



MIYAKOJIMA CITY INFORMATION

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)
10日(火)、24日(火)
【午後1時30分～午後4時30分】

○総合相談(教育を含む)
2日(月)・5日(木)・9日(月)・
12日(木)・16日(月)・19日(木)・
26日(木)・30日(月)
【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21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21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17日(火) 13:30～16:00
場所：市役所平良庁舎1階会議室

■11月18日(水) 14:00～16:00
場所：上野老人福祉センター

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、秘密は固く守られます。

■毎週月・水・金 9:00～17:00
■場所：平良庁舎4階 女性相談室
宮古島市 女性相談室 ☎73-1947

初孫がかわいくてしかたない母。それを見てすこし不機嫌になる父。(PN、初孫の母)

指名手配被疑者の
検挙にご協力を!

全国警察では、総力を挙げてオウム真理教関係被疑者3人をはじめ、指名手配被疑者の追跡調査などを行い、早期検挙に取り組んでいるところだ。

指名手配被疑者の発見に向けた各種捜査活動には、国民の皆様のご協力が必要です。

指名手配被疑者によく似た人を見かけたといった情報など、どんなわずかなことでも構いませんので、警察に通報していただくようお願いいたします。

※似ている人を見かけたと思ったら「110番」または宮古島警察署にお電話を!

宮古島警察署 72-0110

宮古島税務署から
お知らせです

よくある税の質問にお答えする手段としてご利用いただいております「タックスアンサー」のうち、「電話音声・ファクシミリ」サービスは、平成21年11月30日をもって終了させていただきます。なお、「インターネット(携帯電話サイト含む)」のタックスアンサーは、引き続き充実に努めてまいりますので、お気軽にご利用ください。

税に関する一般的なご相談は、宮古島税務署にお電話いただき、音声案内に従い「1番」を選択していただければ、沖縄国税事務所の「電話相談センター」につながりますので、ご利用ください。

宮古島税務署 72-4874

平成21年度 駐留軍等労働者
事前募集

- ★応募資格
沖縄県在住の満18歳以上の方
★応募受付期間
・インターネット：24時間通年受付中
・窓口応募：平成21年5月1日(金)から午前9時 午後4時30分 通年受付中(土日祝祭日、12/29 1/3を除く)
★応募方法
・インターネット又は窓口のいずれか1回の応募で有効
・インターネット：労務管理機構のホームページ(http://www.1mo.go.jp)を開き、【募集情報】の【沖縄における事前募集】から応募
・窓口応募：指定の応募用紙に必要事項を記入のうえ、申し込み

★窓口応募受付場所および問い合わせ先
独立行政法人 駐留軍等労働者労務管理機構
沖縄支部 管理課 TEL:098-921-5532
〒904-0202 沖縄県中頭郡嘉手納町
字屋良 1058番地1(道の駅かでな隣り)

新しく人権擁護委員が呑囁されました

人権擁護委員は、法務大臣から移植を受け、法務局が実施する人権相談所や自宅などでみなさんからの人権相談を受けるなど、人権の啓発・擁護のため活動を行っています。このたび、平成21年10月1日付けで垣花ヒデ子さんが新任、仲里宏美さんが再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祈りします。

また、9年間同委員を務め、9月30日で退任した島尻昭子さんには、法務大臣より感謝状が送られました。お疲れ様でした。



左：島尻昭子
中央：仲里宏美
右：垣花ヒデ子
(敬称略)

お問合せは 市民生活課 市民相談係 72-3751(内線156)

ひとりで悩まず電話してください

全国一斉 女性の人権ホットライン強化習慣
11月15日(日)～11月21日(土)

職場での差別や夫・パートナーからの暴力、セクシュアル・ハラスメントなど、女性の人権にかかわる問題について悩みや困りごとはありませんか?

法務局職員または人権擁護委員が相談に応じます。相談は無料で、秘密は厳守されますので、ぜひご利用ください。

時間：11月15日(日)・21日(土) 10:00～17:00
11月16日(月)～20日(金) 8:30～19:00

番号：0570-070-810(全国共通ナビダイヤル)

※同期間のみでなく、毎日応じています
強化期間中のみ土日も受け付けています

女性に対する暴力をなくす運動週間 11月12日～25日

働く女性の家ゆいみなあ「パネル展」のお知らせ

毎年11月12日 11月25日までの期間は「女性に対する暴力をなくす運動週間」です。

ゆいみなあでは、啓発事業の一環として下記のとおりパネル展を実施します。みなさまのご来場をお待ちしています。

◎DV防止に関するパネル展示会

平良庁舎1階ロビー：11月10日(火)～13日(金)
伊良部庁舎1階ロビー：11月17日(火)～20日(金)

◎男女共同参画関係図書の貸出(県男女共同参画センターとの共催)

期間：10月20日(火)～12月15日(火)
場所：働く女性の家、子育て支援センター(伊良部のみ)

詳しくは 働く女性の家ゆいみなあ 73-5245

生徒日く「息抜きの合間に勉強するのが自分流」。課題を多めにしよう。

(PN、とある塾講師)

知っていますか? 「建退共制度」

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の進行を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

加入できる事業主：建設業を営む方
対象となる労働者：建設業の現場で働く人
掛金：月額310円

★特徴

- 国の制度なので安全、確実、申込手続きが簡単です。
○経営事項審査で加点評価の対象となります。
○掛金の一部を国が助成します。
○掛金は事業主負担となりますが、法人は掛金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。
○事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

◇詳しくは
沖縄県建退共事業支部 ☎098-876-5214

森林伐採にご注意!!

私有地においても普通林・保安林の箇所があり、伐採の際には「森林法第10条の8第1項」による届出、もしくは「森林法第34条」による制限がなされております。

無断で伐採等をすると、罰則を受ける事もありますので、事前にもどり推進課へ確認をお願いします。

みどり推進課
☎ 72-9784



2009年度 沖縄大学移動市民大学 in 宮古島 「地球に優しい島創り ~環境と医療~」

宮古島市の高校生による研究発表や、専門家による基調講演、パネルディスカッションなどが行われます。地元の高中生達と一緒に、宮古島の持続可能な地域づくりを考えてみませんか？

入場は無料で、どなたでも参加できます。

日時：11月21日(土) 14:00~17:00

場所：宮古島市中央公民館

参加費：無料

お問合せは
沖縄大学 地域研究所 ☎ 098-832-5599



毎年受けよう 特定健診

★個別健診(登録医療機関での健診)

特定健診をまだ受けていない方は、右記の登録医療機関で平成22年1月31日までに個別検診を受診して下さい。受診の際は、「受診券」と「被保険者証」が必要です。忘れずに持参して下さい。

★人間ドックでの受診券利用について

特定健診を実施できる医療機関で「人間ドック」を受ける方は、受診券を利用することで、特定健診の項目(身体計測・血液/尿検査・血圧測定・問診・医師の診察)が無料となり、特定健診を受診したことになります。

事前に特定健診の実施医療機関であるかを確認して受診券を利用して下さい。

お問合せは 国民健康保険課 保健事業係
☎ 72-3751(内線 262)

★個別健診(登録医療機関)

1	いけむら外科医院
2	いけむら小児科
3	池村内科医院
4	うむやすみあす・ん診療所
5	おおはらクリニック
6	きしもと内科医院
7	くらはし整形外科クリニック
8	下地診療所
9	下地内科医院
10	城辺中央クリニック
11	砂川内科医院
12	中村循環器内科
13	比嘉内科胃腸科医院
14	ふじ胃腸科
15	みやぎMs.クリニック
16	宮古島徳洲会病院
17	宮古島リハビリ温泉病院

実施期間は来年の1月31日まで

エコアイランド推進課からのお知らせ ☎ 73-6841

主催：琉球ジャスコ株式会社 共催：宮古島市

イオン環境塾 in 宮古島

イオン環境塾は、著名学識者、専門家による「身近な環境問題」をテーマにした落語やクイズなどを通して、みんなで一緒に自然環境について考えるイベントです。ぜひご参加下さい!

【日時】11月7日(土) 14:00~

【場所】マティダ市民劇場

【内容】第1部：環境落語「カラスのグリーン」
落語家 三遊亭京楽氏

第2部：エコクイズ大会

※参加は無料ですが、申込が必要です

宮古島市における健全な水循環に向けた計画

パブリックコメント 募集

宮古島清水循環策定協議会では、「宮古島市における健全な水循環に向けた計画」を策定中です。計画案は、宮古島市の地下水の現状と課題を整理し、行政・企業・市民の役割について述べています。計画案は下記で閲覧できますので、ぜひ市民の皆様のご意見をお寄せ下さい。

【閲覧場所】 期間 11月2日~20日

- ・市役所平良庁舎：1階総合案内
- ・平良以外の庁舎：各庁舎の地域づくり課
- ・市のHP (<http://www.city.miyakojima.lg.jp/>)

子どもインフルエンザ予防接種を実施します

集団接種は感染拡大の恐れがあるとして、指定医療機関で個別接種を実施することとなりました。保護者が希望する小中学生は、無料(公費負担)で接種できます。

《接種について》

- ・従来の季節性インフルエンザワクチンを使用した予防接種です。新型インフルエンザ予防接種ではありません。
- ・任意接種で、無料(公費負担)です。
- ・接種の際は保護者同伴とします。
- ・予診票は、副反応等の説明を熟読し、お子さんの健康状態を把握している保護者が正確に記入して下さい。

- 対象：宮古島市に住所を有する小・中学生
- 期間：11月1日(日)~12月28日(月)
- 場所：下記の指定医療機関

いけむら小児科、いけむら外科、池村内科医院、ふじ胃腸科、いしみねクリニック、きしもと内科医院、砂川内科医院、おおはらクリニック、みやこ母子クリニック、みやぎMs.クリニック、くらはし整形外科クリニック、うむやすみあす・ん診療所、たいら内科、休日・夜間緊急診療所、城辺中央クリニック、下地診療所、徳洲会病院伊良部診療所

健康増進課 予防係 ☎ 73-1978

11月10日(火)~16日(日) 平成21年度 糖尿病週間

平成19年度宮古島市住民健診受診者のうち、男性の3.5人に1人、女性の4人に1人の方が「糖尿病」または「糖尿病疑い」の状態、年々増加傾向にあります。

11月10日からの全国糖尿病週間にちなんで、宮古島市としても糖尿病予防に関する相談を実施します。

詳しくは下記までご連絡下さい。

【問合せ先】
下地福祉保健センター ☎ 76-2785

11月3日(火)~28日(土) 宮古島市婦人検診が始まります!

料金：乳がん検診(マンモグラフィ検査、乳腺超音波(エコー)検査)1,000円
子宮頸がん検診 600円

日程：各世帯に配布されているチラシや検診通知書でご確認下さい。なお、70歳以上および非課税世帯・生活保護世帯の方は無料です。クーポン券対象者の方は、なるべく個別での検診を受けて下さい。

詳しくは 健康増進課 健康づくり係 ☎ 73-1978
伊良部支所福祉室 ☎ 78-6252
下地保健福祉センター ☎ 76-2785
平良保健センター ☎ 73-4572



「守ろうよ 未来を見つめる 小さなひとみ」

児童虐待防止推進月間

11月は「児童虐待防止推進月間」です。虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときや、ご自身が出産や子育てに悩んだときには沖縄県児童相談所や宮古島市児童家庭課までご相談下さい。

◇ 宮古島市では、児童虐待防止に関する講演会を開催します。

日時：11月21日(土) 午後2時~4時

場所：沖縄県宮古事務所(宮古支庁)2階講堂

講師：沖縄大学人文学部こども文化学科 教授 加藤彰彦

詳しくは 児童家庭課 ☎ 73-3751(内線 400)

妻に一言。ヘルシーメニューはいいが、ヘルシーすぎて量が足りん。(PN、働き盛り)

名月の下で飲む酒は格別。だから飲み過ぎたのは月が奇麗なせい。(PN、親月会フル出場)



宮古島市 食生活改善推進協議会
宮古島の素材で作るヘルシーおかず



- 今回の一品 -
グルクン(たかさご)
の唐揚げ

【グルクンの唐揚げ】作り方

- ① グルクンのはらわたやウロコを取り除き、水で洗う
- ② ①の水気を拭き取ってから、火が通りやすいように包丁で切り込みを入れ、塩をふって10分ほど味をなじませる
- ③ 小麦粉と片栗粉を混ぜ合わせて、②にふる
- ④ 余分な粉を落として、中火～強火で揚げる
- ⑤ ④を器に盛り、輪切りにしたシークワサーをそえる

【グルクンの唐揚げ】

の摂取成分(1人分当り)

エネルギー	86kcal
たんぱく質	14.3g
脂質	1.1g
食物繊維	0.1g
塩分	0.6g
カルシウム	37mg
カリウム	361mg

材料(4人分)

グルクン	4尾
塩	小さじ1/4
小麦粉	大さじ1
片栗粉	大さじ1
シークワサー	適宜

【一口メモ】宮古島の市魚で、県魚でもあるグルクンは、カルシウムやカリウム、リン、銅などを含んだ、淡泊な味が特徴の魚です。シークワサーをかけて食べるとおいしさアップ!

平成22年度 全国高等学校総合体育大会
美ら島沖縄総体 2010
— 男子バレーボール競技大会 —
平成22年7月30日(金)～8月3日(火)

宮古島の人口

10月1日現在 ※()は先月比

宮古島市の人口	55,022 (±0)
平良	35,738 (+21)
城辺	6,919 (-12)
上野	3,184 (+3)
下地	3,180 (-1)
伊良部	6,001 (-11)
男性	27,373 (-1)
女性	27,649 (+1)
世帯数	23,583 (-13)

(9月の人口動態)

転入 148 転出 148 出生 52 死亡 52

たまごBABY



なつき
池間 夏希ちゃん
2008年7月3日生まれ・平良

体験工芸村 工房紹介

宮古島市体験工芸村 73-4111



ごあいさつ

秋空が美しく、過ごしやすい季節になってきました。ご利用していただいた皆様のおかげで、今年5月にオープンした宮古島市体験工芸村も、無事半年を迎えることができました。

当村は、亜熱帯の植物に囲まれた敷地内にある赤瓦屋根の工房で、宮古島ならではの手仕事体験ができる施設です。工房は、私が工房主をつとめるシーサー陶房(陶芸)のほか、宮古織り、藍染、木工、チガヤ、貝細工、万華鏡、郷土料理とあり、宮古島に観光に来られた方はもちろん、地元の方も満足していただけることと思います。また敷地内には、広々とした芝生広場や、東屋などもありますので、きれいな緑と空気のなかを散策するのも気持ちいいのではないのでしょうか。

今後は、様々なイベントを企画し、魅力溢れる商品を販売していきますので、皆様のお越しを心よりお待ちしております。

宮古島市体験工芸村長 安井球真

陶芸工房



シーサー陶房 球

体験内容(料金は一人当たり)

- ・壁掛けシーサー作り 2,000円
時間: 60分～
- ・シーサー作り 3,000円
時間: 90～120分
- ・陶芸(器作り) 3,000円
時間: 120分～

※要団体予約