



村章



NO. 150

平成4年12月発行

(恩納村の人口)  
 平成4年10月末現在  
 人口 9,008 (+12)  
 男 4,616 (+5)  
 女 4,392 (+7)  
 世帯数 2,758 (+7)  
 ( ) 内は前月比



ちよつとお散歩  
 歴史と語ってみよう⑩

真栄田の石切場跡

沖縄の海岸は比較的切り出し易い石灰岩が多く、屋敷の塀、墓石等に利用している。真栄田では、終戦後まもなくまで石切り作業が行われていたという。切出した面積も広範囲にわたり、満潮時には作業も制限されたことが容易に推測できる。場所は真栄田岬の西側。周囲にはシーサーに似た岩など奇岩も多く目を楽しませてくれる。今では石切り作業は行われていないが生産遺跡としての文化財といえるだろう。



アルコールは、少量ならばストレス解消や気分転換に有効ですが、長い間、しかも大量に飲む習慣がついていると成人病に確実に近づいてしまいます。



アルコールは上手に飲もう

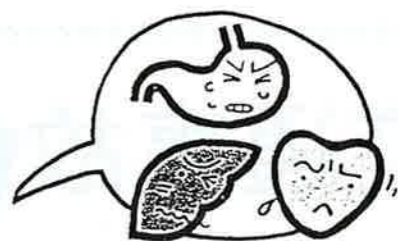
まず、肝臓がダウンする

酒を飲むと、アルコールは胃と小腸から吸収されて肝臓へ行き、そこで分解されて毒性の強いアセトアルデヒドとなり、さらにセテートに変化して最終的には炭酸ガスと水になります。

このアルコールの分解は大部分が肝臓の中で行われるため、酒を飲みすぎると肝臓にアセトアルデヒドの毒性が残る、肝臓の本来の働き(新陳代謝)が低下してきます。その結果、まず肝臓に脂肪がたまって脂肪肝となり、さらに進むとアルコール性肝炎や肝線維症、さらには肝硬変になる危険性があります。



全身がSOS

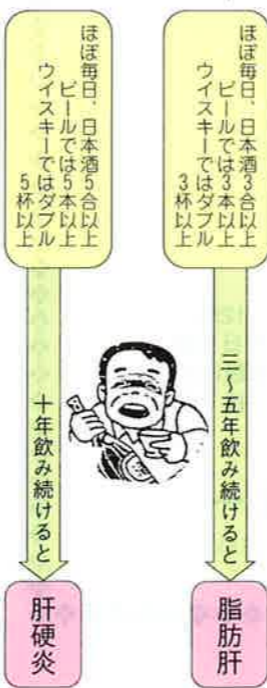
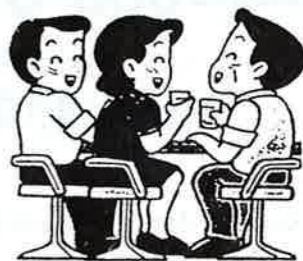


アルコールは、血液の流れにのって全身をめぐるから、飲みすぎの障害は肝臓だけでなく全身に及びます。脳細胞の働きをおさえ、胃腸の粘膜、すい臓、心臓、骨、抹消神経などに悪い影響を与えます。また、成人病と直接関係ありませんが、妊婦がアルコールを飲むと胎児にまで悪影響を及ぼすこともよく知られています。

成人病予防のために飲酒のルールを守ろう

古くから「酒を飲むと人の長命なるはまれない、酒は半酔に飲めば長生きの薬となる」ともいわれられています。ルールを守って飲めばストレスの解消になり、成人病の予防に役立つはずですが、以下の六項目を守って成人病を撃退しましょう。

- 1、何かを食べながら、ゆつくりと楽しい気分であらう。
- 2、飲む量はできるだけ日本酒一、二合(ビールでは一、二本、ウイスキーではダブル)までとし、多くともそれぞれ三合(三本、三杯)を上限に。
- 3、他人に酒を無理強いするのはやめよう。
- 4、毎日続けて飲まないように(二日続いたら一日休みを)。
- 5、アルコール度数の強い酒はうすめて飲もう。
- 6、薬(睡眠薬、精神安定剤、糖尿病の薬など)と酒はいっしょに飲まないように。



# 12月9日は「障害者の日」

## 一人一人が理解を深め ともに生きる社会を



リハビリ教室

十月九日は「障害者の日」です。この日は、昭和五十六年（一九八一年）の「国際障害者年」を記念して、障害者への理解を求め、福祉の増進を図ろうと、昭和五十年（一九七五年）に国際連合で障害者の権利宣言を採択した日に定められたものです。

ちなみに、障害者の権利宣言では「障害者は、その人間としての尊厳が尊重される生まれながらの権利を有している。障害者は、その障害の原因、特質および程度にかかわらず、同年代の市民と同等の基本的権利を有する」とうたっています。

さらに、国際連合は、昭和五十七年（一九八二年）に「障

害者に関する世界行動計画」を採択するとともに、昭和五十八年（一九八三年）から平成四年（一九九二年）までを「国際障害者の十年」と定められた。そして、今年が国際障害者の十年の最終年に当たっています。

### いついかならぬ、障害をもたないとも限らない

ところで、《障害をもつ》という言葉を、あなたは自分に関係のないことのように考えていませんか。病気や事故は、だれにでも起こりうることです。いま障害をもっていないなくても、

いつ、どこで、障害をもたないとも限りません。また、年をとってからだ体が衰えて障害がでてくることもありまます。高齢化が進んでいる現在、こうした方々が増えています。

### すべての人が平等で尊重されることが大切

わたしたちの社会は、すべての人にとって、いろいろな面で平等で、お年寄りも子どもも、男性も女性も、障害をもつ人ももたない人も、一人一人が尊重されなければなりません。すべての人がともに社会参加し、お互いに支え合いながら生きていける社会こそ、本来の姿ではないでしょうか。これまで、国や地方自治体では、福祉、雇用、教育、生活環境など幅広い分野か



ている人を手助けする場合は、白いつえの反対側に立って、腕や肩を貸し半歩前を歩くようにしましょう。

### 耳の不自由な人には

耳の不自由な人は、外見だけでは障害をもっていることが分かりにくいものです。立ち止って、何かを探すようにキョロキョロしたら、身振りで話しかけましょう。また、話しかけるときは、必ず正面から近づくようにしましょう。

### 「障害」についての考え方の変化

街では、障害をもつ人たちも利用できるエレベーターやトイレなどが見られるようになりましした。車椅子を使う人にとって、駅や建物、道路におけるスロープや、目に障害をもつ人にとっての点字の普及など、社会

最近では、障害をもつ人も、もたない人もともに生きる社会をつくる《WITH》という考えに変わってきました。これは、国連の「障害者の十年」の根本にある考えです。しかし、これからはともに生きるという考えよりさらに一歩進んだ、障害をもつ人も、もたない人も、すべての人が共有することのできるものをつくらうという《ALL》という、考え

ら障害をもつ人に対して、さまざまな施策をもって人に対する誤解や偏見など、《心の問題》は、わたしたち一人一人が解決しなければならぬものです。そのためにも、障害をもつ人もたない人とのふだんの交流、ふれ合いが大切です。障害をもつ人が積極的に社会参加し、生きがいのある活動ができるように、わたしたちみんなで協力し合うことが大切ではないでしょうか。

## まちで困っている人を見かけたときは「手伝いましょうか」の一言から

わたしたちの社会は、それぞれ違った能力や個性をもった人によって成り立っています。これは、障害をもつ人の場合も同じことです。

目が不自由な人、耳が不自由な人、手や足が不自由な人、それぞれ違った障害をもっています。このような障害をもっている人が困っているところをまちで見かけたときは「手伝いましょうか」と一言聞いてから手助けをするようにしましょう。

障害をもつ人は、人の手を煩わせることを心苦しく思っています。周囲の人が積極的に声をかけるようにしましょう。

手や足の不自由な人には



手や足の不自由な人には

手や足の不自由な人には

手や足の不自由な人には

手や足の不自由な人には

# 小中学生書道・ポスター コンクール入選

## JA沖縄共済連

家族の生命・財産を危険から守る活動を行うなかで、相互扶助と思いやりの精神を次代を担う小中学生にも普及することを目的にJA沖縄共済連が行っているものです。

JA恩納村では、九月十七日、村内の小中学生を対象に恩納地区書道・交通安全



沖縄県地方コンクールで優秀賞に入選した名城梓さん(山田小学校6年)

会へ出品しました。JA共済全国小中学生書道・交通安全ポスター沖縄県地方コンクールでポスターの部において、名城梓さん(山田小学校・六年)が優秀賞に、富山安君(恩納小学校・二年)、糸数葉子さん(山田小学校・五年)が優良賞に、富山商人君(恩納小学校・三年)、長浜春菜さん(仲泊中学校・一年)、大城尚司君(恩納中学校・三年)が佳作にそれぞれ入選しました。

# 「中城情話」に 大きな拍手

## 商工会婦人部熱演



プロ顔負けの熱演ぶり・商工会婦人部

商工会婦人部(比嘉静子部長)は、設立五周年を記念した敬老チャリティー事業として、十月十七日、コミュニティセンターにおいて、「おんな芝居」を演じました。

第一部では、会員による「かぎやで風」で幕開け、「ダンスナー」などの琉舞、民謡を披露しました。第二部においては、婦人部員が二ヶ月余にわたり毎晩遅くまでけいこに励んだ悲劇「中城情話」が上演され、詰め掛けた七百人余りの観客から大きな拍手が繰り返されました。具志堅美代子五周年記念事業実行委員長(前婦人部長)は「組織の

# ふるさとをきれいに CGG県民推進大会



個人の部/仲西ノリさん(写真左)  
団体の部/恩納村婦人会副会長 島袋真子さん

沖縄県心豊かなふるさとづくり県民運動推進週間(十月十九日から二十五日)にちなんで、沖縄県心豊かなふるさとづくり県民運動推進大会が十月十九日、県庁講堂で開かれ、環境美化や清掃活動に功績のあった七団体が表彰されたほか、同運動に長年にわたる協力している沖縄海邦銀行に感謝状が贈られました。

美しく、緑豊で人情味あふれるまちづくりを目指す同運動は、クリーン、グリーン、グレイシヤス(CGG)を合言葉に一九八〇年に県が提唱、その間、県が基本構想を策定し、それに沿って各市町村を主体に運動を推進しています。恩納村では、仲西ノリさん(南恩納区)、恩納村婦人会がそれぞれ表彰されました。



二連覇を飾る塩屋チーム

# 塩屋チーム二連覇 恩納村ソフトボール大会

恩納村教育委員会(大城英喜教育長)主催の第九回婦人ソフトボール大会が十四日夕、コミュニティ広場で催され、塩屋チームが二連覇を達成しました。大会出場チームは四チームと少なかったが、それぞれソフトの盛んな区だけに初戦から白熱したゲームが展開されました。

今回からはホームラン賞が設けられたため、ほとんどの選手がホームランを狙い、内野フライを多発する結果となり、応援席からはやんやの拍手が沸き起こり、大会を盛り上げました。結果及び個人賞は次のとおりです。

- 殊勲賞 吉田妙子さん(塩屋)
- 敢闘賞 池原貴子さん(恩納)
- 打撃賞 吉山由美子さん(塩屋)
- 外九人



うちチャールズくん さだひさゆみこちゃん とけしよしふみくん あらかきたいらくん

妊娠から出産・子育てまで

夫のためのママ情報

マザーリンク研究所代表 たけながかずこ

「里帰り出産するつもりなのですが、実家の母が仕事をしているので、あまりゆっくりもしていません。産前に帰っても昼間一人つきりになるのは変わらないから、予定日ぎりぎりまでここにいたいのです。予定日になってから、帰るのでは、いけないかしら？ だって、初産は予定日より延びるってよくいうでしょ」

「姑は、産後の母乳の出方が順調になる三か月ぐらいいまでは、遠慮しないでゆっくりしていけるといいです。そうではないと、出る乳も出なくなるよと言ってくるんですけど、私は産後はなるべく早く夫のもとに帰りたいんです」

これらは、私が里帰り出産について、妊娠している女性から受けた電話相談の一部です。ふつう里帰り出産の時期は、妊娠八か月ごろから産後

里帰り出産のポイント

三か月ごろまでですが、電話相談のように、里帰り出産のあり方が、大きく変わりつつあります。

帰省は妊娠九か月までに

もともと里帰り出産は、妊娠中にこれといった支障もなく経過している女性が対象ですが、予定日ぎりぎりでも問題ないかもしれません。しかし、なかには、新幹線の車内や駅構内で、子どもが産まれてしまった話なども聞きますので、予定日近くになって帰るのは避けたいほうがいいでしょう。

里帰りは、遅くとも妊娠九か月までに済ませ、帰省先でお世話になる医師の診察を受け、分娩室の見学もしてから出産に臨みたいものです。そして、産後の一か月検診は、必ず出産した医師のところに行き、母子の健康状態をチェックしてください。

「育児戦争」の覚悟が必要

母乳で育てる場合は、産後一か月から三か月ごろまで、実家にお世話になるほうが楽です。でも、早く夫のもとに帰りたいのなら、一か月検診で、医師から「問題なし」といわれたからにしましょう。ただし、この場合、夫にも授乳という「育児戦争」にできるだけ協力するという覚悟をしてもらわなければなりません。協力できないのなら、育児を支援してくれる友人や、プロの手配をするなどの対策をたてる必要があるでしょう。くれぐれも、仕事や出張を理由に、妻と生後一〜二か月未満の子どもを、ワンセットで部屋に閉じ込める結果になることだけは、避けなければなりません。



一緒にやってみませんか クリーンビーチ作戦 I Love See



わたしはスペイン出身のエド・サンチェスです。現在、琉球村で仕事をしています。わたしは、海が好きで、真栄田区のシャネ毛ビーチによく泳ぎに行きますが、行く度に目につくのが、ゴミです。家族や友達と行く度に、新しいゴミが増えていく状態です。私達だけでもと清掃を始めたのですが、私達だけではどうしようもないほどのゴミの量なのです。そこで、友人、知人、に声をかけ合い、みんなで沖縄の自然を守っていきましょうと『インターナショナルクリーン・ビーチ・クラブ(CBC)』を発足させました。

私達はボランティアで成り立っており、村内にあるサンサマリナ、ラマダ、万座ビーチ等のリゾートホテル、マリブリゾート、残波ロイヤル、アメリカ海兵隊、地元の方々はもちろんのこと、たくさんボランティアの皆さんの協力を得て、十月十一日、第一回目の活動として、シャネ毛ビーチからマリブビーチ付近の清掃を行いました。アダン、シャネ毛ビーチまでの通りには、空き缶、バーベキューの後のゴミ、また、人通りの少ない通りには、工業用機械、公衆電話、使用済みの家庭用品など、捨てられていたゴミはさまざま、トラック六台分のゴミがボランティアの人たちによって集められました。

二回目は、十一月二十二日、久良波区の海浜清掃を行いました。人数が多いほど、より早く、よりきれいになります。あなたも一緒にやりましょう。ゴミのない海浜を……。

次の世代に残してあげられるたつたひとつの財産は、自然だけなのです。月に一度、ボランティア活動を行います。くわしくは、エド・サンチェスまで連絡下さい。電話 九六四一二五二七





全国防犯運動（十月十一日～十月二十日）に先立ち、石川地区防犯協会は、十月九日、コミュニティ広場において、全国防犯県民運動・

# 住みよい地域社会を

## 全国防犯県民運動 暴力団壊滅石川地区住民大会

暴力団壊滅石川地区住民大会を開き、「安全で住みよい地区社会の実現を」との大会宣言を採択しました。大会には、石川署、石川地区防犯協会、婦人会等の各団体約六百人が参加。主催者を代表して山里善

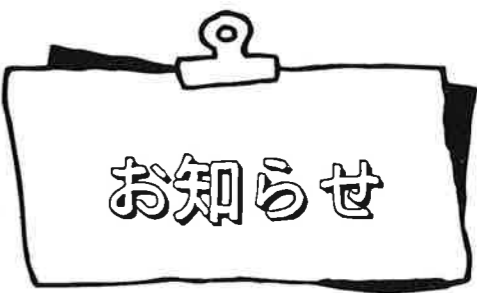
市石川警察署長が「暴力団壊滅、少年非行追放に全力を尽くす」と述べ、中学校、青年会、婦人会の代表がそれぞれの立場から意見を発表しました。「締めだそう暴力団は社会の敵」「さしのべる手のぬくもりをどの子にも」などの大会宣言を採択した後、恩納小中学校金管バンド部を先頭に街頭パレードを行い、防犯運動推進を呼びかけました。

# 犯罪捜査にご協力を

- 一、犯罪について知っていることは、積極的に通報を！
- 二、聞き込み捜査にご協力を！
- 三、被害にあったときは必ず届け出て下さい！
- 四、「事件かな？」と思ったら一〇番通報を！
- 五、指名手配犯人の検挙にご協力を！

石川警察署

九六四一四二一〇



## 外国人登録法の廃止

# 永住者と特別永住者の 指紋押なつ制度を廃止

日本に一定の期間滞在する外国人の方は、本人の身分や居住関係を登録する必要があるとあります。この手続きを定めた法律が外国人登録法です。

者といえます。は、指紋押なつに代わって本人の署名や写真、家族に関する事項を登録することになりました。具体的には、次の通りです。

### 署名制度

のほど改正されることとなり、平成五年一月八日から施行されます。今回の改正では、どのような点がかわるのでしょうか。

十六歳以上の永住者および特別永住者は、新規登録など登録証明書の交付をともなう申請を行う場合、申請書の提出と同時に外国人登録原票と署名原紙にそれぞれ署名します。交付される登録証明書にはその署名が転写されることになりました。

### 家族事項の登録

これまで実施されてきた指紋押なつ制度が、永住者および特別永住者について廃止されることです。わが国において永住の在留資格をもつ外国人（永住者といいますが）と、終戦前から日本に移住していた平和条約国籍離脱者、およびその子で法律の規定により永住資格が与えられた方（特別永住

日本に滞在している父母と配偶者の氏名、生年月日および国籍、さらにその人が世帯主である場合は、世帯を構成する人の氏名、生

年月日、国籍および世帯主との続柄を登録します。

なお、家族事項に変更が生じた場合、外国人登録上の諸申請のうち最初の申告を行うときまでに変更登録の申請をしなければなりません。

### 写真の管側撮影

外国人が外国人登録上の申請を行う際に提出する写真（またその支局、出張所）において、本人の希望によ

り写真撮影が受けられるようになりました。

新しい登録証明書 外国人に交付される登録証明書を、最新の技術を用いて写真や指紋、署名および文字をプラスチック・カード上に印刷するものとし、携帯に便利なようにサイズに小型化しました。

詳しいことは、最寄りの市区町村役場でお尋ねください。

電話を通して『健康』をおとどけます

24時間

健康テレホンサービス

(那覇) 833-4466

12月のプログラム

- 月……禁煙のすすめ
- 火……顔面神経痛
- 水……かぜは万病のもと
- 木……歯垢と歯石
- 金……妊娠中毒症
- 土・日……ダニとアレルギー

注)12月28日(月)から新年1月4日(月)までは年末年始休業として、上記プログラムではなく「成人病検診をうけよう」と題してお話します。

沖縄県保険医協会 tel. 098-832-7813

保険医協会は、国民も医師もともによるこべる医療改善をめざす開業保険医・歯科医師の団体です。

\*\*\*\*\*  
歳末たすけあい  
運動  
12月1日～31日



# 水がピンチ

## 節水にご協力を!

戸籍手数料改定内容

種 類		現 行	改定額
戸籍の謄本又は抄本	1 通	300	400
除籍の謄本又は抄本	1 通	500	700
戸籍の記載事項証明	証明事項 1 件	200	300
除籍の記載事項証明	証明事項 1 件	300	400
届書の受理等の証明書	1 通	200	300
令五号ただし書の証明書	1 通	1,000	1,300

**戸籍手数料改定**

平成五年一月一日より戸籍手数料が左表のとおり改定されます。

\*\*\*\*\*

ちよつとイッパイが 一生のシッパイ

年末・年始は酒の事故の多発シーズンです。

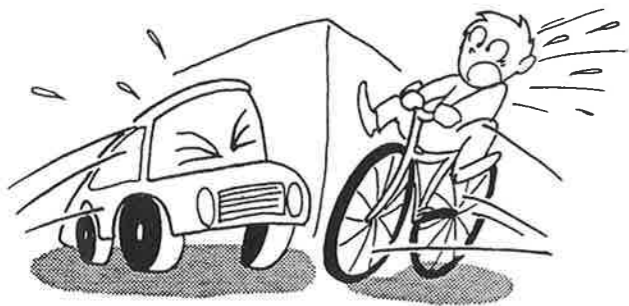
わすれないで あなたの心に愛と ゆとりと思いやりを

12月22日～1月6日

**年末年始** 交通安全県民運動

スローガン 「安全はあなたが生むものを守るもの」

**交通事故 無料 ご相談**



●電話のご相談もお受けします  
TEL.098 868-8950

相談日/月曜から金曜午前9時半～12時 午後1時～4時40分(祝祭日を除く)  
◎専門の相談員が親身になってご相談に応じます  
◎弁護士相談日/毎月第3金曜日午後1時～4時

社団法人 日本損害保険協会

**沖縄自動車保険請求相談センター**

那覇市松山1-1-19 安田生命那覇ビル 6階 自算会沖縄調査事務所内 TEL.098-861-1137

**県営団地入居者募集**

●団地名/石川第二団地  
●住所/石川市字伊波一四八二番地  
●構造/中層耐火  
●間取り/3DK(6畳・6畳・洋間・B・T)  
●戸数/八三戸  
●家賃/二万九千円  
●面積/六六平方メートル  
●種類/二種

沖縄県土木建築部住宅課  
電話 〇〇九八八八  
九八八八  
八五六六  
八八六六  
一一二四  
一四四一  
四〇一八  
四六〇八(代直)

沖縄県住宅供給公社  
電話 〇〇九八八八  
九八八八  
八五六六  
八八六六  
一一二四  
一四四一  
四〇一八  
四六〇八(代直)

**夢は海からやってくる!**

**沖縄海員学校学生募集**

◆願書受付期間 平成5年1月9日～2月13日

◆入学試験日 平成5年2月7日

◆合格発表 平成5年2月12日

◆入学日 平成5年4月8日

くわしくは教務課 TEL. 964-2595まで

お問い合わせ下さい