

おんな

6

2026 No.540

こいのぼりに見守られ

すくすく成長中



3/2 サンゴ保全活動に役立てて

おんなの駅を運営する(株)ONNAより、サンゴ再生支援商品の売り上げの一部268,445円を「サンゴの村宣言」応援寄付金に寄付いただきました。

與儀代表取締役は「豊かな自然環境の保全と育成のために有効に役立てていただきたい」と話しました。



4/22 恩納村の特産品を活かした商品を開発

株式会社ONNA(代表取締役:與儀繁一)が開発した新商品「恩納村美ら海せんべい」の発売にあわせ、株式会社ONNA及び恩納村漁業協同組合の関係者が表敬訪問しました。

本商品は、恩納村漁業協同組合と連携し、地域の生産者との協力により開発されたことが特徴です。同社は、これまで農産物を中心とした商品開発を行っていましたが、今回、初めて海産物の商品を開発しました。

商品開発の経緯や地域との協力体制について説明があり、村としても地域資源を活かした新しい取り組みとして期待が高まる機会となりました。



4/14 子どもたちの未来のために

恩納村の子どもたちの教育に役立ててほしいと、株式会社ワイズリゾート沖縄より、恩納村奨学基金へ20万円の寄付をいただきました。いただいた寄付金は人材育成に有効に活用させていただきます。



4/22 沖縄式輪会より寄付金贈呈

二輪車の安全走行の啓発活動をしている沖縄式輪会(岸本会長)より、8万円の寄付をいただきました。

いただいた寄付金は地域活性化や福祉の向上に活用させていただきます。



4/24 各区対抗ゴルフ大会

👑	優勝	南恩納体協
👑	準優勝	安富祖体協
👑	3位	富着体協



4 / 26

2025年度「アメリカで沖縄の未来を考える」(TOFU)プログラム 事後報告会

外務省が対日理解促進交流プログラム「カケハシ・プロジェクト(KAKEHASHI Project)」の一環として実施している「アメリカで沖縄の未来を考える」(TOFU)プログラムの事後報告会が行われました。

本村からは、名嘉真区在住の小林 桜さんが選出され、6泊8日の日程でアメリカを訪問し、日米関係に携わる実務者や現地学生との意見交換や交流、各種視察、事前事後活動等を通じ、日米同盟や国際社会における日本の役割を考える機会に触れました。

また、小林さんは「日米学生交流大使」として、このプログラムで得た経験を日米交流のさらなる推進・沖縄の国際化に向けた関連業務を行うことを委嘱されました。

昨年、TOFUプログラムに参加し、同じ「日米学生交流大使」として任命された真栄田区在住の尚 瑠美さんは、1年間の活動を報告しました。

2人は、「プログラムをとおして作り上げたつながりを活かし、今後の沖縄とアメリカの懸け橋になりたい」と意気込みました。



4 / 28

空高く舞い上がる こいのぼり掲揚式

5月5日のこどもの日を前に、こどもたちの健やかな成長を願う「令和8年度恩納村こいのぼり掲揚式」がオリーブこども園で開催されました。

村内の保育所やこども園の園児が参加し、元気いっぱいの歌が披露されるほか、長浜村長らによるお菓子の配布が行われました。



5 / 8

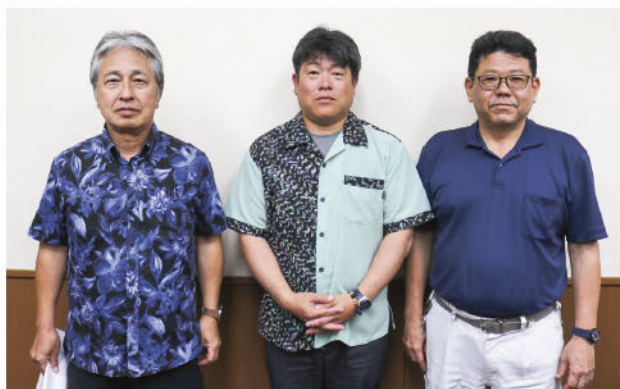
交通事故防止 ゴーヤー作戦

国道58号では通行車両が増えるシーズンとなり、交通事故の増加が懸念されることから、ゴーヤーの日に合わせて、おんなの駅でゴーヤー作戦が行われました。

山田保育所の園児によるダンス披露のほか、石川地区交通安全ボランティアや関係者が来客者へ啓発チラシを配布し、交通安全と飲酒運転根絶を呼びかけました。



令和8年度 区長会役員



左から
副会長
津波古 武則(太田区長)
会長
大城 典保(恩納区長)
会計
仲嶺 真樹(南恩納区長)

区長が変わりました



名嘉真区 漢那 重治

集団健診のお知らせ

日程・場所 6月 5日(金) 恩納公民館
6月12日(金) 総合保健福祉センター
6月30日(火) 瀬良垣公民館

受付時間 8:30~11:00 **予約方法** 電話又は予約フォーム **持ち物** 受診券

※健診当日は、予約された時間にお越しください。

※健診の2週間前までにご予約をいただいた方には、問診票・受診のご案内・検査キットをお送りします。

お問い合わせ:福祉健康課 健康づくり係 ☎966-1207



予約フォーム

歯周疾患検診のご案内

今年度も歯周疾患検診を行っています。対象者の方には受診券(はがき)を送付しています。この機会にぜひ、「歯の検診」へ行きましょう。



対象者 今年度中に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる方

検診内容 歯の状況、かみ合わせ、清掃状況、歯ぐきからの出血や歯石の有無、歯周ポケットの測定など

検診費用 無料 ※精密検査や治療が必要となった場合は保険診療となります。

受診方法 指定医療機関に直接電話予約

持ち物 ①受診券(はがき) ②マイナ保険証または資格確認証

受診期間 令和9年3月31日まで

●指定医療機関など詳しくは村ホームページをご確認ください。

6/4~6/10は歯の健康週間 ~歯みがきで 丈夫な体の 基礎づくり~

お問い合わせ:福祉健康課 ☎966-1207



詳しくはこちら

狂犬病予防集合注射

狂犬病は、犬や人を含むすべてのほ乳類に感染し、発症するとほぼ100%死亡する恐ろしい感染症です。

生後3か月以上の犬を飼っている方は、狂犬病予防法により、生涯一度の登録と毎年1回の予防注射が義務付けられています。大切な愛犬や家族を守るため、必ず予防注射を受けましょう。

日 程 6月7日(日) ※時間・場所は案内通知書(はがき)をご確認ください

■狂犬病予防注射は動物病院でも受けられます。

体調に不安がある場合は、お近くの動物病院で受けてください。各動物病院の詳細は、村ホームページをご確認ください。

お問い合わせ:村民課 ☎966-1205



詳しくはこちら

恩納村議会議員選挙の期日

令和8年9月27日の任期満了に伴い実施される、恩納村議会議員選挙の期日が決定しました。

投票日 令和8年9月13日(日) ※沖縄県知事選挙と同日

告示日 令和8年9月8日(火)

※立候補予定者に対する説明会の日時など詳細は、決まり次第村広報誌や村ホームページでお知らせします。

お問い合わせ:恩納村選挙管理委員会 ☎966-1259

令和8年度 恩納村職員採用候補者選定試験

職種 / 区分 一般行政職、専門職(保健師、建築、土木)

採用予定人数 若干名

受験資格 職種及び試験区分別に年齢、資格などの要件があります。

1次試験日 令和8年10月30日(金) **試験会場** 恩納村役場

願書等の配布・受付

	期間	場所
配布	令和8年9月1日(火)～25日(金)	恩納村役場 総務課 村ホームページからもダウンロードできます。
受付	令和8年9月1日(火)～25日(金) 午前8時30分～午後5時15分 土・日・祝日を除く	恩納村役場 総務課

お問い合わせ:総務課 ☎966-1200

令和8年度 慰霊の日特別展「うんなめ戦争」

恩納村の戦争と平和を考える「恩納村の戦争遺跡、少年ゲリラ兵一護郷隊の戦争一、戦時下のこどもたち、博物館資料からみる教育と戦争」をテーマに特別展を開催します。

期間 6月6日(土)～7月12日(日)

開館時間 9:00～17:00

休館日 月曜日、祝日の翌日

場所 恩納村博物館 **入館料** 無料



お問い合わせ:恩納村博物館 ☎982-5112

恩納村高齢者福祉医療助成金（おむつ助成金）

恩納村では在宅又は入院中の寝たきり高齢者に対して、おむつ助成金を支給し、経済的負担の軽減を図っています。

対象者 ・在宅又は医療機関等で6か月以上寝たきり状態にある、おむつを使用している65歳以上の高齢者 ※申請する年の1月1日に恩納村在住
・医師の意見書によっておむつの使用が必要と認められる者

提出書類 ①恩納村高齢者福祉医療助成金資格認定申請書（様式1号） ②医師の意見書（様式2号）
③振込口座が分かる通帳又はキャッシュカード（コピー）

支給額 月額7,500円 ※支払いは4～9月分を10月に、10～3月分を4月に支給します。

●支給対象見込みかどうかの確認は、申請前にお問い合わせください。

お問い合わせ：福祉健康課 高齢者福祉係 ☎966-1207

恩納村在宅介護手当

恩納村では在宅の高齢者を介護している介護者に手当を支給し、経済的負担の軽減を図っています。

対象者 ・在宅で6か月以上寝たきり状態にある65歳以上の高齢者を介護している方
※高齢者も介護者も申請する年の1月1日に恩納村在住の方

提出書類 ①恩納村在宅介護手当受給認定申請書（様式1号）
②医師の意見書（様式2号）
③振込口座が分かる通帳又はキャッシュカード（コピー）

支給額 月額5,000円 ※支払いは4～9月分を10月に、10～3月分を4月に支給します。

●支給対象見込みかどうかの確認は、申請前にお問い合わせください。

お問い合わせ：福祉健康課 高齢者福祉係 ☎966-1207

ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか？

ヘルプマークとは

障害や疾患などにより、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方が、かばんなどにつけていざという時に周囲の人に手助けをお願いしやすくするためのマークです。

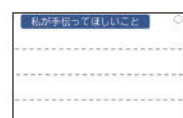
ヘルプカードとは

必要とする支援の内容などを記載することができる携帯用のカードです。災害時や日常生活の中で困ったことがあったときに提示したりすることで、周囲の人に手助けをお願いしやすくするためのカードです。

ヘルプマーク・ヘルプカードの配布について

配布場所 福祉健康課

申請方法 ヘルプマークは窓口での申請が必要です。（1人1個）
ヘルプカードは申請不要。（数量制限なし）



※カードが多数必要なときは、沖縄県 生活福祉部 障害福祉課（☎866-2190）へお問い合わせください。

お問い合わせ：福祉健康課 ☎966-1207

麻しん(はしか)にご注意を! ～麻しん(はしか)患者の発生について～

沖縄県で今年(令和8年)の麻しん患者が報告されました。当該患者と接触した(同一空間を共有した)方は、麻しんに感染する可能性があるため、村民・県民及び医療機関等関係機関へ注意を呼びかけるため、沖縄県から情報提供がありました。詳細については村ホームページをご参照ください。

麻しん(はしか)に感染しないために MRワクチン予防接種を!

麻しんは感染力が強く、空気感染するため、手洗い・マスクのみで予防はできません。麻しんの予防接種(MRワクチン)が最も有効な予防法となっています。

定期予防接種対象者

第1期:1歳以上2歳未満の方

第2期:5歳から7歳未満で小学校入学前の1年間

特例措置対象者

令和6年度にMRワクチンの供給が不安定となっていた影響により、無料で接種を受けられる期間を令和7年4月から2年間延長しています。

第1期:令和4年4月2日から令和5年4月1日生まれ

第2期:平成30年4月2日から平成31年4月1日生まれ

予防接種対象者には、それぞれ予診票を郵送しています。転入した方で、予診票が届いていない場合は、こどもみらい課までご連絡ください。

お問い合わせ:こどもみらい課 ☎966-1217



詳しくはこちら

ウィッグ・乳房補整具購入費用助成事業

恩納村では、がん患者の心理的・経済的負担軽減及び療養生活の質の向上を図ることを目的に、がん治療による外見の変化を補完する補整具の購入費用の一部を助成します。

対象者 1～3全てに該当する方

- 1.申請時に村内に住所を有している方
- 2.がんの治療中または治療を受けていた方で、外見の変化を補完する補整具を必要としている方
- 3.申請を行う補整具に対して、他の制度又は他市町村で助成等を受けていない方

助成対象補整具

- ・ウィッグ(装着用ネットを含む) ・乳房補整具(補整下着、補整パッド)
- ※付属品及びケア用品(クリーナー、リンス及びブラシ等)に係る費用は対象外です。

助成額(補整具ごとに次の金額が限度)

- (1)ウィッグ(装着用ネットを含む) ……2万円
- (2)乳房補整具(左側) ……2万円
- (3)乳房補整具(右側) ……2万円

必要書類や申請方法などについては、村ホームページをご覧ください。福祉健康課までお問い合わせください。

お問い合わせ:福祉健康課 ☎966-1207



詳しくはこちら



地域に広がる自炊の輪！

「かんたん！男の料理塾」



昨年度、安富祖区・塩屋区・山田区の3つの地区を会場に各2回ずつ、合計6回のシニア男性を対象とした「かんたん！男の料理塾」を開催しました。

参加者からは「みんなで作って食べたら美味しいね」「次はいつやるの」「家でもやってみたい」という嬉しい声も届いています。各地区の公民館が、香ばしい匂いと「美味しい」という笑顔に包まれた会になりました。

料理を覚えるだけでなく、「同じ地域に住む新しい仲間ができる」そんな素敵な変化も生まれています。



◎今年度も開催を予定しています。興味のある方や気になる方、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ：恩納村地域包括支援センター ☎966-1207

恩納村社会福祉協議会 ☎966-1193

GREEN FINS (グリーン・フィンズ)

「アイランド倶楽部」を新たに認定！

恩納村が取り組む、環境に優しい国際的なマリンスポーツのガイドラインGREEN FINSに新たな認定店として山田にある「アイランド倶楽部」が認定されました。

代表取締役の西尾洋祐さんは「グリーン・フィンズの取り組みが広まるよう、活動を進めていきたい」と話しました。

村内での認定店は21店舗となります。



▲アイランド倶楽部



▲グリーン・フィンズについて



お問い合わせ：企画課 ☎966-1201

令和7年度「サンゴの村宣言」応援寄付金額実績

令和7年度に寄付いただいた企業・個人様をご紹介します。

企業・個人名	寄付額	企業・個人名	寄付額
Yahoo! ネット募金	198,506円	那覇市立天久小学校	50,800円
ソフトバンクつながる募金	328,048円	チュラコス株式会社	35,000円
大和ネクスト銀行応援定期預金	999,376円	太田区人材育成会	19,000円
株式会社 ONNA	268,445円	前田 政宗	12,000円
株式会社アバック	100,000円	美容室TAMTAM	16,322円
沖縄コカ・コーラボトリング株式会社 自動販売機の売上の一部寄付(多幸山株式会社、 かねひで恩納マリンビューパレス、株式会社まえた)	173,258円	株式会社三洋販売	60,830円
株式会社 琉民	100,000円	株式会社三洋物産	60,830円
株式会社ブルームス	88,000円	PGMゴルフリゾート沖縄	3,158円
琉球村	4,655円	その他個人寄付(2件)	15,000円
合同会社ヌバル	10,000円	合計	2,543,228円

※企業名・個人名は掲載確認が取れたものに限ります、公表しています。

寄付を活用した
活動報告は
こちら▼



ご寄付いただきました皆様、誠にありがとうございます。

お問い合わせ: 企画課 ☎966-1201 ✉kikaku@vill.onna.lg.jp



防衛省の交付金

(特定防衛施設周辺整備調整交付金事業) を活用しました



村道印田線雨水排水路整備事業実施設計

大雨時等に発生する恩納地区の冠水被害防止や道路拡張する目的で設計業務を実施しました。

事業費 9,997,570円 交付金 8,000,000円

海浜公園便益施設建設基金事業

村民や観光客等の安心かつ快適な利用を確保するため、トイレ・シャワー等施設の整備を行うことで、受け入れ体制の強化を図り、地域の産業振興に寄与する目的で基金事業を実施しました。

事業費 125,839,000円 交付金 125,839,000円



令和7年度 恩納村地域づくり支援助成事業団体の活動報告

恩納村では、主体的な地域課題の解決と地域が主役のむらづくりに向けた意識の高揚と参画を図り、協働によるむらづくりの推進を目的とした「恩納村地域づくり支援助成事業」を実施し、令和7年度は行政区の自主防災組織に関する事業、村内団体の事業5団体がさまざまな活動に取り組みました。

事業名 庭いじりを楽しもう

団体名 庭いじりを楽しむかい

村をあげてオープンガーデンができると良いなと思い、事業を計画しました。

オープンガーデンに向けての講習会では、多くの方と交流もでき、素敵な出会いの場でした。

オープンガーデンも、大成功に収めることができました。



事業名 「性」を学ぶ、講演会、ワークショップ

団体名 10ホールズオーケストラ

保護者や子どもに関わる職業の方々を中心とした講演会を開催。また、村内小・中学校での講演会の開催など、子どもから大人まで「性」の知識をアップデートすることができました。

スマホ世代の子どもたちの、誤った「性」の知識やSNS、サイトから守るための貴重な時間となりました。



事業名 NEW YEAR CONCERT

団体名 ナビーズ混声合唱団

高齢者施設慰問演奏をすることで、通所者へ喜びを届けることができました。また、NEW YEAR CONCERTの開催により、音楽に親しむ機会を身近にすることができました。

会場：ゆうなホール
入場者：約220名



事業名 恩納村スポーツ人材育成
タグラグビーフェスティバル

団体名 BULLS沖縄

本事業は、タグラグビーを通じて青少年の健全な育成と地域住民の交流促進を図ることを目的とするものです。子どもたちが一生懸命になれる場所、そして安全にスポーツを楽しむ機会を設けることができました。



事業名 Kids Athletics of the world

団体名 (一社) On-Sports

日本キッズアスレティックス協会より国際陸上連盟指導資格保持者をお招きし、児童生徒に運動へ触れる機会を設定、身体活動を行うきっかけづくりができました。また、恩納村内の運動施設を使用することで、施設活用方法の周知に繋がれたと思います。



事業名 自主防災組織に関する事業

南恩納・谷茶・富着・山田・宇加地

購入備品【テント・防災倉庫・災害用備蓄食品・照明器・消防ホースなど】

防災に関する勉強会・防災関連備品の購入・高齢者対象避難訓練・AED&消化器取扱い・心肺蘇生方法勉強会などの活動を行いました。本事業を通して住民と連携し、防災知識を高めることができました。



各団体の取り組み詳細は恩納村ホームページに掲載しています。

お問い合わせ：企画課 ☎966-1201



恩納村のごみ処理経費・ごみ搬入量・資源化量等について

中部北環境施設組合に搬入された令和7年度のごみ量は、前年度と比較して増加しています。村民1人当たりのごみ処理に係る経費が多額でありますので、より一層恩納村が推進するごみ分別、リサイクルの取り組みを徹底し、ごみの減量化を図る必要があります。

1. 令和7年度ごみ処理経費

経費区分	金額	村民1人当たり 年間負担金額	1世帯当たり 年間負担額
ごみ収集運搬等諸経費	2,832万円	2,518円	4,549円
負担金	ごみ処理経費	1億9,470万円	17,310円
	最終処分費	500万円	444円
ごみ処理総事業費	2億2,802万円 (2億2,389万円)	20,272円 (19,883円)	36,624円 (36,559円)



リサイクルリンちゃん

* ()内の数値は令和6年度実績です。

2. ごみ搬入量

ごみの種類	令和6年度	令和7年度	前年度比較	村民1人当たり 1日の排出量	1世帯当たり 1日の排出量	
可燃ごみ	5,880 t	5,900 t	20 t	1,437.1 g	2,596.3 g	
不燃ごみ	135 t	135 t	0 t	32.9 g	59.4 g	
粗大ごみ	128 t	119 t	-9 t	29.0 g	52.4 g	
資源ごみ	缶類	64 t	70 t	6 t	17.0 g	30.8 g
	びん類	294 t	303 t	9 t	73.8 g	133.3 g
	ペットボトル	91 t	95 t	4 t	23.1 g	41.8 g
	古紙類	76 t	82 t	6 t	20.0 g	36.1 g
合計	6,668 t	6,704 t	36 t	1,632.9 g	2,950.1 g	

3. 資源化量

種類	令和6年度	令和7年度	前年度比較
缶類	57 t	61 t	4 t
金属類	81 t	73 t	-8 t
びん類	283 t	288 t	5 t
ペットボトル	82 t	86 t	4 t
古紙類	60 t	64 t	4 t
古布類	1 t	1 t	0 t
蛍光管	3 t	2 t	-1 t
乾電池	6 t	4 t	-2 t
スラグ	389 t	368 t	-21 t
メタル	7 t	6 t	-1 t
合計	969 t	953 t	-16 t

※令和8年3月末の人口11,248人、世帯数6,226世帯、令和7年3月末の人口11,260人、世帯数6,124世帯です。

※端数処理をしているため、数値が一致しない場合があります。

※資源化量の金属類は、不燃ごみ・粗大ごみから破碎・分別して出てきたものです。

※資源ごみ搬入量と、資源化量の数値の違いは、手選別作業による異物除去のためです。

※負担金とは、ごみ処理事業を行うために必要な経費を恩納村から中部北環境施設組合にあてる、ごみ処理経費です。

4. 最終処分量

種類	令和6年度	令和7年度	前年度比較
飛灰	194 t	200 t	6 t

お問い合わせ：中部北環境施設組合 ☎972-6619

ごみを減らす 4R運動を実践しよう。

ごみを減らすためには、一人ひとりがごみを減らす意識を持つことが大切です。そでごみを減らす4つのRを心がけて、環境にやさしく、大切な資源として活かす取り組みを始め、ごみ減量へのご協力をお願いします。

1 リフューズのR ▶ ごみを持ち込まない。

- 不要な物は買わない、貰わない。
- ごみになる物は断る。
- マイバッグを持参しよう。

2 リデュースのR ▶ ごみを減らす。

- 必要なものを必要な量だけ購入する。
- 食品を買いすぎない、作りすぎない、食べ残さない。
- 生ごみは十分な水切りをする。(生ごみの約8割は水分)

3 リユースのR ▶ 再使用する。

- 使えるよう修理してみる。
- 別の使い方を考える。
- 欲しい人にゆずる。

4 リサイクルのR ▶ 再利用する。

- 資源を正しく分別する。
- 買ったお店で回収ボックスを利用する。
- 生ごみを堆肥にする。

風水害の備えはできていますか?早めに備えましょう

これからの時期は、大雨や台風などの影響で風水害が起こりやすくなります。「いざ」というとき、自分や大切な家族を守るためには、日ごろの備えが重要です。今一度、準備が整っているか確認しましょう。

①自宅の災害リスクを知ろう!

防災マップを見て、自宅やその周辺の災害リスクを確認しておきましょう。

防災マップには、地震・津波・土砂災害など様々な災害情報や指定避難所が記載されています。



②避難場所や避難ルートを確認してみよう!

災害時に備え、近くの学校や公園など、身近な避難場所、避難ルートを家族全員で確認しましょう。

避難先に移動・到着するまでの必要な時間も事前に歩いて確認しておきましょう。



③災害情報の入手先を知ろう!

今どのような状況にあるのか、様々な媒体から情報収集しましょう。

村からの情報

- 村ホームページ
- 村公式LINE (友達登録が必要)
- 防災行政無線



データ放送「dボタン」

テレビ番組を視聴中にテレビのリモコンの「dボタン」を押すと地域の防災情報が確認できます。



キキクル(気象庁)

大雨や洪水による災害の危険度がどこで、どのレベルで迫っているかを地図上で視覚的に知ることができます。

- 雨による災害の危険度が10分ごとに更新
- 土砂災害、浸水害、洪水の3種類が確認可能
- 危険度を5段階に色分け表示



④非常時に必要なものを準備しよう!

非常用持ち出し品

いつでもすぐに持ち出せるように、リュックなどにまとめておきましょう。

- 非常食・水 貴重品 救急医薬品 衣類(上着・下着)
- 生活用品 懐中電灯 モバイルバッテリー など

非常用備蓄品

食料や水は最低3日分(できれば1週間)×家族分を備えておきましょう。

- 食料・水(インスタント・レトルト食品・缶詰) 燃料(カセットコンロ・ガス缶)
- 衛生用品 簡易食器 トイレ用品 寝具(毛布・寝袋) など



お問い合わせ:総務課 ☎966-1200

元 気 の ひ き だ し

ちょっとひと息、自分をいたわる時間を

～今日からできるセルフケア～

新しい生活や環境がスタートして走り抜けてきた数か月。ふと立ち止まると、少し疲れが溜まっていますか？沖縄の力強い夏の日差しが始まるこの時期、体だけでなく「心」もひと休みが必要です。

「セルフケア」とは、特別なことではなく、自分の心のコップを潤してあげること。今月は、日常の中で自分をそっと満たすヒントをお伝えします。

セルフケアってどんなこと？

難しく考えなくても大丈夫！

例えば、釣りの最中に海を眺めることや、仕事終わりに冷たい水を飲むこと。海の音を聞いて心が落ち着く人もいれば、美味しいものを食べて元気に明日を迎えられる人もいます。大切なのは特別なことをするのではなく、今のあなたが「ああ、心地いいな」と感じる瞬間を選び取ることです。

この中から、ピンとくるものをひとつ選んでやってみましょう。

【動：体をほぐして、心をゆるめる】

- ・1分ストレッチ
(大きく背伸びを1回でもOK)
- ・鏡を拭く、落ちているごみを拾う
- ・テレビを見ながら足のマッサージ
(優しく触れる)
- ・玄関の靴をそろえてから家に入る



【静：明日への活力を蓄える】

- ・寝る前10分、スマホを見ない時間を過ごす
- ・「おつかれさま、自分」と声に出す
- ・1分だけでもぼーっとしてみる
- ・好きな香りを嗅ぐ
- ・深呼吸を3回する



【日常：当たり前をあえて味わう】

- ・ちょっといいことをあえて感じ取る
(たとえば、信号が青だった、海がきれい、今日は満月だな)
- ・「最初のひと口を味わう」いつものごはんやコーヒーも味わっていただく。
- ・好きなことに集中する
- ・「今日よかったこと」を3つ書き出す



【心の声：自分に素直になる】

- ・「何食べたい？」
「今日は音楽？テレビの気分？」
今の気持ちに従って、自分で選んで決める
- ・今の気持ちをただそのまま受け止める
- ・「ひとりの時間」を5分だけ確保する
- ・「しないこと」を決める



「心地いい」をストックしよう

新生活の緊張がふっと解ける6月。自分を満たす方法は、実はすぐそばに、当たり前のよう存在しています。毎日表情を変える夕やけ空や青い海、運転中やウォーキング中でもふわりと届く潮の香り。そして、夏の訪れを告げる力強いセミの声。わざわざ遠くへ出かけなくても、私たちのすぐそばにある豊かな自然を五感で味わう。それもまた、立派なセルフケアのひとつです。

特別な日だけでなく、何気ない毎日のなかにある「心地いい」を感じ取っていく。その積み重なった「心地いい」のストックが、忙しい日々の中であなたをそっと支える心のお守りになってくれるはずです。

お問い合わせ：福祉健康課 ☎966-1207

海を守るための「赤土」のはなし

恵みの雨をもたらす梅雨の季節がやってきました。私たちの生活を支える雨ですが、激しい雨は時に陸地の土を海へと運んでしまいます。赤土の流出防止は恩納村の豊かな海の生態系だけではなく、陸域の生態系も守っています。

栄養豊富な赤土がなぜサンゴの大敵なの？

サンゴにとって、赤土の流出は深刻な問題です。海が濁ると、サンゴと共生する褐虫藻が光合成できなくなったり、サンゴの上に土が積もると、サンゴが息をできなくなってしまう。赤土はとても粒子が小さいので、すぐに沈殿せず、いつまでも海の中を漂い続けます。美しい海を守るためには、まず陸域の環境を整えることが不可欠なのです。



海に赤土が流れ込んだ様子

恩納村の主な取り組み

村では赤土が海へ流れるのを防ぐために「グリーンベルト」の設置を推進しています。ここで活躍しているのが、しっかり根を張る植物「ベチパー」。畑の周りにベチパーを植えることで壁となっており、土の流出を食い止めます。この取り組みを多くの人に知ってもらうためにベチパーでブレスレット「ミサンゴ」を作るワークショップを開いたり、刈り取ったベチパーで工芸品や資材として活用する「地域循環プロジェクト」も進行中です。

このほかにも、休耕地で花を植え養蜂をする「ハニー&コーラルプロジェクト」や、サトウキビなどの葉ガラで畑を覆う「葉ガラマルチング」のような取り組みが村外からも高く評価をされています。

(お問い合わせは農林水産課 ☎966-1202)



グリーンベルト



葉ガラマルチングの効果



ベチパー植え付け



工芸品

沖縄県でもこんな対策が!!

工事を行う時は、流出防止措置が必要

沖縄県では切土や盛土等によって土地の形を変えるような行為(事業行為)を行う場合に、事業現場から赤土等が流出しないように防止措置を講ずる努力義務が課せられており、1000㎡を超える場合には着工前に沖縄県への防止対策の届出が必要です。

今日からできる！アクション ～家庭の庭や空き地から土が流れ出していませんか？

- ▶ 地面をむき出しにしない
芝生を植えたり、マルチシートで覆ったりするだけで、赤土の流出は大きく抑えられます。
- ▶ 側溝をきれいに
詰まった土を取り除くなど、身近な掃除が最終的に海を守る一歩になります。

お問い合わせ：企画課 ☎966-1201



恩納村教育ビジョン 2024-2026

ワクワク 学び つなげる

人・地域・自然・世界と そして未来へ

恩納村では、子どもたちが安心して小学校生活をスタートできるよう、村内幼児教育施設と小学校が連携し「架け橋プログラム」の取り組みをしています。

4月には、幼児教育施設の先生方と小学校のスタートカリキュラム授業参観を行いました。

笑顔になる
朝の
受け入れ



恩納小学校



安心できるよう
工夫した
環境構成

安富祖小学校



山田小学校



安心して
学びへ向かう
授業の工夫

仲泊小学校



各校「朝のわくわくタイム」では、これまで親しんできた遊びを取り入れながら子どもたちが安心して学びへ向かえるよう工夫した授業を行っています。授業参観中も子どもたちが生き生きと学びに向かう姿が印象的でした。

今後も年間を通して幼児教育施設と小学校の連携・接続を大切にしながら子どもたちの育ちを支えていきます。

予測困難な時代を人生の主体者として幸せに生きる力

「自律」 「協働」 「創造」

お問い合わせ：学校教育課 ☎966-1209

■6月のおすすめ本【食べ物について考えてみませんか?～6月は食育月間～】

『食生活に関する正しい知識が満載!食と栄養の科学』

中村 丁次/監修 ニュートンプレス



食の多様化やライフスタイルの変化が進む現代。ふとした時に自分の食生活を振り返ってみて、「健康を意識した食事」はできていますか?本書では基本の栄養素や食の安全についてわかりやすく解説しています。日々口にする食べ物のことだからこそ、きちんと学んでみませんか。

『食べる経済学』

下川 哲/著 大和書房



毎日繰り返す「食べる」という行為。それは私たちの生活だけではなく、実は、世界を動かす影響力があります。身近な食卓から食料生産や食品ロスといった深刻な社会問題までを本書では、「経済学」の視点から学べます。食の未来をどう守るか考えてみませんか。

『おいしくたべる』

松本 仲子/監修
加藤 休ミ/画 得地 直美/画
朝日新聞出版



「人はどうしておいしいものが好きなんだろう?」好きなものだけ食べて生きていけたらいいのに…と誰もが一度はそう思ったことがあるはず!本書では、おいしくたべるための栄養の知識はもちろん、おいしさのひみつやおもわずチャレンジしたくなるレシピなどを紹介。食べ物から視野が広がる一冊です。

■国立国会図書館よりお礼状をいただきました

国立国会図書館より、レファレンス協同データベース事業の協力について8年連続でお礼状をいただきました。今後とも皆さまの質問・疑問等を解決できるよう励んでまいります。日常の疑問や困ったことがあればいつでも当館のカウンターに聞きに来てください。

「レファレンス協同データベースとは?」

国立国会図書館が全国の図書館などと協同で作っている、調べ物のためのデータベースのことです。皆さまの疑問や質問をどう解決したか?という事例を全国から集め、図書館の職員や一般の人が活用できるように公開しています。



■6月のイベント

イベント	日時
平和のおはなし会	6月23日(火)

※イベントの最新情報・詳細は恩納村文化情報センターのホームページをご覧ください。

6月の休館日

1日、8日、15日、22日、24日、29日

資料整理日 18日

開館時間

平日 10:00～19:00 土日祝 10:00～17:00

お問い合わせ:恩納村文化情報センター ☎982-5432



ホームページ
<https://onna-culture.jp>



フェイスブック
@onnalibrary



インスタグラム
@onna_library



X(エックス)
@onnalib

国民年金の保険料を納めるのが 難しい方に知ってほしい



経済的に保険料が収められない方に「申請免除」制度

収入の減少や失業等により保険料を納めることが経済的に難しい時、保険料の全額または一部が免除されます。



50歳未満の方に「納付猶予」制度

50歳未満の方(学生以外)で、働いていないなどの理由で生活に余裕がない場合、保険料納付が猶予されます。



20歳以上の学生さんに「学生納付特例」制度

学生で前年所得が基準以下の場合、在学期間中の保険料納付が猶予されます。



「産前産後免除」制度

「保険料免除された期間」も保険料を納付したのものとして、老齢基礎年金の受給額に反映されます。



障害基礎年金や生活保護を受けている方に「法定免除」制度

障害基礎年金、障害厚生(共済)年金の1級・2級の受給権者、生活保護法による生活扶助を受けている方、ハンセン病療養所などに入所している方は保険料が免除されます。

お問い合わせ

名護年金事務所 ☎0980-52-2522
恩納村役場 村民課 国保年金係 ☎966-1205

6月は固定資産税・村県民税・軽自動車税第1期の納付月です!

	第1期	第2期	第3期	第4期
固定資産税	6月 1日	7月31日	12月25日	令和9年 3月1日
村県民税	6月30日	8月31日	11月 2日	令和9年 2月1日
軽自動車税	6月 1日			

- 口座振替日は納期限と同日です。前日までに残高確認をお願いします。
- 納税は口座振替が便利です。手続き方法につきましては、税務課までお問い合わせください。

お問い合わせ:税務課 ☎966-1206

■ 第16回恩納村×OISTこどもかがく教室

今年も夏休み期間にこどもかがく教室を開催します。

小学生クラス

日時 8月17日(月)～21日(金)
9:30～11:00

場所 恩納村ふれあい体験学習センター

中学生クラス

日時 8月12日(水)～14日(金)14:00～16:00

場所 OIST

※詳細及び申込みは、後日各学校より送信されるチラシデータをご確認ください。



■ 労働安全衛生法に基づく6月講習会

■ 玉掛け技能講習

日程 【学科】6月24日(水)、25日(木)
【実技】6月26日(金)

受講料 免除有 26,150円(テキスト代込)
免除無 28,150円(テキスト代込)

定員 18名

■ フォークリフト運転技能講習

日程 【学科】6月29日(月)
【実技】6月30日(火)～7月3日(金) 4日間

受講料 47,150円(テキスト代込) **定員** 20名

問 (一社)沖縄県労働基準協会 北部支部

☎ 0980-54-4700

■ 恩納村スポーツ協会 大会日程

開催日	競技	会場
6月14日(日)	バドミントン	うんな中学校体育館
6月21日(日)	バレーボール	恩納小学校体育館
6月28日(日)	卓球	コミュニティセンター大ホール
7月5日(日) 12日(日)	バスケットボール	うんな中学校体育館

※変更又は中止になる場合があります。

問 恩納村スポーツ協会(教育委員会内)

☎ 966-1210

■ 放送大学 10月入学生募集

放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う正規の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・情報など、300以上の授業科目があり、1科目から学ぶことができます。資料を無料で差し上げますので、お気軽にご請求ください。

募集学生の種類

- 教養学部**
- 科目履修生 (6か月在学し、希望する科目を履修)
 - 選科履修生 (1年間在学し、希望する科目を履修)
 - 全科履修生 (4年以上在学し、卒業を目指す)

- 大学院**
- 修士科目生 (6か月在学し、希望する科目を履修)
 - 修士選科生 (1年間在学し、希望する科目を履修)

出願期間 第1回 6月10日(水)～8月31日(月)
第2回 9月1日(火)～9月9日(水)

問 放送大学沖縄学習センター

☎ 895-5952

■ 危険物取扱者試験

試験日 8月9日(日)

試験の種類 甲種、乙種(第1類～第6類)、丙種

願書受付 7月1日(水)～8日(水)

願書記布先 各消防本部予防課、県宮古事務所総務課、県八重山事務所総務課、ジュンク堂書店那覇店、消防試験研究センター

※電子申請できます。

詳しくはホームページをご覧ください。

問 (一財)消防試験研究センター沖縄県支部

☎ 941-5201



■ ハブ咬症注意報 5月1日～6月30日

沖縄県には、猛毒を有するハブが生息し、年間40人～60人のハブ咬症患者が発生しています。

気温が暖かくなりハブの行動が活発になるこの時期に、ハブ咬症被害も多く発生しています。田畑や山野、草地への出入りや、夜間に歩行する際には十分に注意しましょう。

●ハブによる咬症被害は、未然に防止できます。

草刈りやネズミの駆除など敷地内の環境整備を行い、ハブが生息・侵入しにくい環境を整えましょう。

●もし、ハブに咬まれたら

激しい動きをしないで、身近な人に助けを求め、早急に医療機関で治療を受けましょう。

問 村民課 ☎ 966-1205

■ 恩納村で働いてみませんか

村内求人情報 恩納ナビワーク

※恩納村商工会ホームページにて掲載の求人情報です。

職種 接客・サービス、事務、医療・看護・介護、販売など



求人検索はこちら





■ ハブクラゲ発生注意報

沖縄県の海には、猛毒を持つハブクラゲが生息し、6月初め頃から人体へ影響を及ぼす大きさに急激に成長します。この時期は、海水浴、マリレジャー等で海への出入りが多く、年間100人前後の刺症被害が発生しています。

ハブクラゲ刺症を未然に防ぐには、

- ①海水浴をする場合は、肌の露出を避け、ハブクラゲ侵入防止ネットの内側で泳ぎましょう。
- ②海に出かける際には、酢(食酢)を持参しましょう。

ハブクラゲに刺された場合は、落ち着いて対処し、

- ①まずは海から上がり、激しい動きをしないで、近くにいる人に助けを求めましょう。
- ②刺された部分はこすらずに、酢(食酢)をたっぷりかけて触手を取り除いた後、氷や冷水で冷やしましょう。
- ③応急処置をし、医療機関で治療を受けるようにしましょう。

■ 台風に備える園芸施設共済

台風や大雨などの自然災害による被害は農業経営を圧迫します。ハウスの被害に備え、台風襲来前にハウスの被害を補償する園芸施設共済に加入しましょう。補償が充実したプランから掛け金の安いプランまで農家が選択して加入できます。

詳しくは、沖縄県農業共済組合(NOSAI沖縄)へご相談ください。

※共済掛金(農家負担分)の50%は恩納村が補助しています。

○対象となる災害

- 風水害 ○車両の衝突 ○破裂及び爆発
- 航空機の墜落 ○鳥獣害 ○火災

問 沖縄県農業共済組合 北部支所

☎ 0980-52-4082

ハウス農家のみなさん

園芸施設共済のご案内

台風などの自然災害リスクへ 備えはできていますか?

キケンな台風は毎年やってきます! (年平均7個)

沖縄県への台風接近・上陸数(平成17~令和4年)

突風など
台風以外の被害も約25%
連年の備えが大切です。

台風以外の被害

農業用ハウスの被害別割合

農業保険は国の公的保険制度で保険料(掛金)の国庫補助があります。

沖縄県本部 0980-52-4082 | 本部支所 0980-945-3293 | 中部支所 0980-72-4724 | 南部支所 0980-52-4780

■ 熱中症に注意しましょう!

「熱中症」は、高温な環境下で、発汗による体温調整等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもることによってさまざまな症状がみられる状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。



○予防の行動をとりましょう

- 屋外では…涼しい服装、日傘や帽子の使用、日陰の利用
よこまめな休憩、冷却グッズの活用
- 室内では…エアコンや扇風機で温度を調整、ブラインド・すだれを利用
- 水分補給…室内でも、屋外でものどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給

○熱中症警戒アラートが出たら、 より注意しましょう!

熱中症の危険性が極めて高い場合に環境省より発表されます。アラートが発令された場合は、熱中症の予防行動をとりましょう。



▲熱中症予防情報サイト

■ ご寄付ありがとうございます。

●恩納村奨学基金へ

一般寄付

- ・匿名様……………10万円

香典返し

- ・匿名様……………10万円
- ・匿名様……………10万円

●恩納村社会福祉協議会へ

一般寄付

- ・OIST職員様……………1万5千円

人口と世帯

2026年4月末現在

()は前月比

人口	11,316人	(+68)
男	5,805人	(+50)
女	5,511人	(+18)
世帯数	6,305世帯	(+79)

社会福祉法人ゆうなの会

特別養護老人ホーム 谷茶の丘・雅

感謝を胸に、
未来へつなぐ

50周年

Anniversary

～「花木のある暮らし」写真展～

生活の彩りをご紹介します パート2

広報おんな 2月号に引き続き「花木のある暮らし」写真展に応募いただいた方々の写真をご紹介します！(村内の65歳以上のシニアの方々が育てた花木や庭の写真です)



出水 フミ子さん(南恩納)



當山 光子さん(瀬良垣)



山城 幸子さん(恩納)



屋宜 ふみ子さん(南恩納)



平良 幸子さん(瀬良垣)



宮城 洋子さん(安富祖)



上間 初枝さん(前兼久)



宮平 洋子さん(塩屋)



内間 枝美子さん(恩納)



比嘉 輝枝さん(山田)



瀬良垣 エミ子さん(恩納)



西銘 末子さん(恩納)



山城 茂子さん(前兼久)



具志堅 初子さん(瀬良垣)



山田 清子さん(安富祖)



匿名さん

お問い合わせ:恩納村地域包括支援センター ☎966-1207