これは、社

会に出てから死ぬまでには数十年の期間があり、その間の生活の仕方に左右されるため、若い時代に得られたスポーツの効果は、寿命に直接の影響を与えないからです。

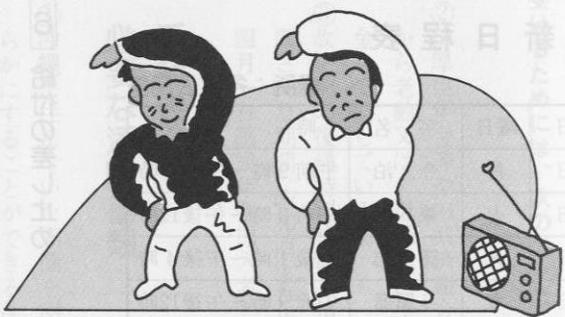
2 中年以後も運動することが大切

中年になって運動をしている人は、そうでない人よりも長生きをすることがわかっています。これは、運動をよくすれば中高年者がかかりやすい成人病の予防になるからです。

このように青年期に運動をしていたからといって安心していてはだめで、中年以後も運動する習慣をつけることが大切です。

3 適当な運動は腰痛に効果的

運動をしていないと腰痛をおこしやすくなります。背筋、腹筋、臀筋などの背骨を支えている筋肉が中年になって、弱くなってくると、背骨のわん曲度が大きくなって、姿勢が悪くなるとともに、腰痛をおこしやすくなります。このようにな人が重い物を持つと、重さに負けて筋肉



4 運動はストレスの解消にもなる

中年になると社会的責任が重くなり、人間関係も多様化するので、精神的ストレスを受けやすくなります。このような状態ではノイローゼ、不眠、胃腸障害などにかかりやすくなります。精神的ストレスの解消には運動によって体を使ったり、また日常生活と違った自然環境の中に出て、気分をリフレッシュすることが有効な手段となります。

5 運動するときにはこんな注意を!

中高年者が安全に運動するためには、次のことをしっかりと守って下さい。

- 1) 一年に少なくとも一回は健康診断を受けましょう
- 2) 準備運動は必ずしましょう!
- 3) 規則正しく運動を実施しましょう。

運動は規則正しく実施することが大切です。たまに思いついてやっても効果が少なく、そのうえかえって、ケガをする原因にもなります。

(4) 勝負にこだわってはいけません。

中高年者がスポーツで勝負にこだわってカッとなると、血圧も上がり、心臓拍動も増して、健康のためによくありません。



(5) 体調が悪いときは運動を断るべきです!

かぜや高熱をおしてスポーツをするのは、時に中高年者にとって危険な場合があります。また真夏の炎天下や、真冬の寒風の中で運動することもできません。中高年者は体調のよいときに、よい環境のもとで運動することが大切です。

国民年金の手続きが必要です 昭和45年3月までの間に20歳以上で 沖縄に住んでいたことのある方



昭和六一年四月から基礎年金制度の導入を柱とする新しい年金制度がスタートしました。沖縄の国民年金の発足が本土より遅かったため、本土に住んでいた方々と同じ額の年金を受けるためには、次の方々は役場で所定の手続きが必要です。

生年年月日が大正十五年四月二日から昭和二十五年四月一日生の者で

昭和三十六年四月一日から昭和四十五年三月三十一日までの間沖縄に在住していた者。

ただし次の期間又は者は除かれます。

①厚生年金や共済組合の加入期間

- ① 沖縄に住んでいた期間を明らかにすることができる住民票の写し、戸籍の附票等の書類
- ② 公的年金の加入状況を明らかにできる年金加入期間確認通知書等
- ③ 国民年金手帳を所持している方はその手帳
- 手続きは昭和六十七年三月三十一日までに済ませて下さい。
- ※詳しくは役場国民年金係まで TEL 五六一二二〇二

サッカー部員募集

今婦仁村サッカークラブ(村田肇部長、宇平数根二五〇)が今年七月に村体協の一専門部として産声をあげ活動することになりました。

現在のクラブ員は、農業青年自営業者、会社員、公務員など十六人で構成しています。毎週水曜日午後五時三十分から村総合運動公園サッカー場で大城剛哉主将(宇平数根十三)を中心に練習しています。サッカーに興味のある方は一緒にプレイしてみませんかと呼びかけています。中学生以上で初心者も大歓迎。

※詳しくは、村田肇部長へお問合せ下さい。
電話 五六一三三三六

順位	チーム名	記録
優勝	湧川農志	1'04'33"
2位	農友会A	1'06'22"
3位	兼次園芸	1'06'47"
4位	経済課	1'13'00"
5位	建水A	1'14'17"
6位	農友会B	1'15'43"
7位	農協	1'18'06"
8位	建水B	1'18'54"

農業青年が健脚競う



▲レストラン金龍前をスタート

湧川農志会(知念孝信会長)が、第八回今婦仁村農協青年部駅伝大会で二度目の優勝を飾った。

大会は、成人の日の一月十五日午前十時からレストラン金龍前をスタート、運天港折り返し更に西へと進み、兼次スーパ前を折り返して農協本所ゴールの八区間十六、六四キロメートルのコースで行われ、湧川農志会が二位の農友会Aチームに大差をつけテーブを切った。

同大会は、農業青年と農協、役場の農業関係職員の交流と親睦、体力の向上に役立てようというもので八チームが参加した。沿道には、各チームの関係者や選手の家、地域の方々が大勢練り出し、声援を送った。

なお大会の成績は表のとおり。



四月一日から新しい 被保険者証に変わります

国保の被保険者証が四月一日から新しいものになります。四月一日以降は、いままでの被保険者証は使用できなくなり、印鑑、被保険者証を持参のうえ更新の手続きを行って下さい。

- 1 保険証を返してもらう**
国民健康保険関係の法令の一部改正により、災害などの政令で定める特別の事情がないのに保険税を滞納している世帯からは保険証を返してもらうこととなります。
- 2 被保険者資格証明書を交付**
国民健康保険者証を返してもらう場合は、代わりに被保険者資格証明書をお渡しします。
- 3 おとごころなどの場合**
国民健康保険税を滞納して、完納したとき、またはその額が著しく減少したとき、あるいは災害その他の政令で定める特別の事情があると認められるときは、世帯主に対し、改めて国
- 4 医療費はあとで払い戻す**
被保険者資格証明書が交付されている場合は、診療費は一応自費で支払い、あとで国保から支払った額の七割相当の払い戻しをうけることとなります。
- 5 保険証の交付**
滞納している国民健康保険税を完納したとき、またはその額が著しく減少したとき、あるいは災害その他の政令で定める特別の事情があると認められるときは、世帯主に対し、改めて国
- 6 給付の差し止め**
〔受診の際は保険証を持参して下さい〕



更新日程表

場所：各字公民館

月日	曜日	字名	時間
3月14日	月	今泊	午前9時～午後4時
15日	火	兼次	午前9時～午後12時
15日	火	諸志	午後1時～午後4時
16日	水	与那嶺	午前9時～午後12時
16日	水	仲尾次	午後1時～午後4時
17日	木	崎山	午前9時～午後12時
17日	木	平敷	午後1時～午後4時
18日	金	廻地	午前9時～午後12時
18日	金	謝名	午後1時～午後4時
22日	火	仲宗根	午前9時～午後4時
23日	水	玉城	午前9時～午後12時
23日	水	呉我山	午後1時～午後4時
24日	木	湧川	午前9時～午後4時
25日	金	天底	午前9時～午後12時
25日	金	勢理客	午後1時～午後4時
28日	月	渡喜仁	午前9時～午後12時
29日	火	上運天	午前9時～午後12時
29日	火	運天	午後1時～午後4時
30日	水	古宇利	午前9時～午後4時

※保険税を未納の方は更新日まで納めて下さい。

自動車税を納めてない



ただいま、自動車税の滞納整理強調月間中、最寄りの銀行、農協、信用金庫等へ納めて下さい。沖縄県



3月1日
3月31日

村民カレンダー



3/1 火	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○手話サークル (コミセン 19:30~21:00)	16 水	○心配ごと相談 (コミセン 13:00~17:00) ○肉用牛セリ市 (家畜セリ市場 11:00)
2 水	○心配ごと相談 (コミセン 13:00~17:00)	17 木	○DPT子防接種2歳から(コミセン 13:00~14:00)
3 木	○歯科相談2歳児(コミセン 13:00~14:00)	18 金	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○乳児健診 (コミセン 13:00~14:00) ○操体法 (コミセン 13:00~17:00)
4 金	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○歯科相談 (コミセン 13:00~15:00) ○操体法 (コミセン 13:00~17:00)	19 土	
5 土		20 日	○新一年生激励会 (コミセン 14:00) ○春分の日
6 日		21 月	○振替休日
7 月	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00)	22 火	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○デイケア ○離乳食実習(中央公民館調理室 13:00~16:00) ○手話サークル (コミセン 19:00~21:00)
8 火	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○手話サークル (コミセン 19:00~21:00)	23 水	○リハビリ (コミセン 13:00~15:00) ○心配ごと相談 (コミセン 13:00~17:00)
9 水	○リハビリ (コミセン 13:00~15:00) ○心配ごと相談 (コミセン 13:00~17:00)	24 木	
10 木	○子豚セリ (家畜セリ市場 13:00)	25 金	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○操体法 (コミセン 13:00~17:00)
11 金	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○操体法 (コミセン 13:00~17:00)	26 土	○子豚セリ市 (家畜セリ市場 13:00)
12 土		27 日	
13 日	○こどもまつり (コミセン 13:30)	28 月	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00)
14 月	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00)	29 火	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○手話サークル (コミセン 19:00~21:00)
15 火	○ことばの教室 (コミセン 9:00~12:00) ○手話サークル (コミセン 19:00~21:00)	30 水	○心配ごと相談 (コミセン 13:00~17:00)
		31 木	

役場の電話番号

課会	2256
課会	4397
課会	4398
委員会	2647
協会	2645
協	4742
課	2101
課	2102
課	2105
課	2255

経済課、農委員、厚生課、議水道、教育委員、社務課、ミセ、住税、出納、企画面、建設

■三月は花見月といわれますが暖かい沖繩ではすでに葉桜。春の陽に合わせて新芽が伸び伸びと力強く息吹いている。

■三月はまた、締めくくりの月でもあり、役場では、年度の締めくくり、学校では、終了式、卒業式(巣立ち)が行われる。

■菓立つ純真な若者達が野山の新芽に負けず、希望に萌え、たくましく社会の荒波を乗り越えていってほしいもの。

■あっぱれ北山女子。国体誘置を機に芽を出したホッケーが先輩から後輩へと受け継がれ、ここに来て花が開いた感あり。北山ここにありを実証した。この自信(快挙)を全国大会へつなぎ、りっぱに実らせてほしい。

