

平成3年9月発行

(恩納村の人口)  
 平成3年7月末現在  
 人口 8,979(-7)  
 男 4,628(+1)  
 女 4,351(-8)  
 世帯数 2,731(+4)  
 ( ) 内は前月比



村章



伊波得吉

昭和41年  
 21代目区長  
 伊波得吉  
 区民数  
 男性 550名  
 女性 610名  
 合計 1160名

平成3年  
 25代目区長  
 伊芸紀夫  
 区民数  
 男性 547名  
 女性 560名  
 合計 1107名

恩納公民館



伊芸紀夫



# なつかしき日の公民館

⑪

恩納



### ●成人病の特徴

成人病といわれる疾患は、次のような特徴をもっています。

- ①非感染性で、直接人にうつるといったことはない。
- ②中高年齢で発病し、特に四十歳以降、かかりやすい。
- ③無自覚、無症状でゆっくりと進行する。
- ④生活の仕方(過食、偏食、運動不足など)と密接に関係する。

◎「3白」の 摂り過ぎを防ぐ  
 右記のような成人病の特徴

## 成人病予防の生活法 ①食事

徴を知る時、これらの病気がまさしく「習慣病」あるいは「生活病」であることが、よく理解できます。さて、この生活習慣の中でも食事の影響は特に大きく、無視できません。改めるべき食習慣は過食と偏食ですが、成人病の予防という点からしますと、3白の摂り過ぎこそはまず第一に気をつけていただきたいところ

です。

3白の第一は白米、白パンに代表される精白された穀類です。できるだけ色のついたままの穀類(分搗き米や胚芽米、そして全粒粉パンや胚芽パンなど)をほどよく食べるようにしましょう。

第二の白は砂糖の白です。調理に使う砂糖、加工食品に含まれている砂糖、そして嗜好飲料や菓子類に含まれる砂糖など、すべてを合わせて一日三〇グラム以内

が望ましく、最大限用いたとしても五〇グラム以内とします。

第三の白は食塩の白です。これは一日一〇グラム以内が望ましく、特に高血圧の予防という点からは七グラム以内をすることをすすめます。

# 控え

## 三白制限



### ●成人病予防に役立つ、かしい食生活

成人病予防に役立つかしい食生活をまとめてみますと、次の八項目になります。ぜひ、これらを守って健康長寿の生活を実現しましょう。

- ①三度の食事は規則正しく。
- ②腹七〜八分目で食べ過ぎない。
- ③主食の穀類は適量を色の

ついたままで摂る。

- ④副食は品数多く。
- ⑤甘味、塩味ともに控えて薄味とする。
- ⑥野菜、海藻、きのこ類も欠かさず充分に摂る。
- ⑦間食は控え、飲酒はごく少量とする。
- ⑧牛乳(二〇〇ミリリットル)と新鮮な果物(りんごならば中一個)を欠かさない。



子どもたちでにぎわう  
魚の捕みどり大会



なぎ等々逃げ回る魚を子どもたちが歓声あげて追い回し、ずぶぬれになりながら、魚を捕らえていました。

二日目は、全国氷彫刻大会優勝の実績を持つ万座ビーチの洋食調理課主任・眞保栄悟氏による氷の彫刻実演が行われ、みごとな氷の彫刻カジキができました。



夏の夜空を彩る花火大会



みごとな氷の彫刻カジキ

ほいっ  
つかまえたぞ！

納婦人会) など各字から疲労された後、村民総踊り「恩納村音頭」、「めんそーれ沖繩」などが踊られ、まつりのフィナーレを飾りました。

また、夏の夜空に乱れ咲く大輪の花火は、詰めかけた見物客を魅了しました。

# ふれあいの心広がる 第八回 うんな・まつり



大会宣言文を読み上げる  
比嘉茂政村長

恩納村の観光、産業の発展と活力ある村づくりを目指した第八回「うんな・まつり」が七月二十日(土)、二十一日(日)の両日、コミュニティ広場において、村内外から一万八千人余の人出で賑わいをみせました。まつりは、初日、恩納小中学校のブラスバンドのファンファーレの後、まつり実行委員長比嘉茂政村長の開会宣言により開幕しました。

二日間にわたり、ゲートボール大会、魚のつかみ捕り大会、グラスボート遊覧、福引抽選会、花火大会、また、コミュニティセンターにおいては、図画、書道など小学校作品展示、チビッコ映画大会などが行われました。



まつり実行委員によるテープカット・鏡割

初日、大会宣言、うんなまつり実行委員によるテープカット・鏡割りの後、舞台では牛乳・ビールの早飲み大会、ラジオ番組の公開録音、仲田幸子ショー、ジャ

ズバンドなどで盛り上がりを見せました。特に人気を集めたのは「魚のつかみ捕り大会」で、いけすに放流されたグルクン、ミーバイ、マダイ、う



老人会によるゲートボール大会

**ゲートボール大会**  
 二十日(土)は老人会、二十一日(日)は愛好会によるゲートボール大会がコミュニティ広場において、行われました。老人会三十四チーム、愛好会十一チームが参加熱戦が繰り広げられました。また、「ゲートボールが唯一の楽しみで健康の秘訣」

## 第二回恩納村幼稚園児童話大会

### 第二回幼稚園児童話大会



「おむすびころりん」をふたりでお話する  
むらよしゆうや君といとかずあいりちゃん

七月二十一日(日)、コミュニティセンターにおいて、第二回恩納村幼稚園児童話大会(主催・恩納村PTA連合会、後援・村教育委員会、うんなまつり実行委員会)が行われました。初めて大勢の前で話すことに少し緊張しながらも一生懸命に話す比嘉このみちゃん(山田幼稚園)、ドわすれしちゃん(ドわすれしちゃん)を見て話す瑞慶山樹君と外間保君(喜瀬武原幼稚園)、村内各幼稚園から三名、もしくは四名が参加、おむすびころりん、『さよならかいじゅうくん』『あなたにおちたぞう』などジュエスターもたつぷりに舞台いっぱい表現してくれました。



と九十歳以上の方が五人参加されました。  
**【老人会】**  
 一位 恩納Aチーム  
 二位 谷茶Bチーム  
 三位 山田Dチーム  
**【愛好会】**  
 一位 名嘉真Aチーム  
 二位 名嘉真Bチーム  
 三位 山田Bチーム



すいか早食い大会



▲ 谷茶婦人会  
「谷茶前」



▶ 南恩納婦人会  
「サンフランシスコの  
チャイナタウン」



▶ 塩屋婦人会  
「四季音頭・んじよが島」



▲ まつりのフィナーレを飾る村民総踊り ▶



# 心のふれあいと 愛情豊かな村づくり

恩納村心豊かなふるさとづくり推進協議会では、グレイシヤス事業のひとつとして、各家庭、各地域、各

学校等でオアシス運動を推進しているところです。オオはようアアありがとうございます



ここは、あいさつ広場今日も元気よくおはようございます。

シ しつれいします ス すみません このような言葉が自然に使えて素直な明るい子ども、村民、又、明るい地域が育つのです。

今回は、恩納小学校で児童会を中心に頑張っている『朝のあいさつ運動』の様子を紹介します。

恩納小学校児童会では、今年七月から小学三年生から六年生まで各学級単位で一週間交代で、朝の登校時に黄色のタスキを肩にかけ校門に並び、登校してくる先生方やお友達、お兄さん、お姉さんたちに「おはようございます。」と元気よく大きな声であいさつをしています。

また、校門には『あいさつ一言心のかけ橋』の横断幕もかけてあります。「あいさつをすることに



登校してくる児童に元気よく声をかける 年生



## 第二回少年の主張大会 優秀賞 忘れてはならないこと

山田中学校三年 比嘉 瞳

あなたもきつと見たはずです。油でドロドロに汚れた海。真っ黒になりながらも必死で生きようとする海鳥たち。手が付けられない自然破壊しか生まなかった湾岸戦争。日本中のあらゆるマスコミが知らせる戦争の経過に心が痛んでも、平和に暮らす私達には、クウェートは別世界の話の様でした。そこに、日本の資金援助という事実。お金という武器で確かに人を殺し、文化を、そして自然をも破壊していったのです。そして、もう一つの事実。この戦争へ、沖縄の基地から戦闘機や兵士が飛び立っていったのです。



はなりの生活は、平和な生活です。

私達の住む恩納村にも基地があり、それは弾薬庫として使われています。つまり、私達は、毎日が危険と隣り合わせの生活をしているのです。住宅地域から、わずか数百メートルの所での演習。それによって私達の生活圏に流れ弾が飛んで

た演習は、まちがいはなく人命事故を引き起こすことになるのです。

その前例として、三十三年前に多数の死亡者や負傷者を出した、宮森小学校のジェット機の墜落事故です。このような事故は、基地がなくならない限り、今でもおこりうる事なのです。私達はこのような、恐ろしい所で、毎日、生活しているのです。だからこそ、平和に対して、私達は、無関心ではいられないはずなのです。

恩納岳にある演習場の基地ゲートに、座り込む地域住民、そのほとんどは、お年寄りです。その抵抗は、何を意味するのでしょうか。あの姿は、対基地以上に体をはってまでも守ろうとする平和の重みを、沖縄に生きる私達に教えてくれているような気がします。

近年、沖縄では、かつての沖縄戦を体験した方々の体験談や戦争についての訴

命になっていく光景をよく見聞します。それは、実際に日本唯一の地上戦を経験した生の声を後世に伝えるための最善の方法なのでしょう。

語ることは、辛いことでしょう。しかし、二度と戦争をくり返して欲しくないという強い願いからだと思えます。

沖縄戦で、父母や兄弟、親せき、友人など多くの人を目の前で失ったこと、あるいは、今もや戦争によって受けた障害をもちながら、戦争処理のために、そして、平和な世の中にするために、たくさんの方々が苦しんできたからこそ、今、その証言の必要性に迫られているからなのでしょう。

だんだんと、戦争体験者が少なくなり、時代が移り変わります。私達は、平和な時代に生まれ、育ってききました。なんの苦勞も知らない私達は、平和に対する意識がうすれています。

を向けてみると、海外では中学生でも戦争について自分なりのしっかりとした考えをもち、デモに参加したりしています。しかし、私達、多くの日本の中学生は受験やテストなど、自分の事だけや目先のことしか目えていない気がします。もっと視野を広げて、世界に目を向け、平和運動に参加したり、また、身近な体験者が存在しているということを大切に忘れる事のないように、真の平和な世の中に一歩でも近づくと努力をしたと思います。

平和こそ人類最高の宝なのです。



# 結核予防週間

(9月24日～30日)

## 結核は国内最大の 感染症です

結核は、エジプトのミイラにもその跡が見られるように、有史以来、人間の難病の一つであったと考えられています。日本でも、結核はかつて国民の病とまでいわれたくらい、多くの人々が病気になる、また、命をなくしました。国内での結核のピークは大正中期で、その後は徐々に減り続けましたが、昭和三十年代になって再び増えました。

年に一度は定期的に健康診断を行い、



恩納診療所の先生が多和田先生から池村先生に変わりました。

池村先生は、名護病院で十年間医療に携わっていま

## 診療所の先生が変わりました

したが、今年の四月から恩納診療所で勤務することになりました。

診療時間は、従来どおりです。少しでも具合が悪ければすぐに診てもらってください。村民みなさんが健康でいられるように待機しております。

多和田先生長い間ご苦労様でした。

# お知らせ

## 村は九月から 第二・第四土曜日の 業務が休みにになります

村は、平成三年九月から、土曜閉庁方式による四週六休制をスタートさせることになりました。これによって、村の機関は毎月第二・第四土曜日が閉庁（休み）となります。なお、村立保育所、村立幼稚園・小中学校は今までどおり業務を行います。

秋の全国交通安全運動 九月二十一日～三十日

## あなたと同乗者の命を

## シートベルトで守りましょう

昨年一年間に、交通事故で亡くなった人は、一万一千人を超え、過去十五年間で最悪となりました。なかでも最近増えているのが、自動車乗車中の死亡事故で、シートベルトを締めなければ助かったと思われるケースも多くみられます。

九月二十一日～三十日は、「秋の全国交通安全運動」が実施されます。この時期に、改めてシートベルトの大切さと効果を見直してみましましょう。



# 子どもたちの行動に 関心がありますか

夏休みが終わる九月は、家出をする子どもが最も多い時期です。

警察では、この月を「家出少年発見保護活動及び福祉取組み強化月間」としています。昨年の月間中には、八千九十九人の家出をした子どもたちが、発見保護されました。

## 子どもたちとの関係をもっと大切に

家出した子どもたちは、駅・友達のアパート・遊技場などに立ち回ることが多いものです。

家庭だけではなく、地域社会でも、お互いに子どもたちの行動に関心をもちましましょう。

また、困ったことや悩みごとがある場合は、子どもでも親でも、「ヤングテレホンコーナー」に相談してみましよう。専門の先生方が、親身になって応対してくれます。

子どもの家出を防ぐには、何といっても、ふだんの生活のコミュニケーションが重要です。気軽に話せる雰囲気や家庭をつくりだすことから始めてはいかがですか。無関心は、すべてを悪くします。

ヤングテレホンコーナー  
TEL 八六二一〇一一

# ＊引き揚げ者の皆さまへ＊

平和祈念事業特別基金においては、この度、先の大戦に際し本邦以外の地域から引き揚げた方々（注）に対し、書状（内閣総理大臣）を贈呈することになりました。

書状の贈呈は、請求に基づいて行うこととしておりますので、請求される方は、請求書に記入のうえ、必要な書類を添えて「平和祈念事業特別基金」あて直接送付してください。

請求書類は同基金の他、各都道府県及び市町村の窓口にあります。なお、請求書類の受付は、平成3年9月2日から行います。

（注） この事業の対象となる引揚者とは、「引揚者に対する特別交付金の支給に関する法律」（昭和42年法律第114号）による特別交付金の支給要件に該当した引揚者をいいます。

## ※ 請求書類の送付先及び問い合わせ先

〒112 東京都文京区大塚5-3-13

平和祈念事業特別基金（総理府所管）

業務第2課引揚係

☎ 03-3945-4073

☎ 03-3945-4707

村役場住民課 援護係

☎ 966-8001（内線 128）