

広報

Nakijin

なきじん

2004年6月
343号



今帰仁村

● 今帰仁村の人口 男4,798人(−3) 女4,761人(−1) 計9,559人(−4)
世帯数3,544(+4) 平成16年4月30日現在
ホームページアドレス <http://www.nakijin.jp>

すこやかな成長を願う コミセンでこいのぼり掲揚式



▲おじいちゃん、おばあちゃんが見守る中、こいのぼりを揚げる子どもたち

四月二十一日、村社会福祉協議会(上間敏雄会長)主催によるこいのぼり掲揚式が村コミュニティセンターで行われた。

今年は、仲尾次、仲宗根両保育所の三十七名の元気な子どもたちが大きな声でこいのぼりの歌を歌いながら大空にこいのぼりを掲げた。

上間敏雄会長は「健康で、心のやさしい、かしこい子になってほしい」と子どもたちを励まし、デイケアのおじいちゃん、おばあちゃんが子どもたちにお菓子をプレゼントした。

区民、区長会が 村吉今帰仁交番長を祝福

平成十六年度「県民の警察官」表彰を受けた今帰仁交番

所長の村吉政昇さん(名護市出身)をたたえる祝賀会が五月十二日、仲宗根区公民館で行われた。

祝賀会は、村区長会と仲宗根区の共催で行われ、手づくりの料理と区民の余興で村吉さんを祝福。仲里吉徳村長もかけつけ、村からの感謝状を

贈呈した。

「県民の警察官」は、地域の治安維持に功績のあった警察官をたたえるもので、本年度は村吉さんを含め県内で四人が表彰された。

村吉さんは「今回の表彰は、皆さんの協力のおかげ、ドロボウも敬遠するような地域になれば」とお礼の言葉を述べた。



▶区長らと歓談する村吉交番長(左)



▶気の合う仲間とゴルフを楽しむ参加者(18番ホール)

ゴルフアー181名が交流を深める 村親善チャリティーゴルフ大会

第二十三回村親善チャリティーゴルフ大会が四月十四日、オリオン嵐山ゴルフ倶楽部で開催された。

開かれた懇親会には多くの参加者がつめかけ、ゴルフ談議に花を咲かせた。

今大会には村内外から百八十一名が参加。早朝七時からコンペがスタート、気の合った仲間同士が和気あいあいとプレーを楽しんだ。

今大会にも多くの方々の寄付金や商品の寄贈があり、収益金の六十万円が文化・スポーツ子ども育成基金として積み立てられ、十万円が今年度新設された村体協ゴルフ部に寄付することになった。

上位入賞者

			(グロス)	(ハンディ)	(ネット)
優勝	／玉城 博文		88	18	70
2位	／比嘉 保		88	18	70
3位	／金城 秀次		81	10.8	70.2

ベストグロス

男子	／上間 政勝	71
女子	／高良 初江	74
団体優勝	／呉我山チーム	

村外のナチジンチュ(一)

川上 幸夫さん

一九三九年九月四日生

湧川出身

現在浦添市議会議員



山紫水明の地・今帰仁で生まれたことを、今もって誇りに思い、喜んでいるものであります。

あの恐ろしい第二次大戦時は五、六歳の頃でした。マリー山の谷底で、頭上を飛び交う艦砲射撃の音を、小さな体をもっと小さくして振るえながら聞いたことは忘れることができます。

湧川のムラヤーとその広場が、終戦後、初の学校で、昭和二十年が私共の小学校一年生でした。

黒板も、教科書、帳面、鉛筆も一切なく、先生の手作りの黒板と謄写版で刷られた一枚一枚を教科書に勉強が行われ

ました。

父(川上佐八)が、戦前から大阪に住んでいましたので、中学二年に上阪し、高校二年には帰郷して北山高校に学びました。

昭和六十年には、地域、村民、そして郷友会の皆様の絶大なご支援で浦添市議会議員に初当選させていただき、五期(十八年目)を迎えて、議長に推挙され、村民の皆様のご恩に報いることができました。

議長就任後、本年二月、国立組踊劇場開場記念のため、天皇皇后行幸啓に際し、光栄にも両陛下を浦添市役所でお迎えし、尚且つお食事をお共する機会に恵まれましたことは、生涯の思い出として心に深く刻まれております。

村外で活躍する村出身の方々を紹介する新しいコーナーです。掲載してほしい方を募集していますので役場企画振興課まで情報をお寄せ下さい。

今帰仁産すいかを全国へ 「大玉スイカ ゆうパック」出発式



「夏の味覚を全国に」をキャッチフレーズに今帰仁郵便局(親川恵一局長)のふれあい直送便「スイカゆうパック」の出発式が四月二十三日、同郵便局

の構内で行われた。

出発式で「今帰仁すいか」代表の与那嶺勉さんは「今期は天候に恵まれおいしいすいかが出来た」と話し、親川局長は「村特産品のおかげで、県内でも「ゆうパック」の取扱量が多い郵便局です。これから全国のネットワークを活用していきたい」と語った。

今年もすでに多くの注文があり昨年同様五千個の発送を見込んでいます。



▶ 発送車にスイカを積み込む関係者

旬のおいしいモズクを出荷

今帰仁漁協

古宇利島沖合いで養殖され、健康食品として人気のあるもずくの収穫が四月初旬から始まり、今帰仁漁業協同組合では漁民らが出荷作業に追われている。

同漁協のもずくの収穫は、四月から五月下旬まで行われ、約二百トンの水揚げを予定している。

また、県産もずくの県内需

要拡大(地産地消)を図ることを目的に「モズクの日」として設定された四月の第三日曜日(十八日)には、今帰仁の駅「それ」の店頭で取り立てもずくの特別販売が行われた。

なお、今帰仁漁協事務所では、三キロ、五キロ、十八キロ詰めのもずくを販売している。

▶ 出荷作業に追われる漁民





北山回想

(続編) 落ち穂拾いの記(十三)

―三宅賞に輝く―

中村 昇教授に思う―

運 天 政 一



去る三月三日、今帰仁村コミュニティセンターホールに於いて、第三十一回地球化学研究協会学術賞(三宅賞)に輝く中村昇教授の受賞祝賀会が



中村昇教授

あった。昇教授は本村字運天の出身であり、北山高校第三期卒業生である。この夜は村長はじめ役場関係者、字運天区民、今帰仁中、北山高校時代の同期生を中心に三〇〇名

程の人々が集い、会場はほゞ立錐の余地のないほどの賑わいを見せた。挨拶にたった昇教授の「育ててくれた郷里の人々への、母への感謝」そして少し控えめながら「妻の内助に対する感謝」の言葉が、髭のなかに浮かび上がる優しい眼差しとともに印象的であった。

私はこの会に先だって、新装成った今帰仁中学校を初めて訪ね、昇教授の中学生に対する講演も拝聴した。中学生に対する講演は初めてという昇教授は、準備したパネルをスクリーンに映写する中で天底小、今帰仁中、北山高と順次生い立ちを語った。苦笑まじりに母親の「勉強しなさい」の話が私の気を引いたが、一見どこにも有りそうな話から「習慣付けられたことの重要さ」

そして「継続は力」の話が続き、いつ隕石の話をするのかと気をもんだが、後半ロマン溢れる宇宙の話題に入ってその謎が解けた。

「宇宙は広大無辺、星空に何億光年の果てに夢を追求する研究(をする人)もあれば、宇宙の果てから飛来する隕石に内包する元素の分析を通して、それらの元素が地球にも人体の中にもあることをつきとめる(私のしているような)研究もある」と。宇宙研究へ向けての極大、極小のそれぞれの道、そのコントラストの中に宇宙研究に向けての限らないロマインがあること、その辿る険しい道程：「継続は力：これはきつと中学生にも雰囲気的に判るのではないかと思つた。約一時間の講演を中学生た

ちは静かに聞いていた。宇宙の究極を研究する第一人者となつて母校の先輩が、パネルを素材にスクリーンを通して語る少年時代を身近に感じたのであろうか。過去数十年、青少年に講話など幾度となくしてきた私だが、あらためて「初めて中学生に語る」昇教授の押しも押されぬ第一人者の風格に圧倒された。

さて、昇教授は一九七五年三月「コンドライト隕石中の希土類元素存在度の地球化学的研究」論文で東京大学から博士号を取得しているが、その二、三年前に発表した二つの論文が脚光を浴び、今日に至るも多くの研究者によつて引用されているという。三十年前の助手の時代のことである。その後数々の先駆的、国際的に評価の高い研究を続々展開して、昨年十二月、「希土類元素の精密分析法開発による宇宙化学的研究」で三宅賞受賞となった。私には希土類元素も隕石も、理解を超える遙か彼方の世界だが、地球化学的研究で博士号を取得した一

学者が三十年を経て宇宙化学

的研究で授与される三宅賞が、如何に権威ある、誉れ高い学術賞であるか、おぼろげながら理解できたような気がする。ところで、私はついつい昇教授と書いてきた。それは半世紀前の昇少年を彷彿させるからだ。昇君の生家は、運天クンジャー部落のほゞ中央にあるアジマーを挟んで、私の家の斜め向かいにある。私が北山高校の代用教員時代、我が隣家の売店(昇少年の祖母が常々店番をしておられた)に顔を出すと、しばしば店の奥にチョコンと座つて、笑顔の眼差しを送る昇少年の姿があつた。

先日、本当に久しぶりにご母堂のマツさんとお話をする機会があつた。「小学四年生まで国語は教えることができた」とのこと。やはり、この母にしてこの子かなどと勝手な想像にふけた。先の三月号で運天出身の一人を含む三人の同窓について称賛・激励する記事を書いたが、今度はずっと間柄の近い後輩を讃える記事が書けたことを誇らしく思う。

県大会で村選手が大活躍!

第五十五回沖縄選手権大会

兼国体選考会が五月八、九日
県総合運動公園陸上競技場で行われ、村選手が大活躍、七種目に上位入賞を果たした。

三位までの入賞者は、次のとおり

〈一般〉

▽百メートル 二位金城研(村役場)十一秒一四

▽二百メートル 三位金城研(村役場)二十二秒三〇

〈小学生・男子〉

▽百メートル(一、二、三年)一位嘉陽至(湧小三年)十八秒七二

陽至(湧小三年)十八秒七二

▽百メートル(四、五、六年)一位嘉陽貢(湧小六年)十四秒七二

陽貢(湧小六年)十四秒七二

▽千五百メートル(四年、五、六年)一位嘉陽宗貢(湧小六年)五分三秒五八

宗貢(湧小六年)五分三秒五八

〈小学生・女子〉

▽千五百メートル(四、五、六年)三位島袋愛子(NACII今帰仁アスリートクラブ、兼小六年)五分四十三秒二三

島袋愛子(NACII今帰仁アスリートクラブ、兼小六年)五分四十三秒二三

分四十三秒二三

▽走り幅跳び(四、五、六年)一位仲根冬美(NACII今帰仁アスリートクラブ、兼小六年)三メートル八三



▲仲根冬美さん、島袋愛子さん(左から)



▲嘉陽宗貢君、嘉陽至君(左から)



▶四度目の優勝を飾った今帰仁ジュニアチーム

すくみちマリリーズが

完封で連覇

第37回村野球大会

同好会、職場などさまざまな十八チームが出場した第三十七回村野球大会(村体協主催)が四月十八日から村運動公園サブグラウンドを主会場に開催された。

二十八日、ナイトゲームで行われた決勝戦は前大会優勝チームのすくみちマリリーズが六回裏に二点を先取し、必死

打撃賞

一位 内間将二(すくみち)

二位 安里卓(琉球侍)

今帰仁ジュニアが 四度目の栄冠 いっいの村おきなわ杯

四月十一日、北部地域の五十一チームが出場した、いっいの村おきなわ杯第九回北部地区少年野球選手権大会の決勝戦が行われた。

決勝は、今帰仁ジュニア対名護団地の対戦になり三回裏から得点を重ねていった今帰

仁ジュニアが六対一の大差で熱戦を制して四度目の優勝を飾った。

同チームは七月下旬に和歌山県で開催される第九回高野山旗西日本学童軟式野球大会に沖縄代表として派遣される。



▶完封で連覇したすくみちマリリーズチーム

▶ 今後も頑張りたいと話す
仲本光秀さん



国民体育大会、郡大会など多くの陸上競技大会の審判員を務め、審判員歴が二十六年という仲本さんは、「審判員の役割は大きいので、今後も頑張りたい」と話していた。

今泊区の仲本光秀さん(六十七歳)がこのほど日本陸上競技連盟のS級公認審判員(終身第一種)の資格を取得し、同連盟から委嘱状が授与されました。

村で初の S級公認 審判員誕生!! 今泊区の仲本さん

母子保健推進員 (平成16年度)

	担当地区	氏名
1	今泊	新城 副子
2	今泊	仲本 多津子
3	兼次	玉城 千亜樹
4	諸志	仲村 智子
5	与那嶺	上間 るみ子
6	仲尾次	當銘 廣美
7	崎山	仲里 喜美子
8	平敷	仲里 多鶴子
9	越地	玉城 須嘉子
10	謝名	鈴木 江美子
11	仲宗根	新城 ゆかり
12	仲宗根	外間 春美
13	玉・呉	當間 なり子
14	玉・呉	玉城 香月
15	湧川	仲宗根 志津子
16	天底	久田 友江
17	勢理客	大城 朋子
18	渡喜仁	照屋 正子
19	上運天	上原 芳枝
20	運天	兼次 優子
21	古宇利	平田 千枝美



▲新城ゆかりさん

妊産婦や乳幼児の生活、健康について訪問相談や助言指導を行う母子保健推進員の仲宗根担当が小渡宏子さんから新城ゆかりさんに代わりました。よろしく願います。

母子保健推進員 代わる

第54回“社会を明るくする運動”

本年も7月1日から社会を明るくする運動が行われます。

この運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。本県でも稲嶺恵一沖縄県知事が県実施委員会の委員長となり、様々な活動が行われます。

佐渡山豊ライブコンサート in 乙羽岳

～乙羽岳・森のお祭り～

6月26日(土)

オッパ フォレスト ストーリー

「Oppa Forest Story」

乙羽の森から眺めてみませんか、ふるさと今帰仁を

乙羽の森で語ってみませんか、ふるさと今帰仁を

ふるさと再発見! 乙羽の森の物語

(1) 乙羽の森からのメッセージ

26日(土) 17:30 メッセージセレモニー

(森のバザールオープン)

17:40 いまじん太鼓

18:00 佐渡山豊、源天 ライブコンサート

(2) ふるさと再発見「今帰仁の自然」写真展

26日(土)27日(日)バンガローにて展示

(3) 乙羽の森散策ガイドツアー 60分 ※要予約

27日(日) 09:00～17:00

(有料¥1,000)

★出店・バザー・ボランティアスタッフ募集

*乙羽岳頂上の駐車場が狭い為、乙羽岳入り口に臨時駐車場を設置し送迎バスを運行します。

お問合せ: NPO法人今帰仁ふるさとネットワーク ☎ 56-2349・2268

7月11日は参議院議員総選挙の投票日 「あなたの清き1票で明るい社会」



平成16年7月25日に参議院議員が任期満了となります。

それに伴い、来たる7月11日(日曜日)に参議院議員総選挙の投票を行うことになりました。

有権者の皆さんは、村選挙管理委員会から郵送された入場券により指定された投票所で投票して下さい。

お問い合わせは村選挙管理委員会へ 電話 56-2101(内線401)

はかり定期検査のお知らせ

期 日:平成16年7月15日(木)

午前11:00~午後3:00

場 所:今帰仁村保健センター

☆対象となるはかり

- ・商品の売買に使用するはかり
- ・病院、薬局などで使用している調剤用のはかり
- ・学校、保育所などで使用している身体検査用のはかり
- ・農林水産物の売買、出荷のために使用するはかり

※ただし、家庭用と表記されているはかり、取引又は証明に用いられないはかりについては対象外です。

※種類、ひょう量によって検査手数料が異なります。

詳しくは

沖縄県計量検定所 ☎ 098-889-2775

村役場 企画振興課 ☎ 56-2101(代表)

村には皆様の様々な悩みにお答えするための
相談窓口があります。相談は無料で秘密は
守られます。お気軽にご相談下さい。

◎法律相談

(相談員) 玉城嵩男 弁護士

◎行政相談

(相談員) 新垣 侃 ☎ 56-3148

◎人権相談

(相談員) 謝花勝子 ☎ 56-2716

三輪茂穂 ☎ 56-5197

新城 元 ☎ 56-3640

上間悦子 ☎ 56-3254

と き 平成16年7月21日(水)午前10時~午後3時
ところ 村コミュニティセンター

〈長編アニメーション映画〉

いのちの地球 ダイオキシンの夏

主 催:今帰仁村社会福祉協議会

日 時:平成16年7月3日(土)午前10時~

場 所:今帰仁村コミュニティセンター ホール

入場料:1人 500円(小学生以上)

(大人 子ども同一料金)

【内閣総理大臣名の書状を贈呈します】

請求期限は、平成17年3月31日までです。

先の大戦で戦地等に派遣され戦時衛生勤務に服された旧日本赤十字社救護看護婦及び旧陸海軍従軍看護婦の方々(慰労給付金受給者を除く)に対して、その御労苦に報いるため内閣総理大臣名の書状を贈呈しております。

なお、請求期限は、平成17年3月31日までです。

御本人または御家族などからの御連絡をお待ちしております。

【請求用紙】

請求用紙は、村役場福祉課の窓口にて用意してあります。
(次のところに直接問い合わせても可。)

【問合せ先】

〒100-8926 東京都千代田区霞が関2-1-2

中央合同庁舎2号館8F

総務省大臣官房管理室 業務担当

電話 03-5253-5182(直通)

FAX 03-5253-5190

今帰仁村役場 福祉課 赤十字担当まで

電話 56-4189

看 護 師 募 集

村では、国民健康保険の助成により、様々な健康づくり事業を実施していますが、事業に協力できる看護師を募集しています。健康づくりに興味がある方はどなたでも構いません。一緒に活動してみませんか？

内 容/訪問指導、健康相談 その他

週3日程度

時間、曜日については相談のうえ決定

○問い合わせ先:今帰仁村保健センター

☎(56-1234)



こんなときは… 国民年金の 保険料免除制度

www.nenkin.go.jp

国民年金は20歳から加入し、60歳までの40年間、保険料の納付が必要ですが、所得の減少や失業等で経済的に保険料の納付が困難な場合には、本人の申請によって国民年金保険料の納付を免除する制度があります。
※任意加入被保険者は、保険料免除制度は適用されません。

保険料免除制度には、

王韻光除 と

半額免除 があります。

保険料の全額を免除する
全額免除

保険料の全額(13,300円)を免除するものです。免除された期間は、年金を受給するための受給資格期間には算入されますが、年金額は保険料全額を納めたときと比べて3分の1として計算されます。



免除された期間は、
年金額がそれぞれ
全額免除は1/3に、
半額免除は2/3と
なるのじゃよ。

保険料の半額を免除する
半額免除

保険料の半額を免除し、残りの半額(6,650円)を納付していただくものです。半額免除された期間は、年金を受給するための受給資格期間には算入されますが、年金額は保険料全額を納めたときと比べて3分の2として計算されます。



※なお、半額免除を受けた期間で、半額の保険料を納めない場合は「未納期間*」となり、その間の事故や病気で重い障害が残っても年金が支給されない場合がありますので、忘れず納付することが大切です。

★保険料を納めていない期間を意味します。この期間は、受給資格期間や年金額には反映されません。なお、2年を経過した未納期間については、時効により納めることができなくなります。

申請免除の対象となる方

- 1 前年の所得(収入)が少なく、保険料を納めることが困難な場合
- 2 障害者または寡婦であって、前年の所得が125万円以下の場合
- 3 生活保護法による生活扶助以外の扶助を受けている場合
- 4 申請のあった日の属する年度または前年度において、
 - 震災・風水害・火災その他これらに類する災害により、被害金額が財産のおおむね2分の1以上である損害を受けたとき
 - 失業等により保険料を納付することが困難であると認められるとき
 - 事業休止または廃止により厚生労働省が実施する離職者支援資金貸付制度による貸付金の交付を受けたとき

コシカ
必書!

4の各事由による場合は、申請の際にその事実を明らかにすることができる次の書類の添付が必要になります。

- 失業の場合
雇用保険の「雇用保険受給資格者証」または「離職票」の写し
- 離職者支援基金の貸付を受けた場合
「貸付決定通知書」の写し等

社会保険庁



風疹の予防接種は受けましたか？

風疹 大流行の兆し!?

「三日はしか」とも言われ、春先から初夏にかけて流行する病気。

11年ぶりに風疹が大流行する兆しが出てきたと異例の注意喚起が出されました。

乳幼児期にかかると比較的軽い発疹ですみませんが、妊娠初期にかかる、先天性風疹症候群(心臓奇形・難聴・白内障等...)の子どもが生れる確立が高くなります。

まだ接種を済ませていない方、受けたかどうかはつきりしない方は、予防接種を早めに受けましょう。接種に関する問合せは、村保健センター又は医療機関へお問合せ下さい。

村保健センター ☎ 56-1234

お子さんの健やかな成長を支える

児童手当支給制度

児童手当とは

家庭における生活の安全に寄与するとともに、次代の社会を担う児童の健全な育成および資質の向上に資することを目的として支給される手当です。



児童手当を受給できる人

6歳未満(6歳到達後最初の年度末まで)の児童を養育している方で、前年(1月から5月までの月分については前々年)の収入が一定の額未満の場合に受けられます。

6月は現況届の月です

児童手当現況届は、毎年1回すべての受給者自身が出す届です。この届けは受給者の状況などを毎年1回確認するための届けです。もしこの届けをださないと引き続いて受給資格があっても、6月以降の手当の支払を受けることができなくなりますので、必ず提出して下さい。

なお、届は右記の日程で村役場福祉課で受け付けますので、健康保険被保険者証のコピー(厚生年金加入者のみ)と印鑑をご持参下さい。

※ご不明な点等、詳しいことは村役場福祉課・児童手当担当までお問い合わせ下さい。

日 時	午前9時～午後5時まで (午後12時～1時を除く)
6月15日 (火)	今泊・兼次・諸志・与那嶺 仲尾次・崎山・平敷・越地 謝名・仲宗根
6月16日 (水)	玉城・呉我山・湧川・天底 勢理客・渡喜仁・運天 上運天・古宇利

※日時等の調整できますので、福祉課児童手当担当までお問い合わせ下さい。

TEL 56-4189

農薬の適正使用について

安全な農作物を作るために、農薬は以下のことを 守り正しく使用しましょう

農作物等に農薬を使用する場合は、次の事項(農薬使用基準)を守らなければなりません。

- ①その農薬に適用がある作物(その農薬が使用できる作物)だけに使用する
- ②その作物に対して決められた使用量、濃度(希釈倍数)を守る
- ③使用する時期(散布してから収穫できるまでの日数)を守る
- ④総使用回数を守る

※農薬取締法により上記の使用基準を守ることが義務づけられており、違反して農薬を使用し、その作物を食用及び飼料用として供した場合は、最高で3年間の懲役または100万円以下の罰金が科されます。

農薬使用の際に守るべき事はすべてラベルに表示されていますので、ラベルをよく読んで正しく使用しましょう!!

また、農産物の安全を証明するために、いつ、どこで、どんな農薬を、どれだけ使用したのか、記帳しておきましょう。



農林水産省登録 第〇〇〇〇〇号

適用害虫と使用方法

作物名	適用害虫名	希釈倍数(倍)	使用時期※	総使用回数※
キャベツ	コガネアオムシ	2000	7日	2
きゅうり	アブラムシ類	1000	前日	2
すいか				
とまと				

※印は収穫物への残留回避のため、その日まで使用できる収穫前日数と、その本剤及びその有効成分を含む農薬の総使用回数の制限を示す。

農薬の使用に関する詳しい情報は、下記に問い合わせ下さい。問い合わせ先:

沖縄県病害虫防除所 TEL 098-886-0227
北部農業改良普及センター TEL 0980-52-2752

**保健師
だより**

これからの季節 食中毒にご注意を!



恐ろしい食中毒の実態は?

梅雨から夏にかけては食中毒の多い季節です。日本における食中毒発生件数は年間千〜二千件で、患者総数は三〜四万人(死者数五〜十人)。

原因別で見ると細菌が原因で起こるものが多く、九割以上を占めており、原因菌としては腸炎ビブリオ、サルモネラ菌、病原性大腸菌などが一般的です。

食中毒というと、レストランや旅館などの飲食店での食事が原因と思われるがちですが、毎日食べている家庭の食事も発生していますし、発生する危険性がたくさん潜んでいます。

食中毒予防の三原則

食中毒を予防するには清潔にして汚染を防ぐ、細菌が増殖する前に調理して食べる、冷却で細菌の増殖を防ぐ、加熱することがポイントです。すなわち、細菌を「つけない」、「増やさない」、「殺す」が食中毒予防の三原則です。

菌をつけない

菌をつけないためには、調理や食事前に手を洗いましょう。

●手洗いのポイント●

①石鹸を使う

菌は水ではほとんど落ちません。手が荒れない、自分にあつた石鹸を使いましょう。

②短時間で素早く

日常生活の手洗いでは、皮膚表面の菌だけを落とします。洗い過ぎると、体を守る角質層まで洗い流して手が荒れ、むしろ菌が発生しやすくなります。10〜15秒ほどの時間で素早く洗いましょう。

③指の間、指先、親指の付け根も忘れずに!

手洗いの前に汚れを残しやすい部分を確認してみましょう。石鹸をつけてすぐ水で流す大ざっぱな手洗いでは、
★指の間 ★手のひらのしわ
★指先 ★親指の付け根に汚れが残っています。

菌を増やさない

特に汚れを残しやすい部分
汚れを残しやすい部分

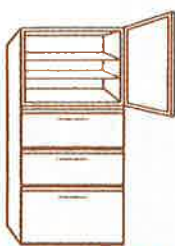


【手の甲】

【手の平】

細菌の多くは、10℃では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃では増殖が停止します。冷蔵庫では10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に維持することが目安です。

冷蔵庫や冷凍庫を詰めすぎると冷気が十分に行き渡りません。詰めすぎに注意しましょう。目安は七割です。

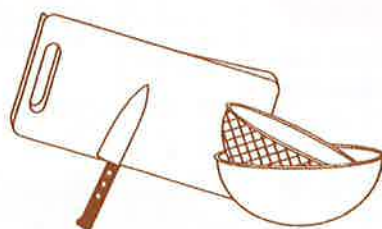


- 詰め込みすぎ
- 熱いものを入れて、冷やす
- ドアの開閉を頻繁にする
- ドアを15秒以上開けている

こんなことが冷蔵庫内の温度を上げています

菌を殺す!

殆どの食中毒菌は、75℃で5分も加熱すれば死滅します。以前、大流行のあったO・157は75℃以上で1分以上加熱すれば死滅します。しっかりと熱を加えて食中毒対策をしましょう! また、まな板やフキンなどのキッチン用品は、一度洗剤で洗ってから熱湯や漂白剤等で除菌すると殺菌の効果が高くなります。



汚れを落とさないまま消毒しても、効き目は半減

食中毒は簡単な予防方法をきちんと守れば予防できます。それでも、もしお腹が痛くなったり、下痢をしたり、気持ちが悪くなったりしたら、かかりつけのお医者さんに相談しましょう。

6 月/水無月

1 火	○ゆいまーる事業 (与那嶺)
2 水	○リハビリ (13:00~)
3 木	○離乳食実習 (13:30~)
4 金	○操体法 (10:00~ 天底公民館) ○日本脳炎予防接種 (12:30~13:00)
5 土	
6 日	○県議会議員選挙
7 月	○区長会 ○健康相談 (8:30~11:30)
8 火	○ゆいまーる事業 (諸志) ○子牛共進会 (10:00~)
9 水	○リハビリ (13:00~) ○ゆいまーる事業 (呉我山)
10 木	
11 金	○老人クラブ総会
12 土	○オープンウォータースイムレース大会 (13日まで) ○ムラ・シマ講座 ○兼小PTAスポーツ大会
13 日	○中体連夏季総体 (14日まで)
14 月	○健康相談 (8:30~11:30)
15 火	○ゆいまーる事業 (運天)
16 水	○牛セリ市 (10:30~) ○リハビリ (13:00~) ○ゆいまーる事業 (古宇利)
17 木	○1.6才・3才児健診 (13:00~) ○ゆいまーる事業 (今泊)
18 金	○操体法 (10:00~ 天底公民館)
19 土	
20 日	○健康ウォーキング (7:00~9:00) ○今中PTAソフトバレーボール大会

21 月	○区長会 ○献血 ○健康相談 (8:30~11:30)
22 火	
23 水	
24 木	○デイケア (13:00~)
25 金	○ゆいまーる事業 (渡喜仁)
26 土	○国頭郡野球大会 (27日まで) ○乙羽市ナイトバザー (16:00~乙羽岳森林公園)
27 日	○古宇利小運動会 ○壮年ソフトボール大会
28 月	○健康相談 (8:30~11:30)
29 火	
30 水	○リハビリ (13:00~)

7 月/文月

1 木	○ウニ漁解禁
2 金	○麻しん予防接種 (12:30~13:00)
3 土	
4 日	○村PTAバレーボール大会
5 月	○区長会 ○健康相談 (8:30~11:30)
6 火	○ゆいまーる事業 (与那嶺)
7 水	○リハビリ (13:00~)
8 木	○歯科相談 (13:00~)

表紙

平成十五年度の「おきなわの名木百選」に認定された与那嶺区のグートボール場横にあるアカギです。
四方八方に伸びた枝が木陰を作り、グラウンドゴルフやグートボールを楽しむ、区民の憩いの場になっています。

ご芳志ありがとうございました。

村社会福祉協議会へ
○嘉手納マサ子さん(今泊三三〇九)より夫、秀三様の香典返しとして三万円

ご寄付

第3回 沖縄今帰仁 (遠泳競技) オープンウォータースイムレース大会

《開催期間》 6月12日(土)・13日(日)

《競技種目》 個人種目 600m・1.3km・2.5km・3.8km 男女
(古宇利横断泳)
団体種目 3,200mリレー(800m×4名) 混合

《開催場所》 今帰仁村ウップマビーチ

《主催》 今帰仁オープンウォータースイム実行委員会

《事務局》 リゾートホテル ベル・パライソ



〒905-0403 今帰仁村字運天1069
TEL.56-2767 FAX.51-5106
E-mail:belpara@mco.ne.jp

親睦を目的に区民運動会

仲宗根区



▲全員が楽しんだグラウンドゴルフ

区民の健康維持並びに親睦を図ることを目的に、第十八回仲宗根区民運動会が四月二十五日、村運動公園でにぎやかに行われた。

字婦人会長の玉城幸子さんが力強く選手宣誓を行ったあと、幼稚園児や小、中学生によるかけっこ、グラウンドゴルフなどの種目に汗を流した。与那嶺雄源区長は「今年は趣向を変えて、ホッケー場の運動会になったが、みんなが楽しい一日を過ごすことができた」と話していた。

天底区

絶好の運動会日和になった五月十六日、天底区民運動会並びに学事奨励会が天底小学校で行われた。

開会式で田港朝彦区長は、「今年の運動会は素晴らしい天気になった。おもいっきり楽しんで、子どもたちを激励してほしい」とあいさつ。親子リレーや、綱引き、障害物リレーなど多彩な種目が繰り上げられた。

また、閉会式の前には学事奨励会が行われ、関係者が児童生徒を激励した。



▲「大玉転がし」で汗を流す老人会

上間勉会長は「皆さんの協力によって大成功をおさめることができた。今年の七月エイサーを楽しみに話していた。」と話していた。

▶会場を沸かせた北山高駅伝部



またステージの合間には湧川青年会がエイサーを披露した。

太鼓エイサーで
シマーを
盛り上げよう!

崎山青年会が
資金造成カラオケ大会

シリーズ今帰仁の動物たち ㊤

キアシシギ

—シギ科—

春と秋の渡りの季節に干潟や河口、河川などで見られる旅鳥で、足が黄色く体のわりに足は短い。

岸辺でカニ等を捕らえると、振り落として足を取り除き胸の部分だけを丸飲みします。

「ピューイ」、「ピピピピ」とよく通る声で鳴き、流木等の高い所で休息します。

今帰仁で体力をつけると繁殖地のカムチャッカ半島付近へと旅立ちます。

観察地(海岸、河口、河川等)

沖縄県鳥獣保護員(仲村渠智)



ナートゥ