

広報おんな

平成10年3月発行 (No.206) 恩納村 総務課 TEL(098)966-8006



鬼は一そと。福はーうち



青と緑の豊かな活力ある村

村のひと(1月末日)

男	4,777人	(+15)
女	4,556人	(+10)
計	9,333人	(+25)
世帯数	3,059世帯	(+23)

187点の力作を展示

第6回恩納村文化展

- ◆国民健康保険、福祉係などの窓口が変わります
- ◆第4回恩納村学力向上対策事業等の成果発表会
- ◆むらの話題 Jリーガー三浦泰年選手がサッカー教室開催
恩納保育所 元気に豆まき
- ◆恩納中男子ソフトボール部 県大会優勝報告

田植えに挑戦!

子ども会勤労体験学習

自然に親しみながら、勤労体験学習をとおしてお互いに協力することにより、友情の輪を広げ、今後の子ども会活動に役立てる。

- | | | | |
|----------|----------------------------------|-----------|---|
| 1 主催 | 恩納村子ども会育成連絡協議会 | 6 申し込み方法 | 当日受付
☎966-8506 (恩納村教育委員会内) 対子連事務局 |
| 2 日時 | 平成10年3月8日(日)
午後1時30分集合 午後2時開始 | 7 参加の留意点 | 参加者の送迎については、保護者又は育成者で行う |
| 3 場所 | 安富祖地区公民館前(受付場所) | 8 田植え後の予定 | 7月4日(土) リーダー研修(稲刈り)
8月18日(火)~21日(金) サバイバルキャンプで使用 |
| 4 参加対象 | 村内小学生・中学生・高校生リーダー及び育成者 | | |
| 5 準備するもの | 着替え、タオル | | |



臨時福祉給付金

臨時介護福祉金

臨時特別給付金

の支給を受けるための手続き

1 臨時福祉特別給付金の支給を受けようとする方は、臨時福祉特別給付金支給申請書に必要事項を記入の上、恩納村役場住民課に3月25日までに提出していただきます。

2 臨時福祉特別給付金の円滑な支給事務手続きを進めるため、申請書を提出する際に、臨時福祉特別給付金の請求と受領を村長に委任していただくこととしておりますが、申請書提出後、受給資格が認定されますと村長から直接支給されることとなります。

3 以下の臨時福祉特別給付金については、市区町村民税の課税状況を確認する必要がありますので、申請される方は、税務関係当局への照会についての同意書欄の記入若しくは納税証明書の添付をお願いすることとしておりますのでご協力下さい。

- ①臨時福祉給付金を申請される方で次の年金に該当する方
- 障害基礎年金等の受給者で次のコード番号に該当される方
年金証書の年金コードの先頭3桁が「535」又は「062」
 - 遺族基礎年金等の受給者で次の年金コード番号に該当される方
年金証書の年金コードの先頭3桁が「645」、「072」「082」又は「102」
- ②臨時介護福祉金を申請される方
- ③臨時特別給付金を申請される方

臨時福祉特別給付金が支給されます

1 臨時福祉給付金(福祉給付金) 1万円
支給対象者1人につき

2 臨時介護給付金(介護福祉金) 3万円
支給対象者1人につき

3 臨時特別給付金(特別給付金) 1万円
支給対象者1人につき

平成10年分所得税等の特別減税に関連し、老齢福祉年金の受給者等及び高齢の低所得者の生活の安定と福祉の向上並びに低所得の住宅ねたきり老人等に対する住宅介護の支援に資するため、臨時福祉特別給付金が支給されることとなりました。

具体的な支給対象者や支給の方法などは次のとおりですが、支給を受けようとする方は、3月25日までに申請書の提出が必要となりますのでご注意ください。

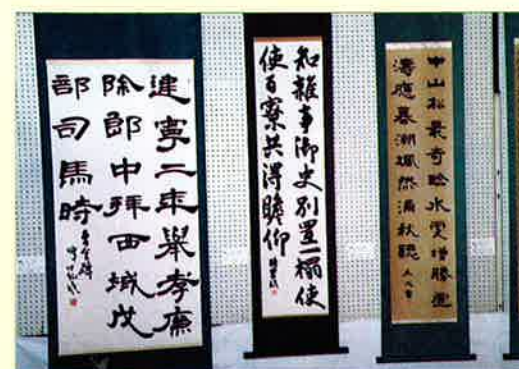
詳しくは恩納村役場住民課福祉係
TEL 966-8001 内線128

百八十七点の力作を展示 第六回恩納村文化展

村内の文化作品を一堂に集めた「第六回恩納村文化展」(主催 恩納村文化協会 同教育委員会)が一月三十日から二月一日までの三日間、村コミュニティセンターで開催されました。

第六回目を迎える文化展には、村内在住の出品者七十八人の作品百八十七点が展示されました。同文化展は、創作活動に励んでいる村民の作品を展示し、広く村民に鑑賞する機会をつくり、創作意欲を高め、村の文化振興を図ることを目的に開催しているものです。絵画、彫刻、陶芸、書道、写真、盆栽、華道、手芸の八部門から出展された作品は、重さ百五十キロの大きな布袋様(七福神の一人)の彫刻や公民館講座などで作り上げた押し花、草細工バッグなど細かなものまでさまざま。

このほか会場では、特別展示として第二十三回恩納村書き初めコンクール作品展示と山城正子さんの絵画特別展が同時に開催されました。書き初め作品展示は、村内の児童生徒を対象にした書き初めコンクールでの金賞・銀賞受賞者四十二人の作品が展示されました。また、ことし七十二歳のトゥンビーを迎える山城正子さん(前兼久区)の絵画特別展示は、山城正子さんが五十年間にわたって描いた木炭デッサンやクレヨン画など十六作品が展示されました。会場に詰め掛けた参加者は、村内で活動する方々の力作を堪能していました。



保健福祉課 (旧保健衛生課)

- 老人保健及び医療母子保健
- 村民の健康管理
- 消費者保護その他村民生活保護 (住民課より)
- 村民の福祉 (住民課より)
- 環境衛生及び公害防止
- 診療所

建設課

- 道路、河川及び砂防
- 公共土木
- 住宅及び建築
- 生活環境の整備事業
- 用地の取得 (企画課より)

経済観光課

- 農業、林業、水産業
- 農地関係の調整
- 土地改良
- 農林土木 (建設課より)
- 商業、鉱工業
- 観光及び労働

出納室

- 予算執行による収入・支出及び物品の管理
- 決算出納関係諸帳票整理保管

今回の機構見直しは、村長部局を対象にした改革となっています。部局外の課 (水道課、農業委員会、議会事務局、学校教育課、社会教育課) につきましては従来どおりの体制で業務を行います。

村の日誌

- 1月25日 (日)
少年サッカー教室
村立赤間運動場
- 1月30日 (金)
第6回恩納村文化展 ～2月1日
村コミュニティセンター
- 1月31日 (日)
平成9年度巡回スポーツ指導
仲泊小中学校体育館
- 2月4日 (水)
第4回恩納村学力向上対策事業等の成果発表会
仲泊小中学校体育館
- 2月5日 (木)
平成10年度第1回恩納村議会 (臨時会)
恩納村議会
- 2月8日 (日)
恩納村子どもフェスティバル
村コミュニティセンター
- 2月15日 (日)
恩納村ジュニアリーダー
スポーツ交流会
村コミュニティセンター

善意ありがとう

◎社会福祉協議会へ

伊 芸 哲 夫 様
恩納2544番地
香典返し 10万円



▲仲泊中学生徒による合唱が行われました

平成9年度恩納村教育功労賞

受賞者名簿

氏 名	住所・所属
島田末子 (前仲泊校長)	沖縄市諸見里1-2-12
株式会社 大 京	安富祖1577
日進建設 株式会社	沖縄市字知花766-1
上 里 芳 正 (52才)	宜野湾市善天間1-32-14
山城 秀 子 (59才)	恩納2486
上 原 米 子 (74才)	山田2859-3
平 安 一 嘉 (59才)	恩納小学校教諭
伊 波 カツ子 (59才)	仲泊小学校教諭
山 田 政 和 (35才)	恩納中学校教諭
吉 山 佳 子 (42才)	真栄田1926
古波蔵 清吉 (90才)	仲泊744
喜 納 忠 三 (80才)	仲泊603
松 崎 賀 正 (73才)	安富祖1402-1
当 山 慶 信 (78才)	安富祖54
松 崎 賀 徳 (77才)	安富祖1242
大 城 静 子 (84才)	仲泊606-2
松 田 豊 太 喜 (66才)	仲泊22
古波蔵 一 雄 (67才)	仲泊744
名 城 幸 代 (51才)	山田2854
糸 数 正 男 (50才)	山田2384-2

本村の児童生徒の基礎学力向上を図るとともに、村民の意識・連帯感・郷土愛の高揚、そして二十一世紀に活躍する人材育成と青少年の健全育成を図ることを目的に第四回恩納村学力向上対策事業の成果発表会 (主催 村学力向上対策委員会) が、二月四日、仲泊小中学校体育館で開催され、四百人近くの児童生徒や関係職員、村民などが参加しました。発表会は、仲泊小中学校児童生徒による琉舞と合唱のアトラクションで幕を開けました。続く表彰及び賞状贈呈では、村教育に功労のあった十八個人、二団体に感謝状と記念品が手渡されました。主催者あいさつで仲泊哲夫教育長は「村内の各小中学校は、学力向上の目的をほぼ達成しています。今後とも学力向上に向けて学校と地域が一体となり、より一層の努力をお願いします」と協力を求めました。

比嘉茂政村長による激励のあいさつに続き、村内の児童生徒による童話やお話し、意見発表などの学対活動の成果が発表されました。童話の発表では、仲泊幼稚園児の宮城英作くん、金城美晴さんの二人が大きなイエスチャーで発表すると会場を訪れた参加者は、毎日の練習の成果に感心した様子でした。そのほか、各専門部の部長や代表による学校、家庭、地域からの活発な意見が述べられ村民の教育に対する関心の高さがうかがわれました。

第四回恩納村学力向上対策事業等の成果発表会
研究テーマ 本村児童・生徒の基礎学力を高める指導

4月1日より新体制でスタートします

行政改革に伴い、役場内の機構 (課や係の配置) 見直しを行います



二月五日に行われた平成十年第一回恩納村議会 (臨時会) で、議案第二号恩納村設置条例一部改正案が承認され四月一日より施行されます。今回の条例改正は、行政改革に伴い役場内の機構見直しを行うもので、村民のみなさんに役場内の業務を解りやすくし、住民サービスの向上を図り、行政の効率的な運営を目指すものです。国民健康保険や福祉係などの窓口の変更でご迷惑をおかけしますが、間違えないようご注意ください。

国民健康保険・福祉係などの窓口が変わります。

機構改革による各課の主な業務は次のとおりです。

総務課

- 職員の人事及び給与
- 議会及び行政一般
- 村の予算及び財務
- 選挙、広報、広聴、交通安全対策、防犯、防災 (企画課より)
- 文書並びに例規
- 公有地財産の運用

税務課

- 村税及び県勢の賦課徴収
- 固定資産の評価
- 納税の奨励
- 土地、家屋、地積図などの管理
- 税務証明

企画課

- 村政の総合的企画及び調整
- 土地利用及び開発、環境保全、基地渉外 (総務課より)
- 広域市町村圏行政
- 統計
- 自然公園

住民課

- 戸籍、住民基本台帳、外国人登録
- 国民年金
- 国民健康保険 (保健衛生課より)

むらの話題

このコーナーでは、皆さんからの
便りをお待ちしています。

身近な話題や出来事、珍しい写真
など、お気軽にお寄せください。

966-8006（内線200）



▲「鬼はーそと」と元気に厄払い



▲下地トダさん（恩納区）によい旧正月を迎えて下さいと手渡す商工会婦人部の大城洋子さんと大城節子さん



▲憧れのJリーガーから指導してもらえるとあって真剣な表情です

波め声も止まれ！

いきいき中央婦人学級 歌碑めぐり

「恩納ナビー琉歌碑」などが代表するように県内北部には多くの歌碑が点在しています。

村教育委員会では、村内の婦人学級を対象に1月26日、県内北部の歌碑を訪ねる催しを行いました。

「歌碑めぐり」は、「活力ある婦人として、豊かな教養を身につける」ことを目的とした「恩納村いきいき中央婦人学級」移動学級の一環として行われたもので、この日は、村婦人会役員

や各学級婦人学級、社会教育職員など二十人が参加しました。

村内の「谷茶前節の碑」や「山原ナークニの碑」をはじめ、遠くは大宜味村塩屋にある「塩屋の琉歌碑」など十五箇所の碑を訪ねました。村文化審議委員の大城勝保さんより歌碑に刻まれた意味や背景などの説明を受けた婦人学級の皆さんは、歌碑に対しての認識を新たにしました。

基礎プレーを中心に指導

Jリーガー三浦泰年選手がサッカー教室開催

村内で自主トレを行っているプロサッカーの三浦泰年選手（ヴェルディ川崎）が、1月18日、村立赤間運動場で村内外のサッカー少年五十人に実技指導を行いました。憧れのJリーガーから指導してもらえるとあってサッカー少年らは、冬の寒さも吹き飛ばし元気よくプレーしました。

教室は、遊びを取り入れた準備運動で楽しく体をほぐした後、リフティングやドリブル練習に入り、リフティング

練習を行う少年に三浦泰年選手は、「サッカーは手を使えない競技なので、みんなリフティングでも手を使わず練習するように」と少年ら一人ひとりに声をかけ、基本的なプレーを中心に熱心に指導しました。

会場には、少年らの父母やコーチが詰め掛け、将来Jリーグ選手を目指す少年らに熱い声援を送っていました。

旧暦の正月に温かい心を届ける

村商工会婦人部 給食サービス

旧暦の正月、1月27日に村内の一人暮らしのお年寄りによい年を迎えてもらおうと村商工会婦人部のみなさんが三十六世帯のお宅を訪れ、手作りのおせち料理弁当を届けました。

前日から仕込まれ、丹精込めて作られた料理は、赤飯、モズク天ぷら、ラフテー、魚の空揚げ、ごぼう煮など村内の特産物を利用した十三品からなるおせち料理弁当です。同婦人部からおせち料理弁当を手渡された下地トダさん

（恩納区）は、「商工会婦人部のみなさんから毎年このようにおいしく心のこもった料理をいただき大変うれしく思います」と感謝と喜びの表情でいっぱいでした。

今回で六回目のボランティア活動を実施した同婦人部の当山美津部長は「村内の一人暮らしで暮らしているお年寄りの方に少しでも喜んでいただき、婦人の立場から社会に貢献出来るようにこれからも続けていきます」と抱負を語っていました。

「鬼はーそと。福はーうち。」

恩納保育所園児、元気に豆まき

「鬼はーそと。福はーうち。」と節分の日の2月3日、村立恩納保育所で厄をはらい、今年を元気に過ごしていけるよう願う豆まきが行われ、園内に元気な声が響きわたりました。

この日のために画用紙を使って小鬼の面と新聞紙を使って鬼退治用の玉をみんなで製作しました。

豆まきは、大鬼にふんした保母さん二人が恩納岳ふもとから

登場。「悪い子は、食べちゃうぞー」と大きな声を張り上げる赤鬼、青鬼に、元気に玉を投げつける子もいましたが、ほとんどの子が「鬼には人間が入っている」と半信半疑ながらも逃げまどうありさま。担任保母が「良い子に鬼は何もしないよ、大丈夫」と話すと徐々に子どもらは鬼に近づき、鬼が帰る間際にはみんな記念撮影も行いました。



▲仲良くなった赤鬼さん青鬼さんと記念撮影



▲手際よく料理を詰める商工会婦人部のみなさん



▲冬の寒さも吹き飛ばし元気よくプレーしました



▲婦人のみなさんは歌碑に対しての認識を新たにしました

第14回恩納村子どもフェスティバル

村子ども会育成連絡協議会主催による第14回恩納村子どもフェスティバルが2月8日、村コミュニティセンターで開催され、村内の子ども会から育成者や子どもら350人が参加しました。
このフェスティバルは、平成9年度の活動をとおして得た体験等の発表する機会をつくり、今後の会の発展と、各子ども会間の連携と親睦を深めることを目的に開催されているものです。
県外研修やサバイバルキャンプでの体験の実施発表のほか、ゴミ問題を題材とした塩屋子ども会による劇「しばさしの願い」などが発表されました。また会場では、各子ども会の活動スナップの展示やもちつき、ドッジボール大会も行われました。18チームが参加して行われたドッジボール大会では、南恩納子ども会チームが太田子ども会チームを破り優勝を勝ち取りました。今回のフェスティバルの進行や司会等、すべてジュニアリーダーを中心に子どもらで自主的に運営されており、子ども会活動の充実ぶりがうかがえました。



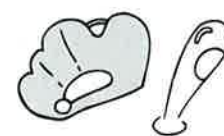
地域とともに歩んで10年
恩納村商工会婦人会の設立10周年を記念する式典が、2月10日、村コミュニティセンターで開かれ、関係者約100人が出席しました。式典は、出席者全員による「商工会婦人会の歌」の斉唱から始まり、村長、会長、副会長の挨拶が続きました。村長は、商工会婦人会の活動が地域の発展に貢献していることを高く評価し、今後も地域とともに歩んでほしいと述べました。会長は、10周年を機に、さらなる活動の充実を図りたいと述べ、今後の活動に期待を寄せました。式典の最後は、各クラス代表による発表で締めくくられました。

地域とともに歩んで10年
恩納村商工会婦人会の設立10周年を記念する式典が、2月10日、村コミュニティセンターで開かれ、関係者約100人が出席しました。式典は、出席者全員による「商工会婦人会の歌」の斉唱から始まり、村長、会長、副会長の挨拶が続きました。村長は、商工会婦人会の活動が地域の発展に貢献していることを高く評価し、今後も地域とともに歩んでほしいと述べました。会長は、10周年を機に、さらなる活動の充実を図りたいと述べ、今後の活動に期待を寄せました。式典の最後は、各クラス代表による発表で締めくくられました。

Aクラス		優勝 仲嶺 光さん
二位 前里 真宏さん		
三位 玉城 盛吉さん		
Bクラス		優勝 山内 裕行さん
二位 伊波 善政さん		
三位 山内 善政さん		
Cクラス		優勝 喜島 造さん
二位 納袋 秀雄さん		
三位 浜崎 俊さん		

恩納村新春囲碁大会
恩納村囲碁愛好会（仲嶺真光会長）主催の新春囲碁大会が、2月1日、万座ビーチホテルで開催されました。基盤が並べられた会場には、仲嶺真光会長をはじめとする村内の囲碁愛好家二十五人が参加、熱戦を繰り広げました。村内に囲碁愛好家を増やして囲碁をとおして村民の交流を図ることを目的に毎年二回開催しています。
参加者の実力に応じて三段以上のA、二段のB、二段以下のCと三部門に別れて行なわれました。大会には県内トップ棋士の仲西安哲六段と新里正秀六段も激励に駆けつけ、指導棋を行いました。
各クラスの上位入賞者は次のとおりです。

恩納村新春囲碁大会
恩納村囲碁愛好会（仲嶺真光会長）主催の新春囲碁大会が、2月1日、万座ビーチホテルで開催されました。基盤が並べられた会場には、仲嶺真光会長をはじめとする村内の囲碁愛好家二十五人が参加、熱戦を繰り広げました。村内に囲碁愛好家を増やして囲碁をとおして村民の交流を図ることを目的に毎年二回開催しています。
参加者の実力に応じて三段以上のA、二段のB、二段以下のCと三部門に別れて行なわれました。大会には県内トップ棋士の仲西安哲六段と新里正秀六段も激励に駆けつけ、指導棋を行いました。
各クラスの上位入賞者は次のとおりです。



目指すは全国制覇

恩納中男子ソフト部県大会優勝を報告

恩納中男子ソフトボール部（津覇清監督、部員31人）が2月3日、村役場を訪れ、県中学校新入大会の優勝と九州大会出場の報告をしました。

1月31日に行われた決勝は、与勝中学校との対戦になり、恩納中は山城一平主将を中心に投打にまとり、7対2の大差で初優勝を成し遂げました。報告のあいさつで宮城清校長は「これで3本目の優勝旗を獲得しました。今年は恩納中学校も頑張りますので行政、村民の皆様の応援をお願いします」と協力を求めました。山城一平主将は「九州制覇を果たし、是非、優勝旗を持ち帰ります」と力強くあいさつしました。また、応対した大城英喜助役は「昨年、安富祖中学が全国を制覇するなど活躍しました。九州・全国での活躍を期待しています」と激励しました。九州大会は、3月28、29の両日、宮崎県で開催されます。村民皆様のご支援をお願いします。



心身ともに健全に 平成9年度巡回スポーツ指導事業

県教育委員会主催による平成9年度巡回スポーツ指導事業が村内の子供会指導者、婦人会員などを対象に1月31日、仲泊小中校で開催されました。

同事業は健康・体力づくり指導等とおして地域のスポーツ振興を図ることを目的として実施されているものです。実技指導に先立ち、県教育委員会保健体育課の古川英治氏による「健康・体力づくりの必要性について」と題した講義が行われました。講義の中で古川氏は、「私たちを取りまく社会は、ものの豊かさ、便利さからくる体力の低下や核家族など人間関係希薄化からくる精神的ストレスの増大など私たちを取りまく社会環境は悪化の一途をたどっています」と話し、「家族や地域社会で健全に楽しく過ごしていくためには、運動は不可欠です」と生涯スポーツのすそめを説きました。実技指導では、テニスの小型版「パドルテニス」やビニール製のボールを使った「ミニバレー」、選手の代わりにトスマシンからトスされたボールを打つ「トスボール」のニュースポーツが紹介されました。気軽に行えるスポーツとあって参加した大人から子どもまで、楽しさいっぱいの表情で汗を流していました。



大城勝保さん（仲泊区） 長い間、ご苦労さまでした

新しい保護司に知花洋子さん（富着区）

那覇保護観察事務所より平成10年2月1日、知花洋子さん（富着区）へ保護司の委嘱が発令されました。

保護司の職務は、犯罪者や非行青少年の更正の援助（保護観察）と犯罪非行の予防のための啓発活動等に当たり、地域社会の福祉の増進に寄与する事を使命としています。

これまで30年間、活躍してきました大城勝保さん（仲泊区）の辞職により知花洋子さんへ委嘱されたもので、富着区の区長も務める知花洋子さんは「保護司としての立場から人間の心に、そして人生にふれることが許される様に努めてまいります」と抱負を述べていました。



平成10年度前学期科目等履修生の募集について 名桜大学

平成10年度前学期科目等履修生の募集を、下記のとおり行います。

1. 入学資格
 1. 高等学校を卒業した者
 2. 1. と同等以上の学力を有すると認められた者
2. 出願書類
 1. 科目等履修生願書（本学所定様式）
 2. 履歴書（本学所定様式）
 3. 学力判定に必要な書類
最終出身学校の成績証明書及び卒業証明書
 4. 健康診断書
 5. 承諾書
承諾書は勤務している官公庁、学校、研究機関その他団体等の責任者が証明したもの。
3. 履修期間
前学期（1998年4月1日～1998年7月31日）
4. 出願手続き
 2. 出願書類に検定料15,000円を添えて提出して下さい。
5. 出願期間
 1. 受付期間：1998年3月2日（月）～3月6日（金）
 2. 受付時間：午前8時30分～午後6時
 3. 受付窓口：教務課（本部棟2階）
6. 選考結果及び入学手続き
合格者には郵送にて通知します。
7. 授業料
1単位につき15,000円
8. 受講科目
名桜大学が提供する実習、演習以外の科目とする。
9. 履修方法等
一般の学生と同じクラスで授業を受け、レポート、試験等の成績により、合格した者には、単位を授与する。
10. 問合せ先
名桜大学教務部教務課教務係
TEL：0980-51-1056
FAX：0980-53-0077

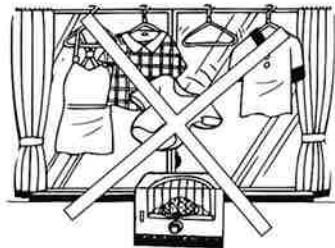
金武地区消防本部

春の火災予防運動

3月1日～3月7日

つけた火は
ちゃんと消すまで
あなたの火

ストーブによる火災には、
どんな原因があるの？
ストーブをカーテンやふとんに
近づけると、その熱で燃え
上がる場合があります。また、
洗濯物をストーブの上に干すと、
温まった空気が洗濯物を揺らし
て、ストーブに落ちると、火事にな
ることもあります。ストーブ
のまわりは整理整頓しておき、
暖房以外には使わないようにし
ましょう。



水難事故防止「ポスター及び標語」募集

- 1 募集期間
平成10年2月9日（月）から4月24日（金）の間
- 2 受付場所
沖縄県石川警察署地域課
- 3 応募要領
 - (1) 水難事故防止を表現したもので、未発表のものに限る。
 - (2) 作品の規格等
 - ①ポスター
○画用紙（51.5センチ×36.5センチ）の大きさに絵画や版
画とする。
 - 縦書きとする。
 - 「水難事故防止」等の文字は入れない。
 - ②標語
標語の規格は限定しません。
 - ③作品の裏面に住所、氏名、職業（学生の場合は学校名、
学年）、氏名、年齢、性別、連絡先を明記して下さい
 - ④応募作品については、原則として返還致しません。
- 4 問い合わせ先
沖縄県石川警察署地域課（金城）
☎964-4110（内線281）

保健婦(士)を募集します

1. 受験資格 昭和51年4月2日から昭和33年4月1日まで出生した者
で保健婦(士)資格を有する者。
2. 試験期日 平成10年3月13日（金）午前9時受付
3. 試験場所 恩納村コミュニティセンター
4. 試験科目 小論文試験、面接試験
5. 合格発表 平成10年3月17日（火）合格した者に対して通知する
とともに村役場に掲示する。
6. 合格者の扱い 平成10年4月1日から平成11年3月31日まで恩納村
職員採用候補者として登録する。
7. 願書受付期間 平成10年2月23日から平成10年3月10日までの間（土、
日及び休日を除く毎日）役場総務課にて受付します。（午前8時30分
から午後5時まで）
8. 提出書類
 - (1)願書…所定の用紙を役場で交付する。
 - (2)履歴書…自筆の履歴書（市販B4）
 - (3)住民抄本
 - (4)写真…2葉（願書、履歴書に貼って提出してください）
 - (5)資格等証明書…保健婦(士)資格を証明するもの（写
し）、最終学歴証明（写し）
 - (6)健康診断書…県立保健所又は公立病院等で発行する
診断書によるもの

問い合わせ先 恩納村役場総務課行政係 ☎966-8006

こんにちは保健婦です

○腰の痛み

腰は体の要です。腰に痛みがあると「座るのがつらい、荷物をもつのがつらい、歩くのがつらい。」など日常生活での行動の幅が狭くなってしまいます。特に、体に無理がきかなくなる40～50歳以降になると、腰痛を訴える人が大変増えてきます。

腰痛は背中の骨の老化が深くかかわっていますが、それだけではなく運動不足と肥満もその要因となっています。運動不足は老化によるお腹や腰の筋力の衰えに拍車をかけ、一方肥満は重い体を支えるため、腰に過度の負担をかけます。

肥満の人は食べすぎに気をつけて減量に努力し、運動不足の人は適度な運動を心がけてください。運動や簡単な腰痛体操を根気よく毎日続けることで腹筋や背筋を鍛えることができます。（ただし、痛みがある場合は、無理にやらないようにしましょう。その他、栄養バランスのよい食事、特に牛乳や小魚などのカルシウム源をよく摂取し、骨を強くすることも非常に大切です。また、ふかふかし過ぎた寝具は背骨をゆがめやすいのでそのような敷布団、ベッドを使用しない方がよいでしょう。そして、日常生活動作に注意することです。腰への負担を減らす方法はいろいろあります。自分なりの方法をみつけ前向きな気持ちで取り組みましょう。

日常の動作に 気を配ろう

—腰にかかる負担を軽くする—

日常生活でさまざまな動作をするとき、腰にかかる負担を軽くするように気を配る。

①寝るとき
膝の下に枕を入れるなどして、膝を高くして寝る。敷布団やマットは、体が沈み込まないように硬めのものを選ぶとよい。



②起き上がりするとき
横向きになり、腕で全体をしっかりと支えて起き上がるようにする。



③座るとき



いすは、背もたれと肘かけのついたものを使い、深めに腰かけるようにする。

④立ち上がりするとき



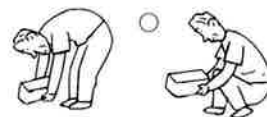
背筋が真っすぐのまま立ち上がるように、いすの背もたれや肘かけにしっかりとつかまる。

⑤立ち仕事をしているとき



片足を低めの台にのせると、腰への負担が軽くなる。足は交互にのせるようにする。

⑥物を持ち上げるとき



重い物を持ち上げるときは、必ずしゃがみこみ、物に体を近づけて、足の力で立ち上がる。

ご存じですか？

郵送による戸籍謄本・抄本の請求
戸籍（除籍）謄本・抄本は「郵送」でも請求できます。

- 1 請求書用紙は役場の窓口にあります。次のことを記入してあれば任意の様式でも差し支えありません。
 - (1) 請求者の住所・氏名・押印（認印でも可）
 - (2) 本籍
 - (3) 筆頭者（戸籍の最初に記載されている者）の氏名
 - (4) 請求者の資格（続柄）
 - (5) 抄本のときは、ほしい人の名
 - (6) 請求の通数
- 2 戸籍謄本・抄本は1通450円、除籍謄本・抄本は1通750円です。手数料の納付は現金書留又は郵便小為替を御利用ください。
- 3 返信用封筒及び切手（返信用封筒にあて名を記入願います。）を同封してください。

※差し支えなければ連絡先（☎）を記入してください。

◎ 詳しくは、恩納村役場の住民課に（☎098-966-8001 内線：108）お問い合わせください。

今年の一月から受給者サービス向上のため、現況届を提出するときに村長の証明が必要となりました。現況届は、年金の受給を始めてから二年目の誕生日から毎年、提出することになっています。これは年金支給を適正にするため、法律に基づき、生存の状況を就労の状況、障害の状況などを確認している制度です。このうち、生存の状況の確認については、これまで村長の証明が必要でした。しかし、高齢受給者が増加する中で、毎年

役場の窓口まで出向くことについて、その負担に配慮する必要が生じました。そこで今回、受給者サービスの向上や行政事務の簡素化、効率化を図るため、生存にかかわる村長の証明を廃止し、受給者本人が自署して生存を申し立てればよいことになりました。この場合、ご本人が署名すること、ご本人が家族、民生委員、区長、施設入所時の施

年、役場の窓口まで出向かなくてもよくなります。受給者の皆さんに対するサービスは大きく向上します。また、村も証明事務が廃止されますから、その分の事務負担がなくなり、行政事務の簡素化が図られます。なお、この証明事務の廃止は今年一月からつまり一月生まれの方から実施されています。お問い合わせは：TEL 住民課 年金係 九六六-八〇〇一

年金受給者の現況届を提出するときの村長の証明が必要なくなりました。受給者サービスの向上のため

酒井さんは窓口で。

堺さんは郵送で。

**確定申告
お早めに**

所得税・事業税・住民税 消費税・地方消費税（個人事業主）

3/16まで 3/31まで

給与の申告は2月1日から3月16日まで。
申告と納税は、正しく、お早めに。
【申告書は自分で書いて郵送で】
※申告書の提出期限は、3月16日です。申告書の提出期限は、3月16日です。

税務署・県・市町村