

心豊かで いきいきと暮らす ふるさとづくり

広報 たちとみちよう

日本最南端の町の広報誌



男子チャンピオンクラス優勝 上原ドリームスポーツ少年団



混成クラス優勝 小浜スポーツ少年団

2021年度 スポーツ少年団ミニバスケットボール

八重山地区交流大会

- 2021年度スポーツ少年団ミニバスケットボール 2
八重山地区交流大会
- ニュース&トピックス 3
- 島時間・島自慢～バガスマのオンリーワン 4

- 学校だより 6
- 地域おこし協力隊活動報告 7
- 竹富町内文化財（天然記念物）の紹介 8
- 令和4年度ふるさと応援奨学生募集のお知らせ 9
• デンサ節大会・竹富町古謡発表会の延期について
- 庁舎整備進捗状況について 10
• サロン活動で文化財見学
- 栄養マメ知識 11
- 竹富町立幼稚園・預り保育園児募集 12
- マイナポイントの対象期間のお知らせ 13
- 障害者就業・生活支援センターどりいむ 14
- 買い物代行サービスゆいまーる便 15
- 八重山警察署からのお知らせ 16

2021年 11月末現在

総人口：4,334人 (+5)
 男性：2,251人 (+5)
 女性：2,083人 (±0)
 世帯数：2,532世帯(+2)



2021年 12月号 No.468

2021年度 スポーツ少年団ミニバスケットボール 八重山地区交流大会

男子チャンピオンクラス 優勝 上原ドリームスポーツ少年団



(男子決勝写真(株)八重山日報社提供)



【男子の部】

上原69 - 31新川

上原55 - 53平真

上原71 - 35アカハチ



混成クラス 優勝 小浜スポーツ少年団



【混成の部】

小浜51 - 33北部

小浜45 - 16波照間

小浜35 - 28与那国



2021年度スポーツ少年団ミニバスケットボール八重山地区交流大会が11月13日・14日に石垣市総合体育館で開催されました。熱戦の結果、男子チャンピオンクラスでは上原ドリームスポーツ少年団が初優勝を、混成クラスでは小浜スポーツ少年団が接戦を制してみごとに優勝を飾りました。

上原チームは大原小・上原小・西表小の3校の合同で、チームとしては週末しか集まっての練習はできず、不安はありました。しかしそのハンデをものともせず見事に初優勝を飾りました。上原チーム杉村監督は、「考えるバスケットをモットーにして、練習も試合のように一生懸命に取り組んできたので結果がついてきた。チームとして本当に成長している」と話しました。

小浜混成チーム平良監督からは、「限られた練習時間の中、バスケットボールを楽しみながら日々練習に取り組んできました。今大会では試合ごとに子ども達が成長して、決勝では選手・保護者・コーチ陣が一体となって掴んだ勝利でした。あらためて子ども達の可能性は無限大だなと感じました」とコメントをいただきました。両チームとも本当におめでとうございます。

「竹富町と沖縄県行政書士会との包括的連携に関する協定」締結式

10月20日竹富町と沖縄県行政書士会が包括的連携に関する協定を結びました。この協定は未曾有の感染症や災害時に町民がおこなう行政手続き（支援金申請・証明書発行手続き・許認可関連）の必要書類の作成を支援し、行政サービスの質の向上を図ることを目的としています。

西大舛町長は「今回の締結で誰もが安心安全に暮らせるふるさとづくりの推進へ確かな一歩が踏み出せた、これから2者が協力して誰一人取り残さないようサービスを実施していきたい」とあいさつし、行政書士会の白木会長は「日頃から行政サービスを受けられない町民がいる可能性もある、竹富町民の生活を向上させるため常に寄り添ってお手伝いしていきたいので積極的に活用してほしい」と述べました。



前大用安氏 沖縄県しまくとぅば普及功労者伝達表彰式

2021年度沖縄県しまくとぅば普及功労者に西表島祖納出身の前大用安さんが選ばれました。10月21日に竹富町役場仮庁舎を訪れ、西大舛町長から表彰状と記念盾の伝達授与がおこなわれました。前大さんは、1924年に祖納で生まれ、地域遺産である西表方言の保存継承に尽力し、15年かけて『西表方言集』を刊行しました。現在でも西表方言の指導と研究を伝える伝承者の一人としてとても貴重な存在となっています。

伝達表彰式で前大さんは「このような大きな賞をいただいたのも皆様のご指導ご鞭撻の賜物、今後もできる限りしまくとぅばの継承に尽力し、未来永劫にわたってしまくとぅばを残していきたい」と話していました。



八重山警察署による竹富町役場内の防犯訓練

11月12日、竹富町役場仮庁舎駐車場において、八重山警察署の職員を講師にお招きし、さすまたを用いた不審者対応実技訓練をおこないました。講師からは『役場には様々な人が出入りするため不審者の侵入も想定し、怪しいと思ったら各課職員と情報を共有して通報する体制を整えること』、『職場内に入ってくる人には全員しっかり顔を見て挨拶や声掛けをして不審な点がないかチェックすること』等を学びました。今後も定期的に防犯対策・実技訓練を実施し、職員一同、より一層の防犯対策意識の向上に務めていきたいと思ひます。





島時間、島自慢 ~バガスマのオンリーワン~

みんなの通いの場



言語聴覚士の池田先生に 口の体操を指導してもらいました。



さんクラブ豊原



先生の話に真剣に耳を傾けています



「口の濁きはありますか？
むせることはありますか？」お口の機能低下チェックをしながら、「かみかみ体操」を解説付きで行いました。

運動指導士の金城先生に
全身の体操を指導してもらいました。

百歳体操では筋力体操を行っていますが、今回は柔軟体操や認知症予防の体操などを行いました。

大原百歳体操

全身が伸びて気持ちがいい♪



頭と体の体操。手と足が考える通り動かな〜い！皆さんの元気な笑い声が響きます(^^)

上原にここ会



波照間フコンの会



体操の後の質問コーナーも大盛況！！

「腰が痛いんだけど…」「膝が…」等の色々な質問に「〇〇が固まってしまっているからこんな体操をしたらいよいよ」などアドバイスをもらい、皆さん笑顔で帰っていきました😊



感染対策をしながら、人と関わりを持つこと、会話をすること、体を動かすこと、これら続けることが大切な介護予防です。また通いの場は、地域住民がだれでも、年齢問わず参加できる場所です！ぜひ皆で声を掛け合ってください😊

上原地区では、健康づくり課の栄養士からフレイル(虚弱)予防のための、
認知症と栄養・生活習慣のつながりについて話がありました。



今年度は、保健師や栄養士も
いきいき百歳体操を実施して
いる通いの場へ伺い、健康や
フレイル予防についての話を
しています♪



生活支援
コーディネーター
内海 麗
(うつみ うらら)

♡♡♡ 支え愛で賞 ♡♡♡

リハビリ専門職の先生の派遣もやっと再開でき、体操しながらお互い顔を見合わせ
て笑顔になる姿を見てとても嬉しく思いました。
なかには、しばらく参加できなかった方もおり、「久しぶりだね、元気だった？
どうしてるかと思ってよお」と声をかける様子などもホッとする光景でした。
しばらくお休みされていた方も、ちょっと外へ出て皆さんと一緒に体操してみ
ませんか？

株式会社ジャカコン西日本(代表取締役 上運天賢勇氏)より
布マスク370枚の寄贈をいただきました!

コロナに負けずに
いきいき元気に♪
えいえいおー!!



ご寄付いただいたマスクは、いきいき百歳体操参加者に配布しています♪ありがとうございました!!



地域包括支援センターは、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための支援を行うための
高齢者総合相談窓口です。認知症、介護、介護予防、医療、福祉なんでもご相談ください
竹富町福祉支援課 地域包括支援センター TEL 83-7415(担当:田代・内海)

竹富町 学校だより

～こちらのコーナーでは、竹富町内の各学校の活動をお伝えしていきます。～

小浜小中学校 コンピュータ端末の活用

小浜小中学校では、今年度よりGIGAスクール構想で町より支給された一人一台のコンピュータ端末を活用した授業を積極的に進めています。

社会科や総合的な学習の時間では、調べ学習をして多くの情報収集をしたり、調べた内容をもとに自分の考えをまとめたりしています。

また、音楽の授業ではコンピュータ端末を活用して簡単な作曲活動をして楽しんだり、学校栄養職員によるクリスマスケーキのアンケート収集を行ったりしています。

これまでパソコンを利用する際にはコンピュータ室に移動しなければなりませんでした。教室でいつでもパソコン等を利用することができるようになり、学びの幅が大きく広がっています。

11月3日文化の日には、2年に一度の運動会を開催しました。保護者の方々のみならず、地域の方々にも多数参加して頂きました。

11月5日には、海洋教育の一環として、県の主催する地震・津波避難訓練と合わせて、避難訓練を実施し津波の襲来も想定して、ライフジャケット着用での避難を行いました。海による災害についても理解し、命をつないでいく海洋教育を今後も推進していきます。

これからの社会を生きる子ども達が主体的に学び、持続可能な島づくりに関わっていくことを目指して、多様な学び方を通して子ども達が自立できる学校教育に努めていきたいと考えています。



真剣なまなざしでパソコンと向き合う児童、生徒たち



コンピュータ端末を活用した授業



みんな揃って、ハイポーズ！

運動会



津波の襲来も想定して、ライフジャケット着用する児童たち



机の下に避難する生徒たち

避難訓練

地域おこし協力隊活動報告

《 鳩間島 》 エネルギー再利用システム開発

船越 義正 / 瀧田 翔太

暑さが落ち着いてきたかと思うと太陽がしっかりと顔を出したらまだまだ暑い日もある鳩間島です。沖縄本島の中城にある消防学校へ消防団初任者修に行っていました！

竹富町消防団鳩間分団に入隊し、今回の機会を頂きました。消防学校では毎日6:30起床からの点呼・朝の清掃・日中いっぱい訓練を行って22:30には就寝という生活を送り、消防の基礎を叩き込ん

で頂きました！離島という地で万が一有事があった場合、最前線で行動を行う消防団員の存在がいかに重要であることを認識し、我々消防団がいることにより少しでも島民の方々に安心感を与えられる存在にならなくてはと思えるとても有意義な時間でした。

鳩間小中学校での避難訓練も予定されていますので、協力隊・消防団員としてできることをしっかりと行ってまいります！



《 庁舎勤務 》 移住定住係

久保田 舞

オンラインではなく、リアルな移住相談会も開催されることになり、私も参加してきます。相談会では移住希望者から「竹富町にはどんな仕事があるのか」と質問されることが多く、短期の季節工を探している方もいます。今はサトウキビの求人を見かけるため、移住相談会で積極的に紹介しようと思っています。農業以外にも、宿泊業や福祉系などさまざまな求人を集めたいので、募集中・今後募集予定の方はぜひ私まで声かけしていただくと嬉しいです。また移住相談会では竹富町の暮らしについて、いいところ、大変なところも含めて、具体的にイメージしてもらうことを心がけています。

《 西表白浜 》 「海人の家」運営管理

鄭 彰彦

2021年最後の今月、とても良い一年の締めくくりができそうです。海人の家も時代の変化に合わせて着実に進化しています！コロナの波によってゲスト数の変動はありますが、体験滞在交流施設としてできることが着実に増えているのです！海人の家ができるようになったことは、開催次第、皆さまにもお伝えしたいと思います。実施する日を想像すると、今からワクワクする気持ちが抑えられません。

地域おこし協力隊・集落支援員の Facebook 始めました！

日常的な活動、地域の魅力、地域活性化事業等を発信します。ぜひご覧ください。



URL : <https://www.facebook.com/taketomi.chiikiokoshi>

竹富町内文化財(天然記念物)の紹介

教育委員会社会文化課では、「YouTube」を開設しました。
初投稿として「第19回竹富町民俗芸能発表会」を投稿しております。
教育委員会ホームページかQRコードから視聴できます。



～ 星立天然保護区域 ～

星立集落後方の金座山に自生するヤエヤマヤシの群落から浦内川河口にかけて発達したマングローブ林が天然保護区域に指定されています。マングローブ林内には、メヒルギ、オヒルギ、ヤエヤマヒルギ、ヒルギモドキ、ヒルギダマシなどが生え、その外側にシチトウイ、ヒルギカズラ、シイノキカズラ、ヒトモトススキ、イリオモテシャミセンヅルなどが生えています。また、泥地には中国南部、インド、マレーシアなどの熱帯系海岸地帯に自生し、台湾にはみられないワラビ科のミミモチシダが群生しています。

国指定天然記念物

指定年月日：1972年 5月15日



～ 船浦のニッパヤシ群落 ～

西表島西部、船浦湾にそそぐヤシ港川下流のマングローブ林内にニッパヤシの自生地があり、天然記念物に指定されています。ニッパヤシは西表島を北限とする1属1種の熱帯性ヤシ科の植物で、泥の中に地下茎を走らせ、そこから直接大きな葉柄を出して生えています。主にフィリピン、マレーシアなどの熱帯地方に分布するもので、台湾にはなく、日本では本地域と内離島でしかみることのできない貴重な植物です。

国指定天然記念物

指定年月日：1972年 5月15日





令和4年度 ふるさと応援奨学生募集のお知らせ

大学・専門学校等を卒業したのち竹富町内及び竹富町役場において専門的資格の必要な職業(専門職員)を目指す方の修学に必要な資金を支給することを目的とした奨学生を募集します。専門職員とは、幼稚園教諭・保健師・看護師・保育士・管理栄養士・介護士その他、専門的な資格を持っている方をいいます。給付された奨学金は原則、返還の必要はありません。

募集期間：令和3年12月1日(水)～令和4年1月28日(金)

対 象：竹富町に1年以上住所を有する者の子、又は扶養にある者のうち学校教育法に基づく大学、短期大学及び専修学校専門課程等在学又は、進学予定者。

奨 学 金：月額5万円

お問合せ：竹富町教育委員会 総務課
☎ 0980(87)-6255

第19回デンサ節大会・第26回竹富町古謡発表会の 開催延期について

竹富町民俗芸能連合保存会ではデンサ節大会及び竹富町古謡発表会の開催に向けて協議してまいりましたが、10月29日の役員会においてデンサ節大会及び竹富町古謡発表会の開催延期が決定いたしました。楽しみにしていた地域の皆様をはじめ、関係者の皆様にはお詫び申し上げるとともに、何卒ご理解していただきますようお願い申し上げます。

過去の竹富町民俗芸能発表会・古謡発表会・デンサ節大会の動画を教育委員会ホームページ及び **YouTube** に掲載しておりますので、ご覧になれます。

(お問い合わせ先)

竹富町教育委員会社会文化課 0980-87-6257





庁舎整備進捗状況について

お問合せ先
 竹富町役場 政策推進課
 庁舎整備推進係：横目・喜久本
 TEL：0980-83-0507
 FAX：0980-82-6199

令和3年8月以降の主な取り組み

庁舎整備に関する検討委員会(令和3年8月以降)

第14回竹富町役場新庁舎整備等に関する検討委員会

日時:令和3年8月12日

- 議題:石垣庁舎関連
- ・入居団体の賃借料について
 - ・議場レイアウトについて
 - ・什器レイアウトについて
- 大原庁舎関連
- ・検討部会について

同 第15回

日時:令和3年9月8日

- 議題:石垣庁舎関連
- ・什器レイアウトについて

同 第16回

日時:令和3年10月14日

- 議題:大原庁舎関連
- ・施設整備に関する諸条件整理について
 - ・導入機能別の検討状況について
 - ・民間間活力導入に関する検討状況について
 - ・今後のスケジュールについて
- 石垣庁舎関連
- ・簡易宿泊施設運用方法の検討

大原庁舎等整備基本計画専門部会

(令和3年8月以降)

第1回 大原庁舎等整備基本計画専門部会

日時:令和3年8月19日

- 議題:①基本計画策定までの
 スケジュールについて

②専門部会の進め方について

③各所管課への依頼事項について

第2回 大原庁舎等整備基本計画専門部会

日時:令和3年10月5日～7日

議題:①全体検討状況について

②個別検討状況について

③今後のスケジュール確認

■今後の予定

現在「行政サービスの維持確保と住民の利便性の向上」を最優先に石垣庁舎の整備を進めており、令和4年度の供用開始に向け取組んでおります。また、大原庁舎等の施設整備に関する条件整理を行って参ります。庁舎整備事業により一層のご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

サロン活動で文化財見学会

11月2日小浜島を中心にふれあいサロン活動を展開している「サロンきりん」のメンバー(代表 新本美千代さん他6名)が介護予防の一環として、小浜島の文化財に興味を持ち見聞を深めるために、町指定天然記念物「コーキ原のガジュマル群落」、町指定史跡「ウティスク山遺跡」、「ユンドレースク」の見学会を行いました。昨年より竹富町教育委員会社会文化課が遺跡の周辺環境を

整備したことで、見学ができる環境が整い、同課の大盛聰主事を講師に見学会が実現しました。

見学会の帰り道に、大盛主事のミカン畑でミカン狩りを楽しみ、ちゅらさん広場で昼食をとりました。参加者の宮里涼子さんから、「自分たちの島だが、島の文化財や遺跡に対して分からない事が多くあり、実際に初めて見て学べたことが大変良かった」と話された。



町指定天然記念物…
 コーキ原のガジュマル群落



町指定史跡…
 ウティスク山遺跡

減塩のポイント

日本人は食塩を摂り過ぎており、高血圧の人が多くと前回の栄養マメ知識でお話しました。今回は減塩のポイントについてのマメ知識です。

塩味は舌で感知され、神経を介して大脳に信号が送られて、しょっぱいと感じます。塩分の多い食事をしていると、この「舌→大脳」の経路が少しの塩分ではしょっぱいと感じなくなります。逆に塩分の少ない食事をしていると「舌→大脳」の経路が敏感になり、ちよっとした塩分でもしょっぱいと感じるようになります。

減塩をすると、最初は「舌→大脳」の経路が塩味を欲しがらるのに打ち勝たなくてはいけないので一苦労です。しかし、一旦この壁を超えると塩分に敏感になり、楽に減塩することができます。

食べ方や、料理をするとき、買い物するときにと工夫して、**高血圧予防**のために減塩生活を始めましょう！
〈健康づくり課 管理栄養士〉

その塩分 不要不急です

高血圧に関する川柳と標語コンテストより
(日本高血圧学会主催)

みそ汁は具沢山で

みそ汁に野菜や海藻を入れ具沢山にすると汁の量が減らせます。また、これらの食材に含まれるカリウムは体内の余分な塩分を排出してくれます。



うま味を生かす

昆布や削りガツオ、干ししいたけの他、トマト、玉ねぎなど野菜からもうま味がたくさん出ます。塩味が少なくてもうま味があれば満足感があります。



市販品の食塩表示を確認する

市販品には食塩相当量の表示があります。なるべく食塩の少ないものやスープを残すなど工夫しましょう。

例) カップ麺の表示

食塩相当量 5.9g
(めん・かやく 2.1g)
(スープ 3.8g)



醤油は「かける」より「つける」

お刺身など食べる時には直接、醤油をかけずに、小皿に入れ少量つけるようにしましょう。



酸味や香辛料を使う

酢やシークワサー、レモンなどの酸味や生姜、にんにく、ピパーズ、など香辛料は味のアクセントになり、薄味でもおいしく食べられます。



食塩の摂取基準量(1日当たり)

男性	7.5g未満
女性	6.5g未満
血圧や血糖が高い方	6.0g未満



令和4年度

竹富町立幼稚園・預かり保育園児募集

竹富町教育委員会

幼稚園の入園申込方法 (入園時1回のみ)

- 竹富町教育・保育給付認定申請書 兼 特定教育・保育施設等入園(所)申請書(新規)
- 誓約書
- 住民票抄本
- 幼稚園が提出を求める資料(家庭状況調査票等)

預かり保育利用申込方法 (毎年度申請です)

- 竹富町教育・保育給付認定申請書 兼 特定教育・保育施設等入園(所)申請書(新規・継続・変更)
 - 認定に必要な書類(勤務証明書・自営業証明書等)
- ※詳しくは認定に必要な書類案内をご覧ください。



幼稚園・預かり保育料は「幼児教育・保育の無償化」により無償となりますが、預かりには徴収が発生します。

給食はありません。(昼食は弁当持参とします)
※必ず登園時お子さんに弁当を持たせてください。

対象幼児

2年保育生(4歳児)：平成29年 4月2日～平成30年 4月1日
1年保育生(5歳児)：平成28年 4月2日～平成29年 4月1日

申込期間

令和4年 1月18日(火)～令和4年 2月4日(金)
申込受付は各幼稚園へ (※土日、祝日を除く午後2時～午後5時まで)

問い合わせ

竹富町教育委員会教育課	0980-87-6256
はてるま幼稚園	0980-85-8254
おおはら幼稚園	0980-85-5553
うえはら幼稚園	0980-85-6754



★マイナポイントの対象期間のお知らせ★

マイナポイントの対象期間が令和3年12月末までとなっておりますのでご注意ください。
※令和3年4月末までにマイナンバーカードの交付申請をされた方が対象となります。

マイナンバーカードで 
マイナポイント

2021年4月末までに

マイナンバーカードを
申請した方は
マイナポイントがもらえる!

お好きな
キャッシュレス
決済で使える!

上限 **5,000円** 相当

付与率
25%

マイナポイントを受け取るにはマイナンバーカードを使ってマイナポイントの申込みを行い、
選択したキャッシュレス決済サービスでチャージまたはお買い物をする必要があり、
2万円の利用で上限 5,000 円分のポイントがもらえます。

※マイナポイントの対象期間を「2021年9月末まで」から「2021年12月末まで」に延長しました。

 総務省 デジタル庁

詳しくは 検索



★お問い合わせ先★

☎ マイナンバーカードに関すること

竹富町役場 町民課 町民係 (0980-83-2574)

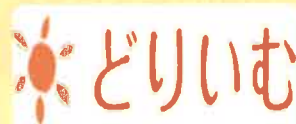
☎ マイナポイントに関すること

竹富町役場 政策推進課 情報政策係 (0980-83-0507)

竹富町福祉支援課からのお知らせです

社会福祉法人わしの里

八重山地区障害者就労・生活支援センター



障害のある方の「働きたい」を応援します。

障害者就業・生活支援センターとは？

障がいのある方に対し、就業と定着、就業に関わる生活の悩みを相談するところです。

どんな人が利用できるの？

竹富町内にお住いの障がいのある方(身体・知的・精神・発達・難病など)で働く意欲があり一般就労を希望する方、すでに一般就労されている方が対象です。

支援内容

【相談・登録】(あなたの意志を確認します。)

- ・事前にお話しをうかがいます(予約制)
- ・就労に関する希望と方向性の確認
- ・どりいむへの登録 **相談・登録は無料です**

【就職活動】(ハローワークと協力しながら、就職をサポートします。)

- ・履歴書確認
- ・面接練習
- ・面接同行 など

【見学・実習】(就職前に、必要に応じて企業の見学や実習をおこないます。)

- ・体力と適正の確認

【定着支援】(就職後も働き続けるための支援をおこないます。)

- ・定期的な職場訪問、相談
- ・安定した職業生活への支援

【ご利用について】

相談時間 9:30~17:30(月~金)

休み 土・日・祝日・年末年始

相談は【予約制】まずはご連絡ください。

☎ 0980-87-0761

☎ 0980-87-0760

✉ doriimu2011@siren.ocn.ne.jp

〒907-0023

沖縄県石垣市字石垣371番地 東アパート1階

※障がいのある方の雇用に関心のある事業主の方にも雇用相談・情報提供をおこなっています。



買い物代行サービス



新型コロナに感染するのが心配で外出ができない。外出を控えたい。介護を要する家族がいる。子どもが小さいので買い物に行けない。重たい荷物を持ってない。入院した家族の荷物を石垣島の病院まで運んでほしい。などの様々なお困りごとや買い物を代行していただけるサービスがあります。

各離島へ船積みして港までお届けします。
(対象地域：竹富町すべての地域が対象です。)



代行手数料 1,500円～

買い物合計金額が税込み15,000円を超えた場合は、合計金額の10%が手数料になります。

(例 税込 17,800円 + 手数料 1,780円 = 19,580円)

商品代金 + 代行手数料 + 貨物料金 + 銀行振込手数料 がかかります。

支払方法：銀行振込 商品と一緒に振込用紙を送ります。
船積み料金は、着払い又は元払いとなります。ご確認ください。

利用の仕方(注文方法)

受付時間 9:00～18:00(不定休)

直近の貨物船、旅客船に船積みします。旅客船の船積み時間をご相談下さい。

ご注文・ご質問は下記にお問い合わせください。

ていだくる合同会社

☎ **0980-87-0193**



LINEでもお問い合わせいただけます。

ゆいまーる便LINE注文はこちら →→→

LINE@

追加♪



お気軽にご相談ください。

竹富町役場 福祉支援課 **0980-83-7415** (直通)

八重山警察署からのお知らせ

STOP!! 飲酒運転

年末年始は飲酒の機会が増えてくることから、飲酒運転の増加が懸念されます。

飲酒運転は犯罪です！絶対にしてはいけません！

交通安全を守り、事故のない安心・安全な八重山郡をみんなで作りましょう。



ハンドルキーパー運動、飲んだらむカエル（迎える）運動、運転代行活用の推進のほか
二日酔い運転 をしないように気を配り、飲酒運転ゼロの明るい沖縄県を目指しましょう

Q 1単位って？

単位とは、お酒に含まれる純アルコール分の数え方で、20グラムが1単位になります。たとえば…

Answer

ビール	日本酒	ウイスキー
1単位 中ジョッキ1杯 500ml	1単位 1合 180ml	1単位 ダブル1杯 60ml
ワイン	チューハイ	泡盛
1単位 小グラス2杯 200ml	1単位 1缶 350ml	1単位 コップ半分 100ml ^{※1}

※1 1単位はビール5%、日本酒15%、ウイスキー43%、ワイン12%、チューハイ7%、泡盛は25%で計算しています。

Q 二日酔い運転でも飲酒運転になる？

Answer

お酒を1単位飲んだ場合、アルコールが分解されるまで4時間かかると言われています。^{※2}
 もし、3単位飲酒したら8時間の睡眠を取ったとしても、体内には、アルコールが1単位残っていることとなります。
 この状態（二日酔い）での運転も飲酒運転となり、運転免許停止もしくは、取消し処分の対象です。

気を付けよう!

※2 アルコールの分解は、体質によって異なります。

八重山警察署 ☎ 0980-82-0110