

令和2年度 栗国村 特定健診・がん検診のご案内

年1回の集団健診はとても大切な機会です。健診で、あなたの身体をチェックしましょう！！

健診項目		料金	対象者	検査目的
基本健診	身体計測(身長、体重、腹囲、視力、聴力)、血圧、尿検査、血液検査(脂質、血糖、腎機能、肝機能)、医師の診察など	0円	20歳以上の方で、国民健康保険又は後期高齢者医療加入者の方	糖尿病、高血圧、脂質異常症などの生活習慣予防のための健診です。
	眼底検査	0円		動脈硬化、糖尿病性網膜変性などの早期発見
	心電図検査	0円		不整脈や狭心症、心筋梗塞などの病気を調べる検査
	貧血検査	0円		貧血症や多血症の有無を調べる検査
がん検診	肺がん検査	700円	20歳以上の住民	肺や気管支の状態を調べます
	喀痰検査	700円	肺がん検診を受診した方で①BI指数400以上の方、または②6ヶ月以内に血痰のあった方のうち、受診を希望される方	肺における悪性細胞の有無を調べる検査
	胃がん検査	1,300円	20歳～79歳未満の住民	食道や胃、十二指腸の状態を調べます
	大腸がん	500円	20歳以上の住民	大腸からの出血を調べます
	肝炎検査	0円	令和2年度に40歳を迎える方、または70歳までに過去に1度も検査を受けたことのない方	B型肝炎とC型肝炎の可能性を調べる検査
	前立腺がん検査	700円	45歳以上の村民	前立腺がんの可能性を調べる検査
婦人がん検診	乳がん検診	1,100円 ※70歳以上の方は無料	40歳以上の村民※要予約 (40名定員のため、去年受けていない方を優先して受け付けます)	乳がんの有無を調べる検査
	子宮がん検診	800円 ※70歳以上の方は無料	20歳以上の村民※要予約	子宮頸がんや膣がんの有無を調べる検査

【健診を受ける前の注意事項】

- ✳ 保険証を忘れずにお持ちください。
- ✳ 午前に受診される方は朝食をとらず、午後に受診される方は昼食をとらないでください。
- ✳ がん・婦人がん検診は基本的に栗国村に住民票のある方が対象です。

★各健診当日は、送迎車が巡回しますのでご利用ください。(防災無線でお知らせします)

粟国村教育委員会だより

粟国小学校第122期・粟国中学校第72期卒業式

3月7日(土)に『島への感謝と誇りを胸に 輝く未来へ走り出そう!』をテーマに令和元年度(平成31年度)卒業式が挙行政され、小学校卒業生5名、中学校卒業生6名一人一人へ糸満裕校長先生より卒業証書が授与されました。

中学校卒業生は義務教育課程を修了し、「15の旅立ち」となり、それぞれが粟国島を離れ、沖縄本島での生活がスタートします。卒業式テーマのように島への感謝と誇りを胸に大きく羽ばたいて欲しいものです。卒業おめでとうございます。



幼稚園・修了式

第47回幼稚園の修了式が3月19日(木)に行われ、女の子7名が幼稚園生活を終えました。式では幼稚園で頑張ったこと、小学校行って頑張りたいことなど、元気よく発表していました。入園時より大きく成長したことが窺える素晴らしい式になりました。



学校離任職員コメント

★伊敷尚也 教頭(豊見城市教育委員会へ)

2年間という短い間でしたが大変お世話になりました。粟国島の自然や人の温かさ、そして何より子供達の明るさにいつも癒されていました。いつも子供達の活躍を応援しております。本当にありがとうございました。

★伊志嶺智 先生(南城市立百名小学校へ)

昔、井上順は「お世話になりました」「誰もかも忘れられないよ」と歌いました。私や家族にとって粟国で出会った皆さん。「何もかも～忘れられないよ～お世話になりました」

★酒屋美香 先生(糸満市立糸満南小学校へ)

子ども達と接していると家族や地域の方々たくさんの愛情を受けて育ってきたことがとても伝わりました。島ならではの貴重な体験もたくさんさせて頂き、感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。

★仲宗根貴道 先生(糸満市立兼城中学校へ)

粟国で過ごした2年間という短い間でしたが、ここでしか経験できなかったことや地域の方々、子どもたちと過ごした日々は、かけがえのない日々でした。本当にありがとうございました。

★金城寛作 先生(豊見城市立豊見城中学校へ)

私が粟国で過ごした2年間は、地域の皆様の優しい声かけとサポートで充実していました。次は家族とまた来ます。それまで那覇でもっと力をつけ、人として成長していきます。その時まで。本当にありがとうございました。

★庭田栞穂 先生(南城市立玉城小学校へ)

1年間という短い間でしたが、この自然豊かで地域の人のあたたかい粟国島で過ごせてとても充実していました。島の行事などにも参加させていただき、いろんなことが学べました。本当にありがとうございました。



～～ 青少年功績者賞で表彰(2/28) ～～

令和元年度粟国村教育委員会スポーツ・文化表彰で、粟国中学校アグニーズが第23回ボランティア・スピリット・アワードで九州ブロック代表として全国派遣されたことで、中学2年生の与儀七星さん、糸洲わこさん、小谷杏奈さんを表彰されました。高校生では、バドミントン部所属の山城幸弥さん、新城聡斗さん、濱川大雅さんが全国大会への出場で表彰されました。みなさんの更なるご活躍を祈念致します。



地域包括支援センター 保健師だより

ロコモティブシンドロームとは？

運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態のことを表し、2007年に日本整形外科学会によって提唱された概念です。**略称は「ロコモ」、和名は「運動器症候群」と**言われます。**運動器とは、身体を動かすために関わる組織や器管のことで、骨・筋肉・関節・靭帯・腱・神経などから構成**されています。

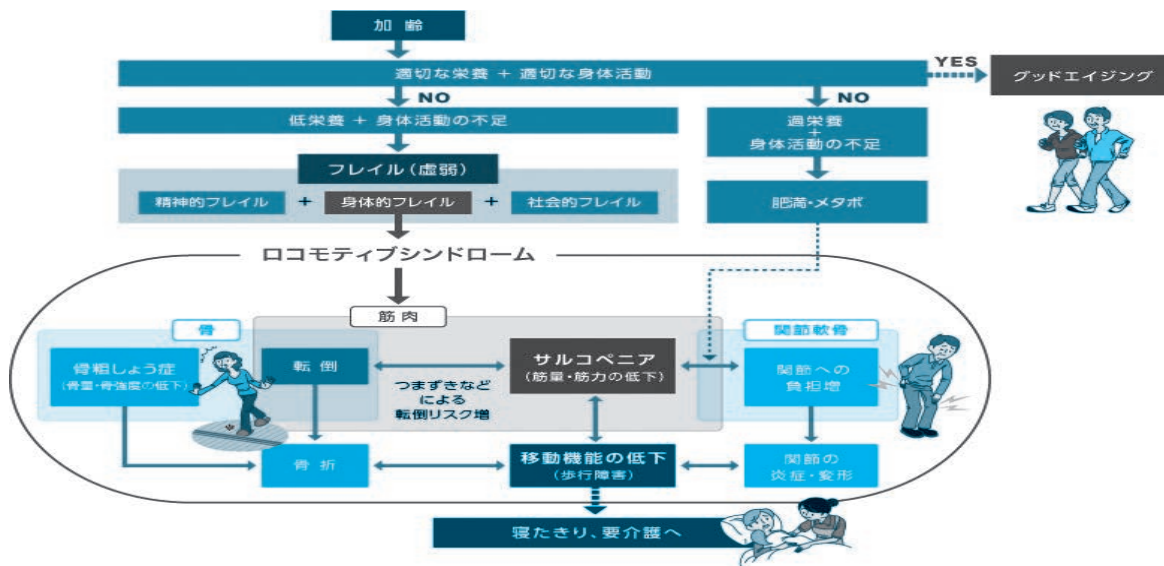
平均寿命が延びている分だけ、**運動器の健康を長く保ち続ける必要があります**、国民一人一人が**運動器の健康維持**に対して関心を向け、**ロコモティブシンドロームを予防するための運動習慣が推奨**されています。

悪循環を生む、筋肉・骨、関節の機能低下

加齢による筋肉量の低下は、ロコモティブシンドロームの入口となります。

筋肉量が低下すれば、膝などの関節にかかる負担が増加して炎症を引き起こします。また同時につまずきや転倒リスクを高め、骨強度が低下していれば転倒した際に骨折しやすくなります。

膝痛・腰痛などの関節の炎症や骨折した場合、治癒するまでに活動量が減少するので、さらなる筋肉量の低下を招き、寝たきりや要介護へ移行するリスクが高まります。



次回は **ロコモの原因や症状** についてです！！

栗国診療所 診療時間

	月	火	水	木	金	土日
午前受付 8:30～11:30 診療 8:30～12:00	○	○	○	○ (血液検査)	○	休診
午後 14:00～17:00	特殊外来	老人ホーム	特殊外来 予防接種	訪問診療	特殊外来	

沖縄県立南部医療センター・こども医療センター附属栗国診療所 電話 988-2003 ※時間外は 119 番へ

- ①一般外来は午前診療のみであり、受付は11:30までですが、巡回診療にあたる日には10:00までとなりますので、島内放送で確認の上、早めの受診を心がけて下さい。
- ②午後診療は特殊外来（専門医巡回診療・外科処置・禁煙外来・健康診断）および地域診療（老人ホーム・訪問診療・予防接種・会議など）となります。受診の希望がある場合には診療所まで連絡を下さい。
- ③午前中に重症患者やへり搬送患者が発生した際には、一般外来を午後後に繰り下げて行います。
- ④診療内容によっては時間指定等することもありますので、電話にて確認下さい。

お知らせ

今月は **眼科** 専門医巡回診療

(完全予約制)

日程詳細は村内放送でお知らせします。



那覇警察署より感謝状

那覇警察署から令和元年度に警察業務に協力したとして、粟国村地域おこし協力隊が表彰されました。

本来なら那覇で感謝状授与式が行われる予定でしたが、新型コロナウイルス対策のため中止に。

残念ではありましたが、私たちにとって馴染み深い宮城さんから表彰状と記念品をいただき、思い出に残る表彰式となりました。



へき地保育所卒園式

第22回粟国村へき地保育所の卒園式が3月10日（火）に行われました。今年度は男の子1名、女の子2名です。毎日の先生の読み聞かせや体を動かしたり、歌をうたうのが大好きです。幼稚園での成長を楽しみにしています。



卒園おめでとう!

空き家改修ワークショップを行いました!

粟国村役場では、空き家対策の一環として、住民参加型の空き家改修ワークショップを行いました。

ワークショップの講師としては、沖縄本島で普段、家具の制作や建物リフォーム、廃材を活用したアートイベント等に取り組む大工の古我知さん、當山さん、建築士の伊佐さんの3名を迎え、全3回実施しました。

ワークショップ1回目は2019年12月21日（土）に開催し、講師からインパクトドライバーなどの工具の使い方を習いながら、縁側などで利用できるテーブル・イスづくりに挑戦しました。

2回目と3回目は2020年2月8日（土）～2月9日（日）に開催し、外壁の塗装作業、ウッドデッキ制作と、1回目で制作したテーブル・イスの塗装作業に挑戦しました。

今回のワークショップには、小・中学生も含めて延べ68名が参加し、講師からノウハウを教わりながら、楽しく作業を行いました!

今回作成したテーブル・イスや購入した工具のレンタルを希望される方は、粟国村役場総務課までお問い合わせ下さい。

また、空き家バンクへの登録も随時募集しております!

詳しくは総務課まで!!



テーブル作り。子供たち大活躍!



真剣にレクチャーを受けてます。



みんなでウッドデッキを作りました!



ウッドデッキ完成!



将来は大工さんかな?



外壁をペンキで綺麗にしました。

運転免許証更新のための 特定任意講習について



日時：令和2年4月9日(木) 午後5時～

場所：東ふれあいセンター

対象者：70歳未満で令和2年10月31日までに
粟国駐在所で運転免許証の更新を希望
される方



この日の特定任意講習を受講しないと粟国村駐在所での免許更新をすることができません。受講できない方は沖縄免許センターで運転免許更新をすることになります。

特定任意講習の受講を希望される方は、4月8日までに粟国村役場総務課にて、運転免許証をご持参の上受講申請書のご記入をお願いいたします。

(担当：総務課 上原)

国民健康保険証(国保証)の特定健診受診券について(お知らせ)



国民健康保険証(国保証)は、「特定健診受診券」と下記のとおり1つとなっており、特定健診は無料で受診することができます。

特定健診を受診するときは、必ず国保証を提示して下さい。受診医療機関が健診を受けた日付を記載し、受診済みとわかるようにします。

① **特定健診の受診券となる部分です。**
40歳未満の方は、***と表示されます。



「基本健診」 診察、血液、尿検査などの基本な健診です。
「詳細健診」 前年度の結果をもとに、医師が必要と認めた方に対して行う心電図・眼底検査などの詳細な健診です。



※国保証と受診券は、切り離すと国保証として利用できなくなります。
※特定健診の無料受診は年に1回のみとなります。

特定健診は必ず受けて下さい！！
日頃の生活習慣病を振り返る年に一度のチャンスです！！



村長日程表

R元年12月

1日	13:00	N A H Aマラソン開会式及び関係者レブション
2日		帰村
11日		那覇へ
12日	16:30	沖縄県離島海運振興(株) 第40期定時株主総会
14日		第43回全国育樹祭
16日		帰村
18日	13:30	粟国村民生委員・児童委員 委嘱状交付式
25日	12:30	来訪 防災危機管理課
	13:30	来訪 タイハツディーゼル(株)

R2年1月

7日	11:30	製糖工場 安全祈願及び搬入式 那覇へ
8日	15:00	沖縄県町村会 市町村長研修会
	17:00	沖縄県町村会 令和2年年始会
9日	18:00	第37回南部振興会表彰式・祝賀会
		令和2年南部地区関係団体合同新年懇親会
10日		帰村

	13:30	来訪 粟国村生活研究会加工部
11日	15:00	令和2年新年会及び成人式
14日		那覇へ
15日		令和元年度 町村長視察研修 奈良市視察 三郷町視察
16日		明日香村視察
17日		帰村
18日		帰村
22日	10:00	来訪 粟国小学校5年生 離島体験交流学習発表会(首長発表)
	14:00	来訪 人権擁護委員
23日	14:00	来訪 具志堅設計
	16:00	来訪 粟国小中学校 リコーダー部全国大会出場・表彰報告
		那覇へ
27日		帰村
28日	14:00	介護保険広域連合運営会議
	16:30	南部離島町村長議長連絡協議会 定例会
30日	13:30	沖縄振興会議
	14:00	沖縄振興市町村協議会
31日		帰村

令和2年度 高校育英貸与奨学生 および 高等学校貸与奨学生の募集について

公益財団法人沖縄県交際交流・人材育成財団では令和2年度の高校育英貸与奨学生および高等学校貸与奨学生を募集いたします。

- 1 募集内容：令和2年4月に高等学校、専修学校高等課程などに在学している生徒を対象とする奨学生の募集。
- 2 応募資格：①沖縄県内に住所を有する者の子弟、②令和2年4月に高等学校、専修学校高等課程などに在学している生徒 ※①及び②の条件を満たす者。
- 3 申込方法：出願書類を学校から受け取り、学校が定める提出期日(概ね4月中旬頃)までに学校へ提出。
- 4 問合せ：在学している学校の奨学金担当者。

問合せ先 /

〒901-2221 沖縄県宜野湾市伊佐4丁目2番16号

公益財団法人沖縄国際交流・人材育成財団 担当：奨学課

TEL：098-942-9213 FAX：098-942-9220



国家公務員採用試験のお知らせ

■国家公務員採用総合職試験(院卒者、大卒程度試験)

受付期間	*インターネット 3月27日(金)～4月6日(月)
------	------------------------------

■国家公務員採用一般職試験(大卒程度試験)

受付期間	*インターネット 4月3日(金)～4月15日(水)
------	------------------------------

■国家公務員採用一般職試験(高卒者、社会人(係員級)試験)

受付期間	*インターネット 6月22日(月)～7月1日(水)
------	------------------------------

☆受験資格等については、下記にお問い合わせください。

問い合わせ先：人事院沖縄事務所 調査課 試験担当
TEL(098)834-8400

☆人事院ホームページもご参照ください。

「国家公務員試験採用情報NAVI」

<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>

令和2年度南部振興会奨学生(貸与)について

一般社団法人南部振興会では南部地域の人材育成を目的とし、成績優秀でかつ経済的困難な大学生を対象に奨学資金の貸与を行なっています。令和2年度も募集しておりますのでお気軽にお問い合わせ下さい。

- ① 募集定員 12名以内
- ② 市町村推薦人数 1名
- ③ 応募締切 令和2年4月17日(金)
- ④ 貸与額 県内月額40,000円
県外月額50,000円
- ⑤ 募集要項 粟国村役場総務課までお問い合わせ下さい。

月刊 ちおどんどん

Vol.13

地域おこし協力隊が『今月の活動ニュース』と心ときめく日々の出来事をご紹介します!!

Topic.1 沖縄県離島体験交流促進事業「事業評価会議」に参加しました

昨年、観光協会のサポートで入った「離島体験交流促進事業」を担当することとなり、事業評価会に参加しました。各離島の報告と、課題別に分かれて話し合いをするワークショップがあり、「3年後の目標・1年後の目標・島に戻って自分がすぐに行動すること」をまとめて発表をしました。これまでの交流体験を踏まえ、関係者の方々と一緒により粟国島の魅力が本島から来る子どもたちに伝わるような離島体験を目指したいと思います！（金村）



Topic.2 沖縄本島へ「居場所」づくりの視察に行ってきました！

高齢者や子どもの集まる場所作りをするうえで、今回は子どもの居場所の視察に那覇市・糸満市へ勉強しに行ってきました。新型コロナウイルスの影響で、実際に開催している所の視察はできなかつたのですが、それぞれが開催する現場やイベント、安心安全に行う基準を関係者から学ぶことができました。その中で、地域の美化活動を目的に子どもの集まる場所を利用して植物を育てている所もありました。地域に合った空間が今後できたらと思います。（和田）



隊員たちの日々是好日



小型車両系建設機械の特別講習を受講し、ユンボに乗れるようになりました。できなかったことが1つ1つできるようになることで、可能性も広がります。いくつになっても挑戦する気持ちを忘れない自分で在りたいです。



移住定住促進・地産地消担当
上原 梓子



この間粟国に来てはじめて粟国島灯台まで行きました！さわやかな純白の灯台と海を望む景色がなんだか異国に来た気分になりました。写真は粟国島インスタグラムより。



観光振興担当
寺井 絵美子



初上陸の伊江島！沖縄に来たばかりの時に仕事で一緒になった仲間と一緒にに行ってきました。島の中央にあるタッチューは運動不足の僕には厳しい登山でしたが、頂上から見る景色の中に粟国島が見えて感動しました！



観光・福祉関係担当
和田 正司



2月の青空マーケットでスキのほうきづくりワークショップを行いました。ご参加いただいたみなさん、ありがとうございます。今後も企画をしたいと思いますので、お子さんませひ遊びに来てくださいね♪



観光振興担当
金村 千沙



加工品原料として育てている大麦が穂を抱いて元気に育っています。手作業による除草や追肥が大変でしたが、収穫まであと少し。美味しく育ててほしいです。



農業振興担当
樺山 智秋

粟国島“最新情報”更新中!!

地域おこし協力隊サイトにて、「粟国島情報」「活動報告」「イベント情報」をお届けしています！



QRコードを読み取ってアクセスしてね♡



4月 栗国村行事カレンダー・フェリー栗国運航予定

日程・日時変更の際は村内放送でお知らせします。

日/旧暦/曜日	運航予定		行事予定	日/旧暦/曜日	運航予定		行事予定
	泊発	栗国発			泊発	栗国発	
1 3/9 水	9:55	14:10		16 3/24 木	9:55	14:10	・健康相談 保健師室 9時30分～11時
2 3/10 木	9:55	14:10	・健康相談 保健師室 9時30分～11時	17 3/25 金	9:55	14:10	
3 3/11 金	9:55	14:10	・虫ん口止門 浜下り	18 3/26 土	9:55	14:10	
4 3/12 土	9:30	15:00	・清明(シーミー)	19 3/27 日	9:55	14:10	
5 3/13 日	9:55	14:10		20 3/28 月	9:55	14:10	・足腰教室 離島振興総合センター 午後1時30分
6 3/14 月	9:55	14:10		21 3/29 火	9:55	14:10	
7 3/15 火	9:55	14:10	・栗国小中学校入学式 ・足腰教室 離島振興総合センター 午後1時30分	22 3/30 水	9:55	14:10	・乳児予防接種 栗国診療所 16時～
8 3/16 水	9:55	14:10	・栗国幼稚園入園式 ・乳児予防接種 栗国診療所 16時～	23 4/1 木	9:55	14:10	・健康相談 保健師室 9時30分～11時 ・婦人科検診 離島振興総合センター 午後2時30分～3時30分
9 3/17 木	9:55	14:10	・健康相談 保健師室 9時30分～11時	24 4/2 金	9:55	14:10	
10 3/18 金	運休 (座間味村貸船)			25 4/3 土	9:55	14:10	・住民健診(特定健診)離島振興総合センター 午前7時～10時30分 午後1時～2時30分
11 3/19 土	9:55	14:10		26 4/4 日	9:55	14:10	・住民健診(特定健診)離島振興総合センター 午前7時30分～9時 ・第25回青空マーケット
12 3/20 日	9:55	14:10		27 4/5 月	9:55	14:10	
13 3/21 月	9:55	14:10		28 4/6 火	9:55	14:10	
14 3/22 火	9:55	14:10	・足腰教室 離島振興総合センター 午後1時30分	29 4/7 水	9:55	14:10	・昭和の日
15 3/23 水	9:55	14:10	・乳児予防接種 栗国診療所 16時～	30 4/8 木	9:55	14:10	・健康相談 保健師室 9時30分～11時

※10日は、栗国行きの荷受けは、行いませんので、ご了承下さい。

<p>村運営バス・デマンド型乗合タクシー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アニー号(コミュニティバス) 港の発着時刻に合わせて停留所を定期的に運行します。 ・りかりか号(デマンド型乗合タクシー) 予約して乗り合って目的地へ送迎します。 <p>利用時間 8:30～17:30 受付時間 8:30～17:00 電話 080-9852-7362</p> <p>利用したい時間の30分前までご連絡下さい。 上記以外の時間帯やバス・タクシーに関するお問い合わせ 電話 098-988-2016</p> 	<p>船舶へのお問い合わせ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栗国村船舶課(7:30～17:15) ☎ 098-988-2495 ・那覇船舶事務所(8:00～17:00) ☎ 098-862-5553 <p>*船内持込手荷物は、お一人様10kg未満に限らせていただきます。その他のものはコンテナに預けて下さい。</p> <p>消費生活相談窓口</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栗国村民生課 ☎ 098-988-2017 ・消費者ホットライン ☎ 0570-064-370 	<p>ヘリタクシー乗り合いのお問い合わせ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘリタクシー乗り合い利用受付は前日から役場総務課までご連絡ください。 <p>電話 098-988-2016</p> <p>1フライト 那覇⇄栗国 22,000円 (5名 350kg 以内)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・土・日・祝日や貸切りの連絡はエクスセル航空へご連絡ください。 <p>電話 098-857-7563</p>
--	--	--

栗国村携帯通信活用情報システム

- 船舶情報 ●防災情報 ●役場からのお知らせ
- お魚情報 ●航空情報 ●観光情報
- 特売情報が届くようになります。QRコードを読み取ってご登録下さい。



納税について

※納め忘れのないよう、よろしくお願ひします。
※納付期限を過ぎた納付書は金融機関でお取扱いできませんのでご注意ください。

*栗国村役場では、税金や各種料金は納付忘れが気にならない郵便局の口座引き落としをすすめています。次の税金や各種利用料がゆうちょの口座から引落が可能です。

軽自動車税(納付期限) **4月30日(木)**
固定資産税 第1期(納付期限) **4月30日(木)**

- ①固定資産税 ②軽自動車税
- ③住民税 (担当:総務課 ☎988-2016)
- ④国民健康保険税 ⑤後期高齢者医療保険料 (担当:民生課 ☎988-2017)
- ⑥上下水道料 ⑦村営住宅使用料 (担当:経済課 ☎988-2258)

通帳と届出印、納税通知書や支払い済みの領収書をお持ちの上、郵便局で申し込み手続きをお済ませ下さい。
不明な点は、それぞれの担当課にお問い合わせ下さい。
栗国村内であれば栗国郵便局(988-2004)でも対応可能です。