

あなた
健診で身体を知るきっかけに!!
～今年度から、がん健診が集団と個別で受けられます～

今年度のがん健診が7月から始まります。「集団健診」又は「個別健診」のどちらでも受診できますので、ご自分の都合に合わせて受けられて下さい。なお、健診が始まる7月初め頃に受診券を送付しますので、大切に保管し、集団健診又は指定医療機関(病院)へ忘れずに受診券を必ず持参して下さい。

【集団がん健診】 ※公民館や保健センターでの健診です(受付時間:午前8時30分～午前11時)

| 検診項目 | | 料金 | 対象者 | 伊良部地区 | 7月12日～7月15日 |
|--------|------------------|--------------|---------|----------------|-------------|
| 基本健診 | 検尿・血液検査等 | 1,200円 | 20歳～39歳 | 平良地区 | 7月26日～9月3日 |
| 肺がん検診 | 胸部X線 喀たん | 200円 500円 | | 城辺地区 | 9月6日～9月16日 |
| 胃がん検診 | 胃部X線 (バリウム検査) | 900円 | 20歳以上の方 | 下地地区 | 9月26日～9月28日 |
| 大腸がん検診 | 便潜血検査 (2日分) | 500円 | | 上野地区 | 9月29日～10月1日 |
| 肝炎検診 | 血液検査 B型+C型 | 800円 | | 40歳以上(受診歴のない方) | |

- 職場での健診がある方は、そちらでの健診を優先して下さい。
- 70歳以上・非課税及び生活保護世帯後期高齢者医療被保険者(65歳以上)は無料です。
- 実施日に受診できない方は、日程を確認し都合の良い日か個別で受診して下さい。
- 肝炎検査はB型・C型のみ受診もできます。

【個別がん健診】 ※指定医療機関(病院)での健診です(受付期間:7月12日～翌年2月29日)

- 宮古島市が指定している医療機関でしか助成できません。
- 市が一部負担しますが、受診者も個人負担があり項目によって金額がかわります。
- 事前に予約した当日に受診券・身分証明書(免許証・保険証)健診費用を持参して下さい。
- 集団健診を受診した場合、同じ項目の検診は個別で受診できません。(重複不可)
- 指定医療機関については、現在取りまとめ中につき、詳細は、健康増進課健康づくり係までお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ】 健康増進課健康づくり係 ☎ 72-1978 平良保健センター ☎ 73-4572
 下地保健福祉センター ☎ 76-2785

女性特有のがん検診推進事業の「無料クーポン券」について

一定の年齢に達した女性に対して、子宮頸がん検診・乳がん検診に関する検診手帳と検診費用が無料となるクーポン券をお送りし、がんに関する正しい健康意識の普及啓発を図ることを目的としています。なお、この検診は国の方針に基づき、全国一律の基準により実施します。

○送付対象者:平成23年4月20日時点で宮古島市に住民登録をしている女性で、下記に示す年齢の方。(年齢は平成23年4月1日時点)

【子宮頸がん検診】

対象者:20歳、25歳、30歳、35歳、40歳
 医院名:奥平産婦人科(☎ 72-3026)、みやぎ Ms. クリニック(☎ 75-0722)、
 城辺中央クリニック(☎ 77-4693)

【乳がん検診】

対象者:40歳、45歳、50歳、55歳、60歳
 医院名:宮古病院(☎ 72-3151)※予約は健康増進課健康づくり係(☎ 73-1978)

【無料クーポン券の有効期間】平成24年1月31日まで

【お問い合わせ】 検診について・・・健康増進課健康づくり係 ☎ 73-1978
 がんについて・・・下地保健福祉センター ☎ 76-2785

情報公開制度について

宮古島市では、市民の知る権利を尊重し、市の保有する情報の一層の公開を図り、市政に関し市民に説明する責務が全うされるようにするとともに、市政に対する理解と信頼を深め、公正で民主的な市政の推進に資することを目的に情報公開制度を実施しています。

○行政文書の公開

- ・市民の皆さんの請求に応じて、市が管理している行政文書の公開をします。
- ・行政文書の公開は誰でも請求することができます。

○情報公開制度の考え方

- ・行政文書は公開が原則ですが、個人に関する情報がみだりに公にされることのないよう最大限の配慮をします。

| 実施機関 | 請求件数 | 処理状況 | | | | | |
|-----------|------|------|------|-----|-----|-----|--------|
| | | 開示 | 部分開示 | 非開示 | 不存在 | 取下げ | 存否応答拒否 |
| 市長 | 16 | 7 | 6 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| 議会 | 2 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 教育委員会 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 選挙管理委員会 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 監査委員 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 農業委員会 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 消防長 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 固定資産評価委員会 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 合計 | 20 | 9 | 7 | 1 | 2 | 1 | 0 |

○行政文書開示請求の窓口 総務課 行政管理係 ☎ 72-3751(内線 366)

地震支援対策室の移転について

今年3月23日から下地庁舎に設置しております地震対策室は、7月1日より平良庁舎1階市民生活課内に移転します。

場所:下地庁舎1階 ☎ 76-2581 FAX 76-2008

↓
 場所:平良庁舎1階市民生活課内 ☎ 75-3910 FAX 72-4777

有効期限切れ証明書の更新をお忘れなく!

後期高齢者医療及び国保加入者「限度額適用認定証等」について

これから入院予定の方は「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請が必要です。現在入院中で、すでにお持ちの方でも、認定証の有効期限は平成23年7月31日までとなっていますので、再度交付申請手続きが必要となります。

申請は、お近くの宮古島市各支所までお越し下さい。代理申請もできます。

【手続きに必要なもの】

- 国保の世帯主の印鑑(認印可)※必須
- 後期高齢者医療被保険者証
または国民健康保険被保険者証

※国保税に未納がある、または未申告の方がいる世帯は認定できない場合があります。詳しくは国民健康保険課までご相談下さい。

「国民健康保険高齢者受給者証」「後期高齢者医療被保険者証」の更新について

現在お使いの「国民健康保険高齢受給者証」および「後期高齢者医療被保険者証」の有効期限は平成23年7月31日までです。新しい受給者証・被保険者証を7月中に郵送予定なので、届いた際には名前・住所・生年月日・負担割合などの確認をお願いします。

- ※「国民健康保険高齢受給者証」の対象者は国保に加入している70歳～74歳までの方です。
- ※「後期高齢者医療被保険者証」の対象者のうち、一部の方は窓口で交付します。詳しくは下記までお問い合わせ下さい。

国民健康保険課 ☎ 72-3751
 庶務給付係(内線 235～237)
 後期高齢者医療係(内線 211・281)

マティダ市民劇場
開館 15 周年記念公演



ミュージカル アトム

～僕たちは愛から生まれたと、信じて～

日時：2011年7月24日(日) 開場:13:30 開演:14:00 (終演 15:50)

場所：マティダ市民劇場

| | |
|--------------|--|
| 入場料金 全席自由 | 大人 2,500 円 学生 1,500 円 (園児から高校生) |
| | ※当日券 500 円増 ※乳幼児の入場はお断りいたします。 |
| プレイ ガイド | TSUTAYA 沖縄宮古島店 / ファミリー マート各店 / きょうはん両店 / マティ ダ市民劇場 |

主催：宮古島市、わらび座
後援：宮古新報社
宮古テレビ(株)
宮古毎日新聞社
協賛：琉球海運株式会社

お問い合わせ マティダ市民劇場 ☎ 72-9622

**2011年7月24日までに
地上テレビ放送は完全にデジタル放送に移行し、
アナログ放送は終了します。**

デジサポ沖縄臨時相談コーナーの開設について

～宮古島市役所庁舎にデジタル放送に関する対面相談窓口を設置～

総務省沖縄テレビ受信者支援センター(愛称：デジサポ沖縄)では、まだアナログ放送をご覧のみなさまがデジタル放送の受信方法や各種支援策についてより気軽にご相談いただくよう、宮古島市役所に臨時相談コーナーを当分の間開設します。

| 開設場所 | 開設曜日 | 時間 | 備考 |
|------|-------|------------|----------|
| 平良庁舎 | 月～金 | 9:00～17:00 | 7月18日は休業 |
| 城辺庁舎 | 月、水、金 | | 7月18日は休業 |
| 下地庁舎 | 火 | | |
| 上野庁舎 | 木 | | |



○相談内容

- 地上デジタル放送受信方法のご案内
- 地上デジタル放送受信に不具合がある方の相談
- 総務省が実施している低所得者向けチューナー無償給付に関するご相談
- 高齢者等相談コーナーに来られない方への説明員派遣依頼受付

○電話でのご相談も受け付けております。

- 地上デジタル放送に関する相談全般 ⇒デジサポ沖縄 ☎ 098-993-1002
- 総務省が実施している低所得者向けチューナー無償給付に関する相談
⇒総務省 地デジチューナー支援実施センター ☎ 0570-033840
- 市町村民税非課税世帯が地上デジタル受信機を購入された際の補助金について
⇒沖縄県地デジ支援し隊事務局 ☎ 098-951-2700

↓
沖縄県地デジ支援し隊も平良庁舎ロビーで相談を受けています。

宮古島警察署からのお知らせ

万引き防止川柳 (まんぼう川柳) 選出結果

221点の応募があり、優秀者7名を決定しました。
多数のご応募ありがとうございました。

【小学生の部】

- 万引きは 大きいつみだ 気づこうよ 平一小6年 吉川 麻鈴さん
- 万引きは 宮古でNO1 そんなのや～!! 平一小6年 波平 夢侖さん
- 万引きの 最後に残る 罪悪感 西城小6年 木村 聖奈さん

【中学生の部】

- 考えよう「たかが」で済まない 重い罪 佐良浜中3年 浦崎 凜さん
- 見てみなよ 盗んだときの 君の顔 上野中2年 國仲 舞さん
- 手を出すな 君の未来が 闇のなか 久松中3年 島袋 裕万さん

【一般の部】

- 落ちません 万引きのシミ 洗っても 新城 美津枝さん

病後児保育事業が始まります

7月1日より、宮古島市の認可保育園に在籍している児童を対象に病後児保育をはじめます。風邪や下痢などの治りかけの児童を看護師が保育します。

- 実施施設：東保育所内病後児保育室
- 保育期間：月～金曜日(祝祭日を除く) 午前8時30分～午後5時
- 保育料：

| 保育時間 | 4時間以内 | 4時間を超えるとき | 給食代 |
|--------|-------|-----------|------|
| 利用者負担額 | 800円 | 1,500円 | 200円 |



※医師の診断書など必要な書類があります。申込みは前日14時までの受付になります。

お問い合わせ・ご質問は、各保育所又は東保育所(72-2089 病後児担当看護師)まで。

平成23年度宮古島市立法人保育園 「あさひっこ保育園」新規入所申込みについて

保育所とは、保護者が仕事に就いていたり、病気の常態にあるなどの理由により、家庭において保育することが出来ない児童を、家庭の保護者にかわって保育することを目的とする児童福祉施設です。どの家庭の児童も無条件で入所できるわけではありません。入所基準をよくお読みになって申込みをして下さい。

また、現在申込みをしている世帯で、入所をお待ちいただいているお子様の入所希望園を変更することも可能です。希望される場合は、下記の受付期間内に変更の申し出をして下さい。

- 入園時期 平成23年9月1日(木)
- 定員 60名(生後3ヶ月～4歳児 ※平成23年4月1日時点の満年齢)
- 申込用紙の配布 平成23年7月11日(月)～22日(金)
- 受付期間及び時間 平成23年7月19日(火)～27日(水)
月～金の午前9時～午後5時(正午～午後1時はお昼休み)
- 配布及び受付場所 児童家庭課(平良庁舎4階)及び各庁舎の市民福祉課

お問い合わせ 児童家庭課 保育係 72-3751(内線438、440)
福祉室(伊良部庁舎)福祉係 78-6252

平成23年度 飼い犬・猫の 去勢・避妊手術 助成

「動物の愛護及び管理に関する法律」では、生まれる命に責任が持てないのであれば、愛犬・愛猫の繁殖制限措置(不妊去勢手術など)を行うことが示されています。

市では、飼い犬・飼い猫の去勢・避妊手術費用の一部を助成することになりました。右記の事項を確認し、直接動物病院に申し込んで下さい。

◇お問い合わせは
環境保全課 ☎ 75-5339



【対象】 犬：登録及び狂犬病予防接種済
猫：飼い主の住民票の添付

【助成金額】 ※1頭あたり

| | 去勢手術 | 避妊手術 |
|---|--------|---------|
| 犬 | 5,000円 | 10,000円 |
| 猫 | 2,500円 | 5,000円 |



手術後に本来の手術費用から助成金額を差し引いた額を支払って下さい

【期間】手術を受けた日が平成23年
7月1日(金)～12月31日(土)

【病院】赤嶺獣医科医院 ☎ 72-7976
宮里動物病院 ☎ 73-6130

さとうきび優良農家栽培技術事例

緑肥栽培による土づくりやかん水、除草等の適期管理を徹底し、平成 21/22 年期さとうきび競作会において、沖縄県 1 位の成績を取めた川満長栄さん(上野地区)の事例を紹介します。

栽培のポイント

①緑肥栽培による土づくり

新植夏植え前(4月頃)に下大豆を播種し、8月頃にすき込みます。緑肥の効果により栽培期間中の施肥(化成肥料)は4袋/10a(植え付け45日後の芽だし時2袋、5ヶ月後の平均培土時2袋)程度です。

②土壌害虫の防除

新植時にハリガネムシ等土壌害虫防除のため農薬を散布します。また、メイチュウ等の防除も適時を逃さず実施します。

③適期かん水

ほ場とさとうきびの状態を確認しながら、干ばつ傾向になる前にスプリンクラーやかん水ホースによりかん水を行っています。

④徹底した除草作業

除草剤は使わず耕うん機で浅めに畦間を中耕する耕種的防除を行っています。雑草が大きくならないうちに実施するようにしています。

⑤さとうきびに対する愛情

川満さんのさとうきび栽培は、緑肥栽培及び心土破碎による土づくり、土壌害虫の防除、適期かん水、徹底した除草作業など、基本的な栽培管理を徹底しています。また、トラクターによるプラソイラーやロータリーの碎土作業を委託するなど、さとうきびに合わせた管理作業の適期実施を心がけています。そして、毎日のようにほ場に行き、さとうきびにいっぱいの愛情をもって、栽培管理、収穫作業などに精を出しています。



株出管理

参考

【H21産 春/株出】
品種：農林 27号
単収：13.1トン
糖度：14.6度

【H21産 夏植】

品種：農林 21号
植付日：H20/9/5
単収：21.5トン
糖度：16.3度



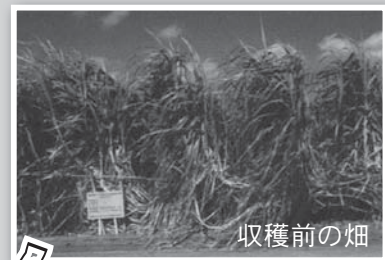
収穫



かん水



中耕除草



収穫前の畑

川満 長栄さん
(上野地区)

○平成 22 年度農林水産祭

内閣総理大臣賞 受賞

さとうきびでは県内初

○平成 21/22 年期さとうきび競作会
沖縄県 1 位

お問い合わせ 宮古島市農林水産部 農政課 ☎ 76-6840
沖縄県農林水産振興センター ☎ 72-3149



7月9日(土)・10日(日)
第2回「宮古島のマンゴーマつり」開催



じゃんけんにも勝った人に
おいしいマンゴーマつりプレゼント



まつりは、宮古島産マンゴ-の地産地消、県内外の消費拡大及びブランド化の推進を図るため開催されます。まつりの2日間は多くのイベントが開催されます。多数のご参加、ご来場をお待ちしております。

○日時：7月9日(土)・10日(日) 10:00～18:00

○会場：うえのドイツ文化村

お問い合わせ 宮古島市マンゴーマつり実行委員会
(宮古島市農政課内) ☎ 76-6840

| 各イベント | 7/9(土) | 7/10(日) |
|----------------------------|-----------------|---------|
| マンゴ-、ドラゴン、パッション、パイン等青果試食販売 | 10:00～18:00 | |
| マンゴ-加工品試食販売 | 10:00～18:00 | |
| マンゴ-園視察体験 | 13:00受付 14:00出発 | |
| マンゴ-果樹及び野菜、防風林用苗木販売 | 10:00～18:00 | |
| マンゴ-品種紹介 | 10:00～18:00 | |
| マンゴ-等果樹栽培相談会 | 13:00～17:00 | |
| マンゴ-接ぎ木コーナー | 15:00～17:00 | |
| じゃんけん大会 | 15:00～ | 12:00～ |
| マンゴ-コンテスト | 11:00～ | — |
| マンゴ-レシビコンテスト | — | 11:00～ |
| 実演コーナー | 11:00～16:00 | |
| 土づくり講演会(協賛事業) | — | 13:30～ |

未確認の遺伝子組換えパパイヤの伐採にご協力を!!

沖縄県において未確認の遺伝子組換えパパイヤが、混入され栽培・流通している事例があります。今回発見された遺伝子組換えパパイヤ「台農5号」については、現在、国内での栽培・流通が許可されていません。

厚生労働省は、パパイヤ品種の安全性情報について文献を調べたところ、毒性や摂食による危害に繋がる情報は、認められていないとの見解を示しています。

今後、遺伝子組換え「台農5号」を栽培することは違法となりますので、すみやかに抜き取り・伐採処分を行うようご協力ください。

「台農5号」の特徴として、他の品種と比較して葉柄が紫・赤色であることが挙げられます。ただし、葉柄が紫・赤色だとすべて「台農5号」ということではありません。苗や種子の購入履歴等により、「台農5号」以外の品種であることが明らかな場合には、伐採処分を行う必要はありません。

この「台農5号」伐採により代替苗の提供を行います。希望される方は、平成23年7月29日(金)までに市役所農政課、伊良部農林水産室までご連絡ください。期限を過ぎた場合、代替苗の提供は出来ませんのでご注意ください。

また、処分方法や「台農5号」に関する情報、その他不明な点があればお気軽にお問い合わせください。

【パパイヤ品種「台農5号」の見分け方】

葉柄は何色ですか。



紫、赤色の場合

台農5号の可能性あり

その他の特徴

1. 両性株と雌株があります。
2. 両性果実は長楕円型
雌果実は丸形
3. 栽培環境や個体により、紫色、赤色の濃淡がでます。



両性株



雌株

問い合わせ 農政課 ☎ 76-6840

伊良部農林水産室 ☎ 78-6255

宮古島市 食生活改善推進協議会
宮古島の旬の食材を使ったメニュー



メニュー
★**夏野菜のスープ**
・ナスとさや豆の炒め煮
・アーサとチーズの焼き焼き
・スイカ
★以外のメニューレシピは市広報
チャンネル(11ch)で紹介します

★【夏野菜のスープ】作り方

- ① ヘチマは皮をむき7～8mm厚さの輪切り、オクラは5～6mmの輪切り、トマトは2cm位の角切りにする。
- ② 鶏ささみは筋をとって一口大に切り、片栗粉をまぶしておく。
- ③ 鍋に分量の水、コンソメ、ヘチマ、しめじを入れ沸騰し、ヘチマに火が通ったら②の鶏ささみ、トマト、オクラの順に加える。
- ④ ③が煮えたら火を止め、酢とこしょうを加え仕上げます。

【一ロメモ】

オクラのネバネバはコレステロール値を下げたりする食物繊維があると言われます。トマト・鶏ささみ・キノコ類を加えてみました。身体の中から元気にしてくれそうな一品です。

【夏野菜のスープ】

の摂取成分(1人89g)

| | |
|-------|--------|
| エネルギー | 52kcal |
| たんぱく質 | 7.0g |
| 脂肪 | 0.4g |
| 食物繊維 | 1.8g |
| 塩分 | 0.9g |
| 炭水化物 | 5.7mg |
| カルシウム | 22mg |

【材料(4人分)】

| | |
|--------|-------|
| ヘチマ(小) | 150g |
| オクラ | 4本 |
| トマト | 中1/2個 |
| しめじ | 1/2個 |
| 鶏ささみ | 100g |
| 片栗粉 | 小さじ1 |
| コンソメ | 1個 |
| 水 | 3カップ |
| 酢 | 大さじ1 |
| こしょう | 少々 |

宮古島の人口

6月1日現在 ※()は先月比

宮古島の人口 54,893 (+33)

| | |
|-----|--------------|
| 平 良 | 36,146 (+48) |
| 城 辺 | 6,709 (-21) |
| 上 野 | 3,106 (-8) |
| 下 地 | 3,079 (+6) |
| 伊良部 | 5,853 (+8) |
| 男 性 | 27,344 (+18) |
| 女 性 | 27,549 (+15) |
| 世帯数 | 24,293 (+71) |

(5月の人口動態)
転入 190 転出 130 出生 38 死亡 58

元気なBABY



かのん
前泊 佳音 ちゃん
2009年11月7日生まれ・平良

合言葉は「みんなでグッジョブ!!」



「みんなでグッジョブ運動」とは、沖縄県の雇用情勢を全国並みに改善するため、県民が一丸となって取り組む県民運動です。県民一人ひとりが考え、それぞれの立場でできることを実践していくことが大切です。働く夢をひろげよう!

東北関東大震災義援金について

宮古島市では、被災された方々を支援するため、引き続き義援金の募集をしております。集まった義援金は、日本赤十字社を通じ被災者救援や被災地の復興支援に役立てます。

○送金総額(6月1日送金分まで)：28,959,616円

【お問い合わせ先】

宮古島市 福祉保健課 生活福祉課 ☎ 72-3751(内線 407)

戸籍・住民票の届出や証明書の請求には「本人確認が必須」です!

- ① 転入・転出等の届出
- ② 戸籍の届出や証明書
または住民票(写し)の請求

本人確認は、宮公署発行の写真付きの身分証明書(住民基本台帳カードや運転免許証、パスポート等)で行います。忘れずにお持ち下さい。

注意! 本人以外が請求する場合は委任状が必須です!

お問合せは
市民生活課 ☎ 72-3751