

○喜瀬武原幼稚園の休園について

平成 28 年度喜瀬武原区の入園希望者がいないため、喜瀬武原幼稚園を一時的に休園いたします。

○安富祖幼稚園における 4 歳児保育の開始について

喜瀬武原幼稚園の休園に伴い、平成 28 年度安富祖幼稚園にて 4 歳児保育を一時的に開始いたします。

詳しいお問い合わせはこちらまで：恩納村教育委員会 学校教育課 ☎ 966-1209

恩納村文化情報センターだより Vol.53

イベント 3月20日(日)人形劇団かじまやあ
人形劇「チョンダラー」

【あらすじ】
平和が続く昔むかしの沖縄で、ある日竜宮の神様の大切な宝「ぬぶしの玉」が盗まれ、海は大荒れ、島はひでりが続きます。そこへやって来た旅芸人チョンダラーと弟子の小太郎が、島を救うため、「ぬぶしの玉」をさがしに向かいます。はたして島は、平和を取り戻せるのでしょうか？玉を盗んだのは誰なのか？
人形が宙を飛び、空中回転する離れ技！これまでの人形劇を超えた、躍動感あふれる人形劇団「かじまやあ」の舞台。
歌あり、涙あり、笑いあり、迫力満点の人形劇です！

日 時：平成28年3月20日(日)14時～
会 場：恩納村博物館 1階研修室
出 演：人形劇団かじまやあ
演 目：チョンダラー
入 場 料：無料
定 員：150名(申し込みが必要です)
申 込：文化情報センターカウンター
又は、お電話にてお申し込み
ください。
主 催：恩納村文化情報センター



イベント終了
オリジナルしおり作り

1月31日に、しおり作りが行なわれました。親子での参加が多く見られ、色鉛筆や折り紙を使い、自由にしおり作りを楽しんでいただきました。参加者からは「おばあちゃんにプレゼントしたい」「もっと大きなしおりも作ってみたい」など感想をいただきました。みなさまのご参加ありがとうございました。



3月のおはなし会 《毎週土曜日 13:00～(30分程度)》

【日 程】5日、12日、19日、26日 【場 所】おはなしの部屋

「恩納村文化情報センター」 3月休館日

【休 館 日】7日、14日、22日、23日、28日
【資料整理日】17日 ※観光情報フロアは開いています。

【問合せ】恩納村文化情報センター 〒904-0415 恩納村字仲泊1656番地8 ☎ 098-982-5432

おんな健康づくりプロジェクト

～データヘルスで健康特性をみてみよう～

第8回目は、恩納村国民健康保険(国保)の特定健診の状況「メタボリックシンドロームの該当者及び予備群」です。メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)は、過剰に蓄積した内臓脂肪が体に悪い影響を及ぼしている状態で、腹囲や高血圧、高血糖、脂質異常の項目から判定されます。恩納村の国保加入者の状況はどうでしょうか。

メタボリックシンドロームの診断基準

国保加入 特定健診受診者のメタボ該当・予備群の状況 割合(%)

**内臓脂肪蓄積
腹囲(へそ周り)**

男性 85cm以上
女性 90cm以上

脂質異常
●中性脂肪 150mg/dL以上
HDL コレステロール 40mg/dL未満のいずれか、又は両方

高血圧
●収縮期血圧 130mmHg以上、拡張期血 85mmHg以上のいずれか、又は両方

高血糖
●空腹時血糖が 110mg/dL以上

の3項目のうち
2項目以上該当→メタボ該当
1項目該当→メタボ予備群

		恩納村	同規模平均	県	国
シメ ンタ ドボ ロリ ーツ ムク	該当者	26.2	16.2	21.3	16.4
	男性	33.8	24.4	30.7	25.5
	女性	17.7	9.6	13.0	9.4
	予備群	17.7	11.2	15.1	11.0
	男性	22.5	16.9	21.2	17.3
	女性	12.3	6.5	9.8	6.1

H25年度 国保データベース(KDB)
メタボリックシンドロームに該当する方は、県より約5%上回っており、同規模平均(※1)より10%多い状況です。予備群についても、県より2.6%、同規模より6.5%多い状況です。
該当者、予備群ともに国、県、同規模平均より多い状況です。

～ぽっちゃりの何がいけないの?～

メタボリックシンドロームになると、内臓脂肪から分泌される物質によって血管内皮細胞(※2)を傷つけたり、血管内皮細胞の血管を守る働きを邪魔することで動脈硬化が急速に進み、心臓病や脳卒中などの深刻な病気にかかりやすくなります。上記診断基準に当てはまる項目が多いほどそのリスクは増します。
メタボリックシンドロームは自覚症状がなく、重症化するまで気づきません。定期的に健診を受け、必要があれば、生活習慣の改善に取り組むことが重要です。

用語説明
※1 同規模平均：恩納村と同じ人口規模の全国の町村平均。
※2 血管内皮細胞：血管の内側(血液側)の内膜を構成している細胞。

沖縄県の「健康おきなわ 21 ホームページ」が2月1日よりリニューアルしています。健康に役立つ新コンテンツが満載！ぜひご覧ください。

お詫びと訂正

広報おんな2月号2ページ「嘱託保健師募集」の記事内、任用期間と応募締切の日にちを次のとおり訂正します。
任用期間：(誤)平成28年4月1日～平成29年3月11日
(正)平成28年4月1日～平成29年3月31日
応募締切：(誤)平成28年3月31日(木)
(正)平成28年3月11日(金)
訂正してお詫び申し上げます。

この記事に関するお問い合わせ等は、下記の連絡先までお願いします。
福祉健康課 健康づくり係 ☎966-1207