

★ 地域や職場の健康づくりを応援します! ★ ～がんじゅうさびら表彰制度の紹介～

「がんじゅうさびら表彰」を知っていますか?



沖縄県健康づくり表彰(通称:がんじゅうさびら表彰)は、官民一体となって取り組む「健康長寿おきなわ復活プロジェクト」の一環として、平成28年に創設されました。職場や地域で積極的に健康づくりに取り組む団体の中から優れた事例を選定し県知事表彰を行っています。

この表彰制度は、職場の従業員に向けた健康づくりを実施する事業所を対象とした「事業所部門」と、地域に根ざした健康づくりを実施する地域団体を対象とした「地域活動部門」の2つで構成されています。これまで、21の事業所と19の地域団体が表彰され、その身近な活動を通じて、県民の皆さまの健康づくりのサポートにつながっています。

令和4年度表彰式



事業所部門

地域活動部門

令和5年度(第8回)表彰の募集を開始します!

県では、地域や職域のつながりを活かし、社会全体で健康づくりに取り組む環境整備を進めています。引き続き、取組を募集しますので、ぜひご応募ください。一緒に、健康長寿おきなわ復活に向けた健康づくり活動の輪を広げていきましょう。



HP

募集期間:令和5年4月14日(金)～7月31日(月)
応募方法:応募用紙、必要書類を下記申込先へ提出(郵送またはメール) ※自薦、他薦を問いません
申込先:〒900-8570 那覇市泉崎1-2-2 沖縄県保健医療部健康長寿課
メール: aa030320@pref. okinawa.lg.jp

令和4年度(第7回)受賞者の取組の紹介

事業所部門	グランプリ	SCSKニアシオアシステムズ株式会社 ワーク・ライフ・バランスのその先へ! 「ワーク・ライフ・ハピネス」を実践中 健診受診率100%、産業医・看護職による判定結果フォロー、社内健康イベント開催
	準グランプリ	ANA沖縄空港株式会社 空の安全を支えるのは社員の健康! 幅広い取組でアプローチしています 健康管理室スタッフによる体制(感染症対策、運動、適正飲酒、メンタルフォロー) とくだ歯科クリニック 院長が実感した食生活の改善による幸せを患者さんや職員にも広げる 食事に関する勉強会、継続的な運動習慣の実践、健康診断・婦人科健診受診率100%
地域活動部門	グランプリ	宜野湾市健康づくり推進員 美らがんじゅう体操で脱メタボ! 子どもから高齢者まで気軽に楽しく 「美らがんじゅう体操」の普及活動(各地での実施)、ウォーキングDay(毎週1回)
	準グランプリ	沖縄剛柔流拳志会空手道古武道総本部 長寿県沖縄を取り戻したい! 空手道と古武道で心身ともに健やかに健康増進のための出前講座(棒体操、古武術)史跡・遺跡巡りによるウォーキング

問い合わせ

健康長寿課 電話:098-866-2209 FAX:098-866-2289

広告

県の動き 1

登下校中の子ども達を 犯罪から守ろう!

地域ぐるみの見守り活動とその効果

登下校の見守り活動は、学校を中心に、保護者やPTA、地域住民、行政、警察等が一致団結して連携・協働し、地域全体で取り組むことが重要です。

一人一人ができる範囲で、子ども達や地域へ目を向け、見守り活動を実施することで、犯罪や事故が起きにくい環境をつくることができます。



ボランティアと連携した登下校見守り



幼稚園での防犯講話

通学路等における安全対策の取組

県警察では

- 登下校時間帯における重点的なパトロール、ボランティアと連携した見守り活動
- 宅配業者や郵便局など、多様な担い手による見守り活動の推進
- 学校、保護者、地域住民等への不審者情報の提供※
- 危険予測・回避能力を身に付けさせる実践的な防犯教育の推進などの取組を強化しています。

※県警察では、「安心ゆいメール」による犯罪情報や不審者情報、YouTubeチャンネルによる「いかのおすし」防犯動画を配信しています。



「いかのおすし」 安心ゆいメール 防犯動画



「子ども110番の家」とは

危難に遭遇した子どもを一時的に保護するため、一般住宅や事業所等を「子ども110番の家」として委嘱し、目印として看板を設置しています。

お子様と一緒に、通学路や近所の「子ども110番の家」を確認してみましょう。

問い合わせ

県警察本部 生活安全企画課 電話：098-862-0110(代表)

県の動き 2

高齢者にも増加中! 通販販売の定期購入トラブル

近年、65歳以上の高齢者から通信販売に関する相談が増加しており、令和3年度は339件もの相談が寄せられました。

よくある事例



通信販売でサプリメントが「お試し価格」と初回のみ格安で販売されていたので、試しに1回だけのつもりで購入した。すると、複数回購入が条件の定期購入契約となっていて高額請求を受けた。

解約受付は電話のみとあるので、何度も電話をかけているが話し中で一向に繋がらず解約できずに不安だ。

Point

- ・通信販売はクーリング・オフの対象ではなく、定期購入が条件であることに気づかず注文したとしても一方的に解約は出来ません。
- ・「初回のみ無料」「お試し価格」等の宣伝に飛びつかず、申込前に必ず支払総額・解約・返品等の条件を確認しましょう。

購入前の「最終確認画面」のチェックリスト

- 定期購入が条件になっていませんか?
- (定期購入が条件になっている場合) 継続期間や購入回数が決まっていますか?
- 支払うことになる総額はいくらですか?
- 解約の際の連絡手段を確認しましたか?
- 「解約・返品できるか」「解約・返品できる場合の条件」(返品特約)、解約条件を確認しましたか?
- 利用規約の内容を確認しましたか?
- 「最終確認画面」をスクリーンショットで保存しましたか?

相談窓口

消費者ホットライン 188(いやや!)まで
最寄りの消費生活センターにつながります。または、

県消費生活センター

TEL:098-863-9214

受付時間:平日9時~12時、13時~16時

問い合わせ

県消費生活センター 電話:098-863-9214 FAX:098-863-9215

あの作品のロケ地へGO!



美ら島ロケ地めぐり



数多くの映画やドラマ作品でロケ地になっている沖縄。
ロケ地となった市町村の魅力を再発見しよう!!

Spot



石垣島鍾乳洞

石垣島最大級の鍾乳洞。内部は見学可能(有料)で、鍾乳洞の自然美を堪能できます。

Shop



石垣市特産品販売センター

市の中心部に位置するユーグレナモール内にあり、島の特産品が豊富に揃います。

View



かひらわん 川平湾

石垣島の北西海岸にある入り江で、透明度の高い海と白い砂浜、緑の小島が描き出す風景は美しく、島内随一の景勝地として知られています。潮流が強いため遊泳禁止ですが、グラスボートで海中の景観を楽しむことができます。

今回のロケ地作品



©2022 手カプロダクション

ていだ
いつか太陽の下を歩きたい
(2022年)

東京で人に裏切られ、生きていくことに疲れてしまった主人公が、そこから逃げるように石垣島にたどりつきます。島の自然や人の温かさに触れ、再び人を信じ、人として成長していく姿を描いたヒューマンサスペンスです。

協力:OCVB
沖縄フィルムオフィス

☆ 石垣市のお土産

石垣島牛マヨ



石垣島の特選牛肉が贅沢に入った手作りマヨネーズソース。旨味の染み込んだひき肉が入っていてご飯に乗せてそのまま食べられます。

八重山諸島の中心
日本最南西端の市

石垣市は、石垣島をはじめとした周辺の島々からなる日本最南西端の市です。なかでも、沖縄本島から南西約430km、飛行機で約50分の距離にある石垣島は、周囲約140km、面積は約220平方キロと、県内では沖縄本島と西表島に続く3番目に大きい島で、八重山諸島の中心的な存在です。県内最高峰、標高526mの於茂登岳(おもとだけ)をはじめとした雄大な山々と、エメラルドグリーンの海が輝く豊かな自然を有しながら、サトウキビ畑やパイナップル畑、牛がのんびり暮らす牧場などが広がります。

一方、島の南側には市街地がコンパクトにまとまり、2013年に「南(は)いぬ島石垣空港」の愛称で呼ばれる新石垣空港が開港し、沖縄本島はじめ日本の主要都市や台湾、香港とも空路で結ばれました。また「ユーグレナ石垣港離島ターミナル」は、八重山諸島の離島へ船舶でアクセスするためのハブの役割を果たしています。

広告

薬物乱用のない社会を!

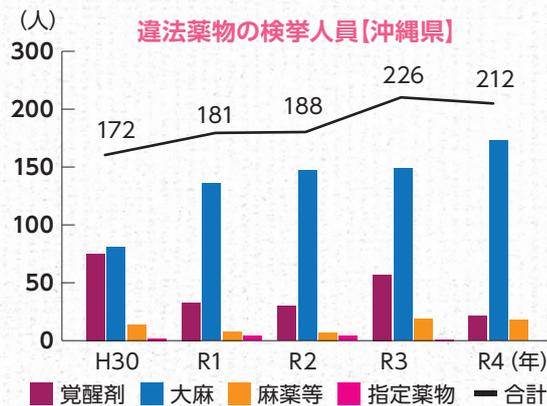
違法薬物の現状

県内における違法薬物の検挙人員は、令和2年が188人、令和3年が226人、令和4年が212人と高止まりの状況が続いています。

種類別にみると、昨年は、大麻が173人、覚醒剤が21人、麻薬等が18人で、特に大麻が全体の約8割を占めており、大麻の乱用が極めて深刻な社会問題になっています。

大麻の検挙人員を年齢別にみると、10代が25人、20代が99人、30代が24人、40代が19人、50代が6人で、10代・20代の若年層が全体の約7割を占めています。

インターネットなどで、「大麻は身体への悪影響がない」「依存性がない」などの誤った情報が氾濫していることや、一部の国で合法化されていること、覚醒剤などの他の違法薬物よりネガティブなイメージが弱いことなど様々な要因が相まって、若年層が安易に大麻に手を染める状況が窺えます。



大麻



MDMA

違法薬物の種類と危険性

覚醒剤

幻覚や妄想が現れ、中毒性精神病になりやすく、使用をやめても再燃（フラッシュバック）することがあり、大量に摂取すると死に至ることがあります。

大麻

知覚の変化や学習能力の低下、パニック等のほか、精神疾患を発症させるリスクを上昇させるなど中枢神経に影響を及ぼします。

麻薬等

コカインやヘロイン、LSD、MDMAなど様々な種類のものがあり、知覚を変化させ、幻覚や妄想が現れます。大量に摂取すると、全身けいれんを起こしたり、高体温になり死に至ることがあります。

指定薬物

中枢神経系の興奮、抑制又は幻覚的作用があり、人体に使用した場合に保健衛生上の危害が発生するおそれがある物として、厚生労働大臣が指定したものです。



違法薬物は1度使っただけでも「乱用」です。

違法薬物の使用により、血圧上昇や心疾患を発症させ、意識障害や妄想、幻覚による精神障害に陥り、殺人や強盗などの凶悪犯罪や重大な交通事故等を引き起こすことがあります。

さらに違法薬物の効き目が切れた時の苦痛から逃れるため、違法薬物による効果を強く求めるようになる「依存性」が形成され、違法薬物を繰り返し使用しているうちに同じ量では効かなくなる「耐性」も生じ、違法薬物の購入資金を得るための窃盗等の犯罪に手を染めてしまいます。

違法薬物の乱用は、乱用者本人のみならず、家族や友人等の周囲の人、更には社会全体に害悪を及ぼす重大な犯罪です。

その場の雰囲気や友達からの誘いで違法薬物に手を出してはいけません。

また、SNSを通じた違法薬物の勧誘にも応じてはいけません。

違法薬物の危険性を十分に認識するとともに、県民全員で薬物乱用のない社会の構築を目指しましょう。

問い合わせ

県警察本部 組織犯罪対策課

電話:098-862-0110(代表)

美ら島沖繩

情報ひろば

2023年4月

新型コロナウイルスの感染状況により、情報ひろばに掲載しているイベント等が**中止・延期**になる場合があります。最新の情報は各問合せ先にご確認ください。

募集

P&R定期利用者募集

ただこ浦西駅パークアンドライド駐車場の定期駐車利用者を募集しています。

●**利用料金** 1か月 3,500～5,000円

●**問合せ** 指定管理者 (株)沖縄ダイケン

☎098-870-5811



入札契約適性化委員の公募

県が発注する建設工事等の入札契約について関心を持ち、年3回程度開催される委員会で積極的に意見を述べていただける委員を募集しています。

	日	月	火	水	木	金	土
4月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23 ³⁰	24	25	26	27	28	29
5月		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

●**募集期間** 4月14日(金)

●**問合せ** 技術・建設業課HPまたは

☎098-866-2374



建設業審議会の委員募集

建設工事に関心があり、利用者の立場で積極的に意見を述べていただける委員を募集しています。

●**募集期間** 4月14日(金)

●**問合せ** 技術・建設業課HPまたは

☎098-866-2374



令和5年度貸与奨学生募集

高校・大学・大学院・専修学校等に在学中の貸与奨学生(無利息)を募集します。

●**対象者**

- ①県内に住所を有する者の子弟で、国内の高校・大学・大学院・高等専門学校・専修学校に在学する者
- ②県出身海外移住者の子弟で、県内の大

学若しくは大学院に在学する者

●**募集期間** 5月8日(月)

●**問合せ** (公財)沖縄県国際交流・人材育成財団HPまたは

☎098-942-9213



就学援助制度

経済的に厳しい家庭の保護者に対して、新入学用品費・修学旅行費・給食費などを援助する制度があります。対象者、内容は市町村によって異なります。

●**問合せ** 学校またはお住まいの市町村教育委員会



お知らせ

不正大麻・けし撲滅運動

「沖縄県不正大麻・けし撲滅運動」を実施しています。不正大麻・けしの情報がありましたら、県衛生薬務課、各保健所、沖縄麻薬取締支所、最寄りの警察署までご連絡ください。

●**期間** 5月31日(水)

●**問合せ** 衛生薬務課

☎098-866-2055

歴史的音源 検索・再生サービス開始!

県立図書館では、「歴史的音源(れきおん)」サービスを行っています。明治・大正・昭和の音楽・演説などの貴重な音源(約5万点を聴く)ができます。

●**場所** 県立図書館4階

●**利用料金** 無料

●**問合せ** 県立図書館

☎098-894-5858



ハブ咬症調査のオプトアウト

県では、ハブ咬症の疫学調査を実施しています。研究対象者に該当する方で、研究目的に利用されることを希望されない場合は、問合せ先までご連絡ください。

●**研究目的** ハブ咬症の発生防止や治療に資するため、ハブ咬症の発生状況や抗毒素使用状況等についてデータを整理・集計・分析する。

●**研究対象者** 昭和36年から令和2年3月31日までにあったハブ咬症のうち、医療機関から沖縄県へ調査票の提出があった方

●**研究期間** 令和7年3月31日(月)

●**問合せ** 衛生環境研究所HPまたは

☎098-987-8223



生活保護制度

生活保護は、最低生活の保障と自立の助長を図ることを目的として、困窮の程度に応じ、必要な保護を行う制度です。また、生活保護の申請は国民の権利です。生活保護を必要とする可能性はどなたにもあるものですので、ためらわずにお住まいの地域の福祉事務所までご相談ください。

●**問合せ** お住まいの地域の福祉事務所



はたらく人の笑顔のために

県労働委員会では、労働者個人または労働組合と会社との間で起きた労働条件などに関するトラブルについて、中立・公平な立場から無料で解決のお手伝いを行っています。申請は、労働者個人、労働組合、会社のどちらからでもできます。

●**問合せ** 県労働委員会HPまたは

☎098-866-2551





各市町村では、新型コロナワクチンの接種を実施しています。

健康な12歳以上65歳未満の方は、5月8日～8月末まで無料接種の対象外となります。重症

化予防等の観点から、早め(5月7日(日)まで)の接種をご検討ください。

※接種を希望される皆様は、お住まいの市町村の接種情報等をご確認ください。

問合せ

お住まいの市町村に確認してください。

各市町村の問合せ先一覧

令和5年度における新型コロナワクチンの接種のイメージ

	現行の特例臨時接種 = 自己負担なし		特例臨時接種の延長 = 自己負担なし	
	2022年度		2023年度	
12歳以上	3月8日開始	5月8日～8月	9月以降	
	令和4年秋開始接種 オミクロン株対応2価ワクチン	令和5年春開始接種 初回接種(1・2回目接種)を終了した以上の方が対象 ・高齢者(65歳以上) ・基礎疾患を有する方(12～64歳) ・医療従事者等 オミクロン株対応2価ワクチン 上記以外の方	令和5年秋開始接種 初回接種(1・2回目接種)を終了した5歳以上のすべての方 使用するワクチンは引き続き検討	
5～11歳	初回接種(1・2回目接種) 追加接種(3回目接種) 従来型ワクチン	基礎疾患を有する方(5～11歳)はさらに1回追加接種が可能 追加接種 オミクロン株対応2価ワクチン		
6か月～4歳	初回接種(1～3回目接種) 従来型ワクチン			

(※)3月8日以降は追加接種にはオミクロン株対応2価ワクチンを用いることになります。

求む、沖縄県

職員

あなたの考えや発想が100年後の沖縄を支えます。
むずかしい仕事です。でもやりがいがあります。
沖縄の次の時代を、一緒に創りましょう。

令和5年度沖縄県職員採用試験の募集情報をはじめ、職種の紹介や若手職員アンケートの結果(おすすめの試験対策、入庁後の感想等)などを人事委員会ホームページに掲載しています。
ぜひチェックしてみてください。

人事委員会 HP



問合せ 県人事委員会事務局総務課 098-866-2545

県の動き 4

沖縄県性暴力被害者 ワンストップ支援センター

with you おきなわ



本人が望まない性的な出来事は、性暴力です

どのような形であっても、あなたの同意なしに性的に接触することや性的な言葉や行動であなたの心や身体を傷つける行為は「性暴力」です。

年齢、相手とのあなたの関係、性別、セクシュアリティなどは関係ありません。被害を受けたあなたは悪くありません。被害の責任は、加害者にあります。もし、あなたが被害にあったら、あなたの身近な人が被害にあったら…。

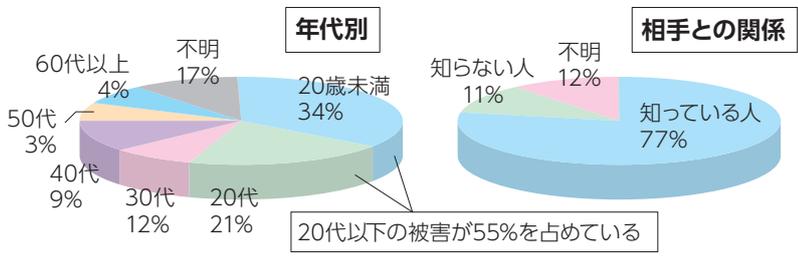
被害かな?と思ったら、誰でも相談できます。ひとりで悩まずにご連絡ください。

with you おきなわでは、性暴力被害者に対し、被害直後からの総合支援(産婦人科医療、相談カウンセリング等の心理的支援、法的支援等)を可能な限り、一箇所で提供しています。

性暴力の被害は、被害後できるだけ早い段階で適切な支援を受けることが大切です。

例えば、望まない妊娠を防ぐための緊急避妊処置は、被害から72時間以内が有効です。被害から時間が経っても受けられる支援があります。

性別・年齢、また警察への被害届の有無にかかわらず、ご相談を受け付けています。



沖縄県性暴力被害者ワンストップ支援センター相談状況
(平成27年2月2日～令和4年9月30日)

性暴力は加害者の問題です。

私の身体は私のものです。

私のことは私が決める
ことができます。



24時間 365日

電話相談を受け付けています。
(ただし、台風時は閉所)

はやくワンストップ

#8891

#8891は全国共通の番号です。
最寄りのワンストップにつながります。

(つながらない場合は
098-975-0166へ)



※「with you カード」の設置に
ご協力いただける場合は
下記問い合わせ先までご連絡ください。

問い合わせ

女性力・平和推進課 電話:098-866-2500 FAX:098-866-2589

広告

美ら島沖繩

読者プレゼント

アンケートに答えて県産品を当てよう!

アンケート

- Q1 今号をどこで手に入れましたか。または何でご覧になりましたか?
- Q2 今号の「美ら島沖繩」で面白かったページは何ですか? またその理由は?
- Q3 今号の「美ら島沖繩」で役立ったページは?
- Q4 「美ら島沖繩」で取り上げてほしい内容は何ですか?
- Q5 「美ら島沖繩」に関する率直なご意見、ご感想があればお聞かせください。

応募締切 **2023年4月30日(日)** 必着

美ら島沖繩・うまんちゅひろばのアンケートにお答えいただいた方から抽選で、**毎月10名様に県産品をプレゼント!**



ゲンキ 石垣さかい商店
八重山ゲンキ乳業ゲンキ君グッズ

石垣島で60年以上の歴史がある乳酸菌飲料「ゲンキクール」。
そんな八重山ゲンキ乳業の人気キャラクターゲンキ君のオリジナルグッズをセットで。

- | | |
|-----------------|---|
| 商品に関する
問い合わせ | 提供/ゲンキ 石垣さかい商店
TEL.0980-82-8676 |
| 応募方法 | ①上記アンケートへの回答 ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢
⑥電話番号を必ずお書きのうえ、下記の宛先までご応募ください。 |
| 宛先 | ハガキ/〒900-8570 沖縄県那覇市泉崎1-2-2 広報課あて
FAX/098-866-2467 電子メール:kouhou@pref.okinawa.lg.jp |

10名様 ※「4月号プレゼント係」と明記ください。
抽選の上、プレゼントを差し上げます。
■プレゼントの発送をもって発表と代えさせていただきます。

広報課から4月のお知らせ

県政広報テレビ番組
「うまんちゅひろば」
毎週土曜日・日曜日

「うまんちゅひろば」は新年度の放送開始に向けて、
ただいま準備中です。(4月の放送予定はありません)
5月以降の放送予定については、本誌5月号や県HP、
県公式 Twitter などでお知らせします。

「うまんちゅひろば」はYouTube
でもご覧いただけます。
チャンネル登録よろしくお願
いします!



ラジオ
県民室 県政広報ラジオ番組
「ラジオ県民室」
毎週月曜日～金曜日

- ラジオ沖縄(864KHz) 11:50～11:55
 - RBCiラジオ(738KHz)11:55～12:00
 - FM 沖縄(87.3MHz) 12:55～13:00
- ※番組編成の都合により、放送日時等変更になることがあります。

自治体広報紙配信「マチイロ」
自治体広報紙配信スマートフォン用アプリ「マチイロ」
に「美ら島沖繩」を掲載しています。「マチイロ」サイト
(外部サイトリンク)から専用アプリをダウンロードしてご覧ください。



県政出前講座

県政出前講座
実施中!

現在、108テーマの講座を提
供中! 県の職員が講師として
出向きます。詳しくはホーム
ページをご覧ください。

読者の声

復帰50周年記念事業:第32軍司令部壕の保
存・公開に向けて
第32軍司令部壕の公開に向けてとあり、壕の
中の様子を目撃したくなりました。早く公開し
て欲しいです。(那覇市)
沖縄復帰50年を振り返る 沖縄あんやたん
かんやたん
伊良部大橋開通時の袴と留袖姿で島民が祝う
姿が凄く素晴らしいのと、離島へき地の願い

が叶った様でステキな写真です。(宜野湾市)
県の動き1:新しい助成制度が始まりました!
不妊治療は時間もお金もかかり心身ともに大
変だと聞くので、このような助成制度はとて
も助かると思います。またすぐデリケートな
問題なので、専門の相談センターがあるのも
いいと思いました。(那覇市)
市町村企画:美ら島口ケ地めぐり【座間味村】
本島にいと、同じ沖縄でもなかなか離島に

行く機会もないので、この特集で座間味島の
事を知る事ができました。海がすごく綺麗で、
ぜひこの古座間味ビーチに行きたいです。(西
原町)
スキューバダイビングを始めたきっかけは今
から25年前にケラマブルーと出会ってからで
した。1月5日に座間味へ久しぶりに出かけて
島内をサイクリング。楽しい思い出がよみがえ
る内容の記事でした。(豊見城市)

広告