

広報



村章



NO. 157

平成5年6月1日発行

(恩納村の人口)	
平成5年4月末現在	
人口	8,976(+34)
男	4,595(+37)
女	4,381(-3)
世帯数	2,738(+33)
() 内は前月比	



「老眼鏡なんかいらない」針の穴だってみえるし、夜の10時頃まで針仕事をしているよ。」と話すのは宇加地区に住む饒波千代さん89才。

昭和50年には手マリで、北部地区老人作品展示会で優良賞、昭和52年には、たばこのあき箱を利用してつくったかさで入選。数多くの賞を受けている。進貢船をまねてつくったという船等、饒波さん宅には、手作りの作品がいっぱい。

●在宅ケアと病院入院の比較

在宅ケア	病院に入院
多くの成人病は、方針がきまった後は、患者は拘束のない自宅での療養を希望する。	診断、治療上入院が必要な場合は医師の指示に従う。
家族と一緒に暮らせ、食事や睡眠、運動、友人の来訪など、心休まる環境で自由な生活ができる。	入院中の患者は淋しく不自由な生活を強いられる。
よい指導を受ければ、寝たきりが少なくなる。	病院では孤独であるので、寝たきりのくせがつく。



在宅ケアについて

☆なぜ在宅ケア(病人を自宅で世話すること)が問題になってきたか
戦前の日本では、伝染病にかかった患者や、手術が必要な患者以外は、病人、特に慢性の病気に加わった人々は、たいていは自宅で療養をし、医師が往診しました。しかし、その後は病院が

近代化され、外国のどこの国よりも病床数がふえてくるにつれ、病気に加わった人は、病院に入院させる傾向になってきました。これは患者を病院に入院させた方が安心だということ、家庭では看護をする人手がないという二つの理由によるものです。しかし、これは病人にとって必ずしも幸福なことではありません。在宅ケアは病院に入院するのに比べてどんなよい点があるか表に示しました。特に重い病気でないかぎり、できれば在宅ケアのほうが好ましいといえましょう。



☆よりよい在宅ケアを実現するために

- 在宅ケアの効果を十分にあげるにはむずかしいものです。以下の点に気をつけて、よりよい在宅ケアを実現しましょう。
- ①病人は自分でできることはなるべく自分でする。
- ②家族の者は、病人のできないことが何かを見きわめて、病人の世話の仕方や家庭内で家族のやれる看護のやり方についての指導を治療医や看護婦・保健婦から受ける。
- ③病人の住む部屋を清潔にし、部屋の中につまづくも



のがないようにする。必要な場合は、移動できる便器を部屋のすみに置く。食事は床の上でなく、起きて家族と一緒にとるように心がける。



ご利用下さい デイサービス



血圧等の健康チェック



午前の部の入浴とリハビリ風景



食事風景



休 養



自宅まで迎えにいきます



朝のミーティング

その日の利用者をチェックし、
利用者一人ひとりへの対応と気配
りについて話し合いが行なわれる。



デイサービスセンター到着





デイ・サービス事業とは・・・

身体が虚弱なために家の中で過ごしがお年寄りのみなさんにデイ・サービスセンターに通うことによって、心のリフレッシュを図りながら、楽しく充実した一日を過ごしていただき、併わせて家族の身体的、精神的負担を少しでも軽くしていこうというものです。

※サービスの内容

- ∴送迎サービス ∴健康チェック ∴生活指導
- ∴日常動作訓練 ∴入浴サービス ∴給食サービス
- ∴介護者教室

※利用時間

午前9時から午後5時

※利用料金

- ∴給食サービス 400円
- ∴入浴サービス 200円

※必要事項

登録申請書、健康診断書、対象者調書、契約書

∴65才以上なら、どなたでも受けられます。希望者は必要書類を村役場住民課または、各字公民館で受け取り必要事項を記入のうえ、住民課福祉係へ申し込んで下さい。

ショートステイ事業とは・・・

ねたきり老人等及びその家族の福祉の向上を図ることを目的に、ねたきり老人等を介護している家族が、疾病、出産、冠婚葬祭、事故、出張、転勤、学校等の公的行事への参加の理由により、居宅における介護が困難となった場合、一時的に特別養護老人ホームに入所させるというものです。

※利用期間

一週間

※利用料金

2020円(1日当たり)

※必要書類

登録書、健康診断書

くわしいことについては住民課福祉係

TEL 966-8001 内線128番へお問い合わせ下さい。



茶話会
むかしばなしにはなさいて



自宅までお送りします



ゲームにカラオケにレク活動



ひと汗かいたらゆっくりバスタイム

保健婦さんが変わりました



比嘉綾子さん

これまで村民のために頑張ってきた石川保健所恩納駐在の儀保恵美子さんが八重山保健所へ転動になり、その後を受けて名護保健所伊平屋駐在から比嘉綾子さんが着任しました。比嘉さんは「乳児検診、村民健康診断等、村民の健康保持のため頑張ります。」と抱負を述べました。村民のみなさんお気軽にご相談下さい。比嘉さんの訪問担当区域は太田、瀬良垣、安富祖、喜瀬武原、名嘉真の五つの区域です。前任の儀保さん二年間ありがとうございました。りがとうございました。

自治会結成



希望ヶ丘自治会長 中田兼光さん

名嘉真希望ヶ丘団地に、希望ヶ丘自治会が誕生し、初代会長に中田兼光さんが就任しました。村民のみなさんよろしくお祈りします。

新区長決まる!



饒波棟勇さん

任期満了に伴い、宇加地区において新しい区長さんが誕生しました。饒波棟勇さんが変わり饒波棟勇さんが就任しました。村民のみなさんよろしくお祈りします。前区長の饒波棟勇さん、長い間ご苦労さまでした。

新区長会長決まる!



五月十一日の区長常会において、恩納村区長会長に南恩納区の津嘉山朝孝区長、副会長に山田区の糸数吉雄区長、会計に前兼久区山城久一区長がそれぞれ就任しました。



村では、五月一日付けで人事異動を行ないました。今年度から庁舎建設のため庁舎建設室として新しく室が設置されるとともに、課長一人、参事一人、係長三人がそれぞれ昇任しました。そのほか、教育委員会において新採用一人、村長部局において新採用一人と一般職六人の人事異動が行われました。各課体制も新たに、より一層の行政サービスに努めます。よろしくお祈りします。

※退職者
安里ヤス (三月三十一日付け)
(山田保育所)



山内博美



屋宜勉



辞令交付式

里山朝子 (三月三十一日付け)
(学校給食センター)

大城春次 (五月一日付け)
(建設課参事・公共土木係長兼務)

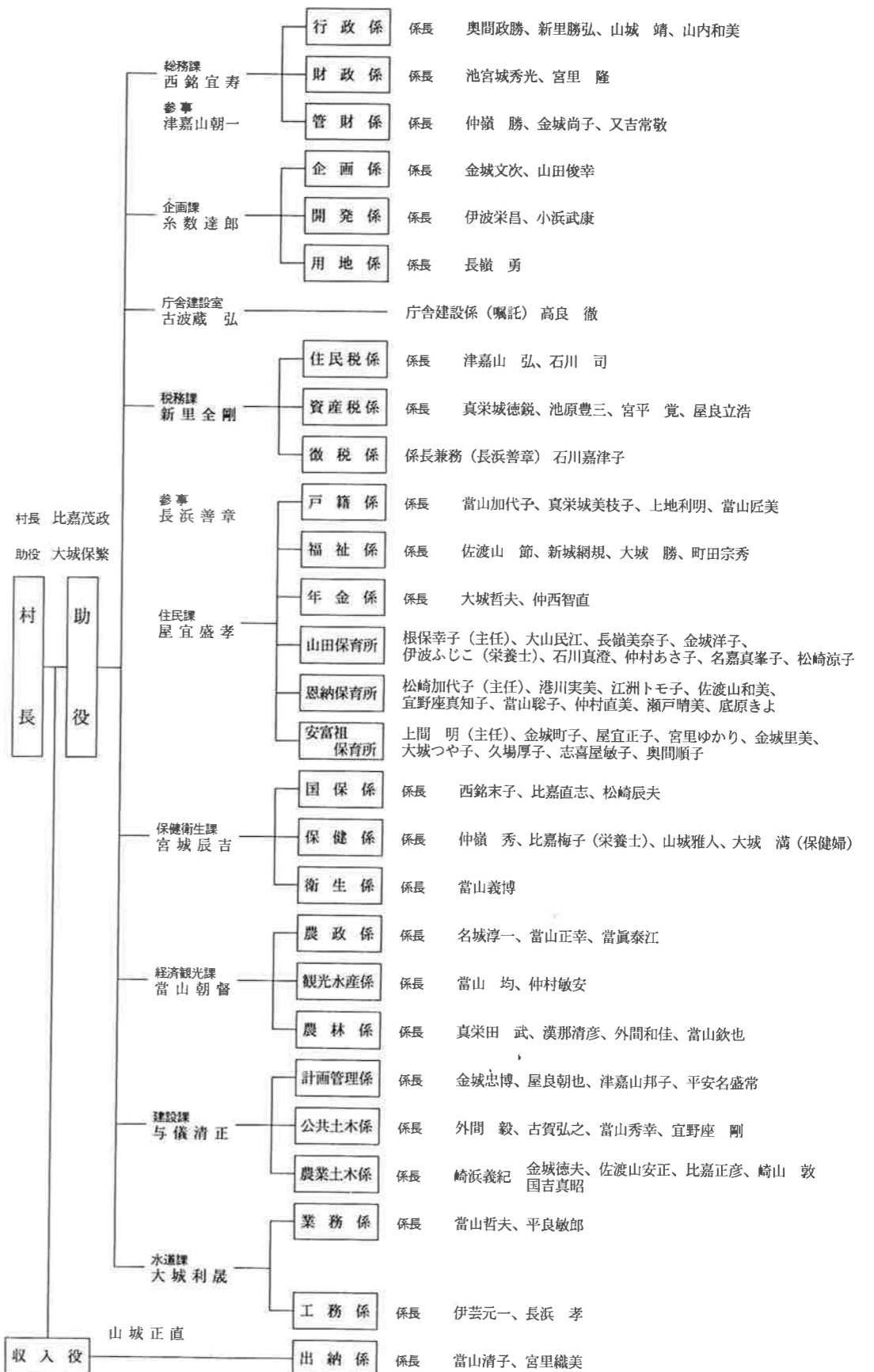
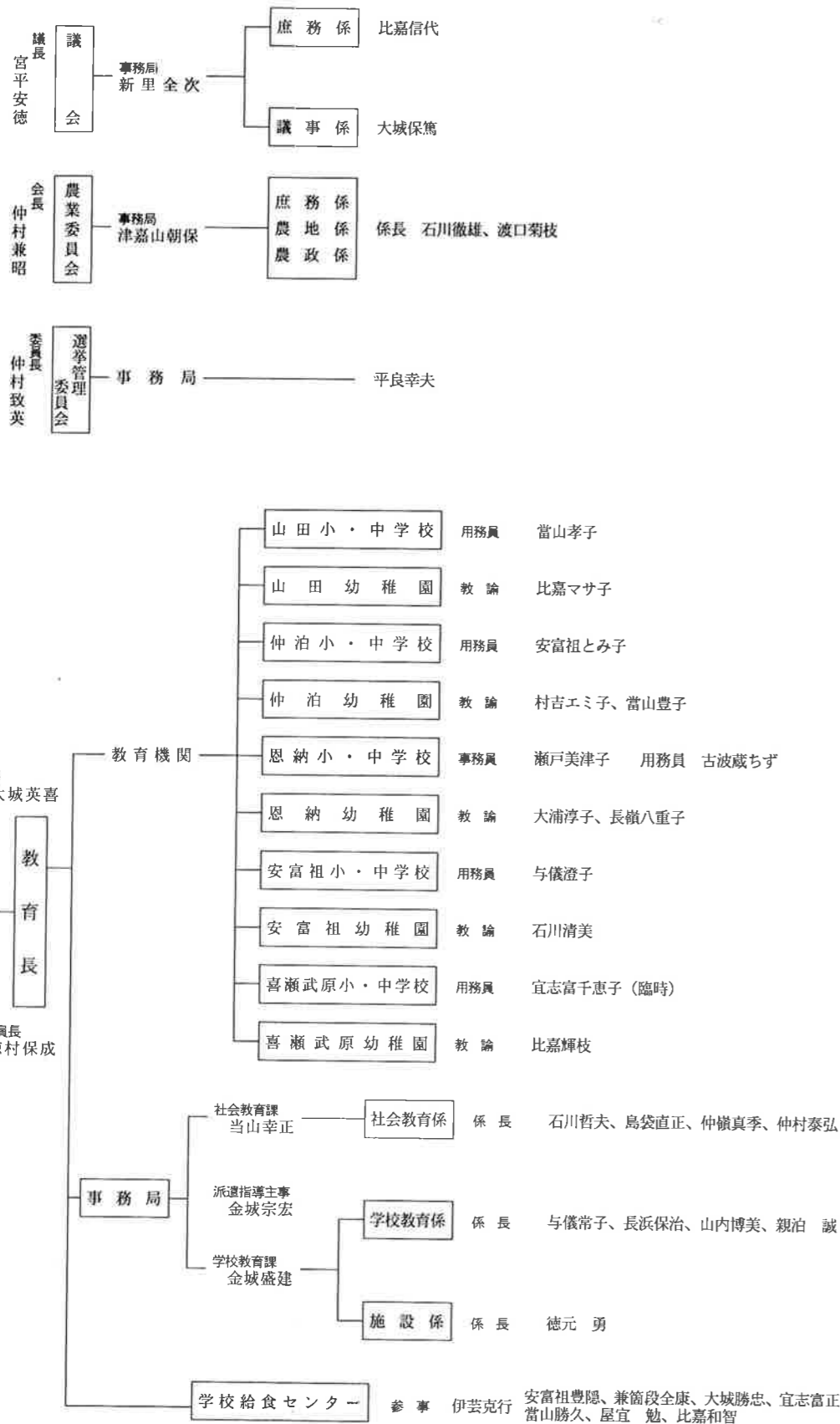
※新採用 (五月一日付け)
山内博美 (教育委員会)

屋宜勉 (学校給食センター)

※昇任

※配置換え
総務課長 西銘宜寿 (企画課長)、庁舎建設室長 古波蔵弘 (総務課長)、企画課長 糸数達郎 (税務課長)、国民健康保健係長 西銘末子 (戸籍係長)、公共土木係長 外間毅 (農林土木係長)、総務課 新里勝弘 (出納室)、庁舎建設室 高良敏 (企画・嘱託員)、税務課 石川司 (保健衛生課)、宮平覚 (住民課)、石川嘉津子 (建設課)、住民課 仲西智直 (税務課)、経済観光課 當真泰江 (税務課)、建設課 津嘉山邦子 (教育委員会)、山田保育所 根保幸子 (恩納保育所)、大出民江 (安富祖保育所)、名嘉真峯子 (総務課)、恩納保育所 松崎加代子 (安富祖保育所)、佐渡山和美 (山田保育所)、安富祖保育所 上間明 (山田保育所)、金城町子 (恩納保育所)

税務課長 新里全剛 (国民健康保健係長)、農業土木係長 崎浜義紀 (建設課・主事)、出納係長 當山清子 (総務課・主事)、戸籍係長 當山加代子 (経済観光課・主事)





福祉の拠点完成

谷茶の丘にデイサービス

特別養護老人ホーム「谷茶の丘」に三月三十一日、デイサービスセンターと地域交流ホーム至誠館が完成し、五月十三日、同所で開催された落成式で、約二百五十人が出席し、老人福祉の拠点の完成を祝いました。

デイサービスセンターは総工費一億五千万円、鉄筋コンクリート一階建て六百

三十七平方メートルで、地域交流ホーム、食堂、浴室、作業および日常動作訓練室などが設置されています。

落成式では神谷理事長が「村内における在宅福祉の拠点としての使命を認識し、在宅のお年寄りにとって家庭生活の延長の場であり、友愛交流の場となるよう努力したい」と述べました。

シャッフルボード大会

老人会軽スポーツを満喫



みんなで新しい軽スポーツを楽しもうと第一回恩納村シャッフルボード大会(恩納村教育委員会主催)が四月二十三日、コミュニティセンターで開かれました。

シャッフルボードとは全長十八メートル余、幅約一・八メートルのコート両端に得点区域を設け、一対一で直径約十五センチのディスク(円盤)を得点区域に入れ合う競技です。

コートを滑りやすくして各自四枚のディスクをキュー(一・九メートルの棒)で押し出し、相手のディスクに当てながら得点を競う競技です。

大会では、各区の老人会から三十八人の選手が出場してリーグ戦、トーナメント戦を展開しました。高特定区域にディスクが入ったり、相手のディスクを押し出したたりするたびに、コートわきの観衆者から「よく当てた」「うまい」の歓声が飛んでいました。

大会結果は次のとおりです。

…優勝

瑞慶山 良輝さん
(喜瀬武原)

…準優勝

荻堂 盛次さん
(安富祖)

…三位

宮平 明禄さん
(塩屋)

徳元幸人君(石川高) 全日本ユース代表 賞賜金制度資格者第一号



五月十二日から大阪での第五次合宿を経て、五月二十日に韓国で開催されたバレーボールのユースアジア選手権大会の全日本男子チームのエース・スパイカーとして出場しました。

男子で県内から選ばれたのは初めてで、五月十二日、村長室を訪れた幸人君に村長・教育長から激励の言葉がかけられました。

賞賜金等支給制度について

恩納村教育委員会では、村の人材育成と教育、芸術、文化、スポーツの振興を図ることを目的に、恩納村で出生し、且つ、村立の小学校又は中学校に在籍する者又は中学校を卒業した者で教育、芸術、文化、スポーツの分野において特に優秀な成績を修めた個人に対し賞賜金等が平成五年度から支給されることになりました。

恩納村出身の児童・生徒、大学生のみなさん頑張ってください。



漁業のはなし③

1. もずくについて

人間は約五十種類の元素からなっていて、そのうち約十種類程度は必要なものであると証明されているが、残りのものもきつと必要なものにちがいない。人間の体液は海水に近いと言われている。海水にはたくさんのミネラル(無機質)が含まれており、それらのミネラルをせっせと集めているのが海藻なんだ。もずくには、ナトリウムやカルシウム、カリウムなどのミネラルがたっぷり、さらに、グルタミン酸とアスパラギン酸の二つのアミノ酸を含む良質のたんぱく食品です。さらにペクチンやセルロース、アルギン酸など、いま話題の食物繊維も適度に含まれています。もずくにはコレステロールの増加やイライラをおさえる働きがあると言われてます。また、ノンカロリーですから、ダイエットにもピッタリの美容食といえるでしょう。

恩納村はもずくの産地で、年間五百トンの生産を上げており、生産量は年々増えています。もずくは、十二月に種付けをおこなったあと、屋嘉田潟原の苗床で約一ヵ月半育苗された後、各海域で本養殖されます。収穫期間は四月から六月までの三ヵ月間。最盛期の五

月には来年のために、もずくの種保存が開始されます。もずく養殖は種保存、母藻作り、育苗、本養殖と非常に農業に近く、養殖場は海の畑といったようなものです。

2. お試し下さい

もずく天ぷら(かき揚げ)のつくり方

材料(4人分)
もずく(一〇〇グラム、にんじん八〇グラム、絹さや四〇グラム、ごぼう八〇グラム)



(天ぷら衣材料)
小麦粉1カップ、卵1コ
水約カップ、酒大さじ1

・作り方

- ① もずくは洗って熱湯を通し、水をきって刻む。
- ② にんじんと絹さやは細切り、ごぼうはさがきに切る。
- ③ 材料を合わせ、小麦粉を分量の中から少し取ってまぶす。(揚げるとき油が飛ばないようにするため)
- ④ 衣と先の材料を軽く合わせる。
- ⑤ 中温の油で④を少しづつまとめ揚げる。

3 6月の禁漁について

取ってはいけないもの

- ① イセエビ類、② シャコガイ類(アジケ)
- 使ってはいけないもの
① 三枚刺網



やぎ たくまくん



たばた だいちくん



とうまみそらちゃん



いけはらゆうくん

妊娠から出産・子育てまで



夫のためのマタニティ情報

マザリング研究所代表 たけながかずこ

「子どものいないうちに外国旅行を、と予約していたのに、妊娠が分かって…旅行のころは六か月になるのですが、キャンセルすべきでしょうか」
「働いています。妊娠八か月で、もうすぐ産休です。職場の仲よしグループ五人でお別れ会を兼ねて、近場の温泉に行こうって話しているんだけど、温泉って妊娠にはダメ？」

処置と責任は本人が負う

最近では、妊娠中の旅行についての電話相談がとて多くなりました。妊娠したらどこへも行かない(行けない)と考えられていた昔とは大きな違いです。現在は、妊娠中でも胎盤の機能が安定する妊娠五〜六か月から八か月くらいまでの間なら、医師の診断で出血などの異常がない限り、本人の「行きたい」という意思が尊重されます。むしろ記

妊娠中・後期の旅行は大丈夫?

念にと旅行を勧める専門家も多し、ご時世です。外国でも温泉でも、好きな場所に行っはいいかがでしょうか。

ただし、医師は旅行中の変化まで診断できませんので、万一、旅先で体の調子が悪くなったとしても、その処置と責任は本人が負うしかありません。そのため、念には念を入れて、行き先に産婦人科病院があるかどうかを前もって調べておきましょう。さらに、母子手帳も必ず携帯してください。

また、万一の破水や出血などに備えて、ナイト用ナプキン(大きめの生理用品)を忘れないようにしましょう。

担当医を訪ねよう

「旅行に行ってもいい」という許可が医師から出て、妻が大喜びをしたとしても、エスコートする夫としては、どうすることがおなかの大きい妻をいた

わることになるのか、不安なのはないでしょうか。移動中の荷物を持ち運びは当然としても、ドライブは何時間くらいで休憩したらいいのか、万一のときの対処の仕方など、戸惑うことが多いと思います。

こういうときはクヨクヨ悩まず、出発前に妻とともに担当の医師を訪ね、旅先での注意事項を納得するまで聞いてください。医師や助産婦、看護婦たちは、あなたの抱えている多くの不安を取り除いてくれるでしょう。さらに、妊娠中に旅行をしたことのある方にアドバイスを受けたり、電話相談でカウンセラーに経験者のノウハウを聞いておいたりすると、より安心でしょう。



標準小作料

(10アール当り)

	小作料の標準額		主作物名
	改訂前	新小作料	
特畑	10,500		さとうきび
上畑	9,000	9,600	〃
中畑	7,500	7,500	〃
下畑	6,000	6,000	〃
上畑	8,100	8,100	水稲

農地の小作料は、法律によって、自然的、利用的條件を勘案して、通常な農業経営が行なわれるとした場合を参尺し、耕作者の経営の安定を図ることを旨として農業委員会が標準小作料を定めております。

料協議会の意見を聞き、決定しております。このように小作料は三年に一回、改訂することになっております。標準小作料で定められた主作物に比して、収益性が著しく異なる作物の場合等、標準小作料をそのまま適用することが適切でない場合、標準小作料改訂手続に準じて参考小作料を定め

参考小作料

(10アール当り)

	小作料の標準額		主作物名
	改訂前	新小作料	
上畑	なし	15,000	電照小菊

又、標準小作料より小作料が著しく高額の場合は、農業委員会は小作料の減額勧告をしなければなりません。著しく高額であるか、否かの判断基準は、各農地区分の標準小作料の二〇パーセントを超える額としました。

標準小作料改訂と参考小作料の新設について

農薬の適正使用

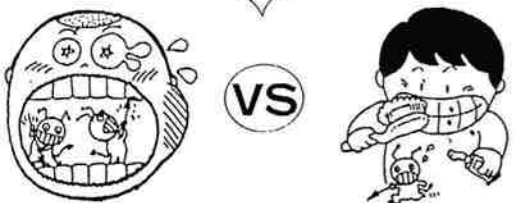
ラベルをよく読んで正しく使いましょう

農薬は、農作物を病害虫から守ったり、成長を妨げる雑草を取り除いたりするために必要です。しかし、誤った使い方をすると、農作物に多くの農薬が残ります。また、使用者や周辺の環境に、思わぬ影響を及ぼします。

農薬を使うときは、容器に表示されている使用時期、使用回数、注意事項などをよく読んで正しく使いましょう。



キミはどちらかな？



歯の衛生週間 6月4日～6月10日



いっしょにやろうよ！

クリーンビーチ

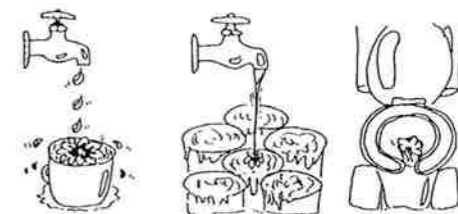
毎月第3日曜日
6月はPM1:00 谷茶ビーチだよ

みんな
集まってね♥

「水道時間」 6月1日～7日

“安心です 水道の水です うまいです”

※じゃ口の水もれに注意しましょう。



ポタポタの水もれで・・・
1ヵ月に1㎡(ドラムカン約5杯)

糸状の水もれで・・・
1ヵ月に6㎡(ドラムカン約30杯)

水洗便所のチョロチョロの水もれで・・・
1ヵ月に20～40㎡

水を大切に！

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
(098)

6月のプログラム

- 月………… 食中毒にご用心
- 火………… 皮膚のガン
- 水………… めまい
- 木………… 歯とあごの発育
- 金………… ラマーズ法
- 土・日… おねしょ

沖縄県保険医協会 〒902 沖縄県那覇市国場1014番地
TEL. 098-832-7813