



ちよこっと スコット!!

ウィルソン・スコット Scott Wilson
2010年8月から国際交流員として、
浦添市役所国際交流課に配属される。
米国マサチューセッツ州出身

原文・和訳 ウィルソン・スコット

夏休み!

日本の夏は大分慣れているつもりです。北海道大学に留学したのは2006年の夏で、その2年後の夏は東京で仕事をしていました。そして去年の8月からは沖縄に来ています。でもいくら慣れていても、沖縄の夏はやはり格が違います。暑いですが!少しでも外に出たら、日焼け止めを付けたいといけません。先日、那覇まで歩いて行きましたが、日焼け止めを付け忘れてしまい、友達の家に着いたらもう顔、腕、体全体が真っ赤になってしまいました。私は3月頃から暑いと感じていましたが、沖縄の人も5月に入ってからやっと暑いと言いだし始め、かりゆしウェアを着け始めたので私と同じ気持ちになり、うれしく思います。

しかしどうにか沖縄の暑さに慣れてきても、どうしても慣れないものがあります。それは夏休みです。日本と少し違って、アメリカでは公立学校の夏休みは普通6月中旬から8月下旬までです。日本の約1か月の夏休みと比べたら約2倍です。児童センターの訪問で、それを生徒たちに説明すると、羨ましがられますが、アメリカ人の生徒たちはその約2か月間何もしていないわけではありません。小学生から高校生まではサマーリーディングという宿題があって、新学年が9月に始まる前に先生が選んだ本を3・4冊読んで、その本についての作文を書いたり、学校に戻ったらテストを受けたりします。それ以外にも、小中学生は数週間サマーキャンプに行ったり、サマースクールで勉強したりする生徒も多いです。

ちなみに今年は私にとって初めて夏休みがない夏なので、6月から9月まで休みなくずっと同じままとするのは少し変な感じがします。でも少なくともサマースクールに行ったり、サマーリーディングなどをしなくていいので少しホッとします。

Summer Vacation!

I'm fairly well adjusted to summer in Japan. I studied abroad at Hokkaido University during the summer of 2006, and two years later I worked during the summer in Tokyo. Last year I even came to Okinawa in August. But no matter how much I get used to it, Okinawan summers are truly on another level. It's hot! Even if you go outside for just a second, you have to put on sunscreen. The other day I walked to Naha and forgot to put on sunscreen, so when I arrived at my friend's house my face, arms, and everything else was completely burned all red. However I am happy that ever since May has started, Okinawan people have finally agreed with me by starting to say it's hot out and wearing *kariyushi*, even if I've been feeling that way since March.

But even if I do somehow get used to the Okinawan heat, there is one thing I will probably never get used to: summer vacation. American public schools are a little different from Japan, and their summer vacation usually runs from mid June to late August. Compared with the one month or so of summer vacation in Japan, it's about twice as long. During visits to youth centers, whenever I explain that difference to the students, they always get quite jealous. But it's not as though American kids are not doing anything during that two month or so period. Elementary school through high school students all have homework called summer reading. They have to read three or four books picked by their teachers before the new school year starts in September, write essays about them, and take tests once they go back to school. Many elementary and middle school students also go to summer school or summer camp for a few weeks too.

This is my first year without summer vacation, and it feels kind of weird to have to continue doing the same thing from June to August without any break. But I am a little relieved to at least not have to go to summer school or do any summer reading either.

■はくはくっていいだろ!事業

浦添市では、地域全体で子育てのお手伝いをしていくことを目的とし、生後4か月までの乳児のいる全ての家庭を助産師・保健師・母子保健推進員が訪問します。

■新生児訪問

2か月未満の乳児と保護者を対象に助産師による新生児訪問を行っています。希望される方は、親子(母子)健康手帳についているはがき(ピンクか白)を送ってください。赤ちゃんの体重測定、おっぱいの状態の確認、母子保健事業の紹介などを行います。

■母子保健推進員による訪問

新生児訪問を希望されなかったご家庭を対象に、母子保健推進員が訪問し子育て支援についての情報をお伝えしたり、お話を聞いたりしています。

■ベビースクールの案内

対象月齢	実施日時	内容	定員
5か月～8か月	6/17(金) 午後1時～午後4時	離乳食の調理実習(実習費3000円) 各時期の固さや味などを実際に確認しながら実施します。	20組

※ベビースクールの予約受付は、実施日の1か月前から3日前までとなっています。市保健相談センターまで電話予約をお願いします。

■乳幼児健康診査のお知らせ

乳児一般健康診査	
通知対象者	受付時間
生後9か月～10か月	午前9時～11時
生後3か月～4か月	午後1時～3時
	実施日
	6/12(日)

※乳児健康診査は事前に整理券の配布は行っていません。

※健康診査終了後9か月～10か月のお子様を対象にブックスタート事業として無料で絵本の贈呈を行っています。その場で絵本を紹介し、お子様や保護者の方にお好きな本を一冊選んでいただきます。健康診査後は是非ご参加ください。

1歳6か月児健康診査	
通知対象者	受付時間
1歳6か月	午後1時15分～2時15分
	実施日
	6/2(水)

3歳児健康診査	
通知対象者	受付時間
3歳6か月	午後1時15分～2時15分
	実施日
	6/1(水)
	6/8(水)
	6/15(水)
	6/29(水)

※1歳6か月児、3歳児健康診査の整理券交付は正午から行います。※場所は市保健相談センターです。※健康診査対象者には、事前に通知を行っています。

■集団予防接種のお知らせ

●ポリオ集団予防接種

日時 6/7・14・21・28
7/5(火) 午後1時～1時45分
※整理券交付 正午から
場所 浦添市保健相談センター
対象 生後3か月～7歳6か月未満

※対象者へは実施日を指定して案内していますが、当日都合の悪い方は他の実施日に変更可能です(変更申請の必要はありません)。
※予防接種を受けるときは必ず、市から届いた予防接種票と親子(母子)健康手帳を持参してください。
※対象年齢を超えると全額自己負担(約7500円)になります。

●子宮頸がん予防ワクチン・ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンの接種費用助成(無料)事業について
浦添市では平成23年4月から当該ワクチン接種費用助成事業を実施しています。

子宮頸がん予防ワクチンは、現在、全国的にワクチンの供給量が少ないため、当分の間、未接種者は接種を控えてもらい、すでに接種を行った方の2、3回目の接種を優先するようご協力をお願いします。対象者にはワクチンの供給が安定してから案内書を送付いたします。(7・8月頃予定)
ただし、案内書が届く前でも助成対象者であれば無料で接種可能ですので、接種希望者は事前に医療機関へ予約し親子(母子)健康手帳および健康保険証等(住所が確認できる物)を持参し接種を行ってください。

〈健康シリーズ〉161

タバコから卒業してみませんか?

タバコの煙には数多くの有害物質が含まれていて、がんや心筋梗塞、慢性閉塞性肺疾患などの様々な病気のリスクを高めます。タバコの害については知っているが一人ではなかなか禁煙できないという方。タバコがやめられないのは意思が弱いからではありません。タバコに含まれるニコチンによる依存症が原因です。

これまでの禁煙治療では、ニコチンガムやニコチンパッチなどのニコチンを補充することで禁煙を進めてきましたが、現在は一定の基準を満たせばニコチンを含まない飲み薬を使用し禁煙することも可能です。一人では難しいと考えている方、禁煙に少しでも興味のある方は下記の日程で講演会を行います。是非ご参加ください。

【案々々卒業講座】
日時: 6月22日(水) 午後2時30分～4時
場所: 浦添市保健相談センター 大ホール(2階)
講師: 永吉 奈央子氏(徳山クリニック 禁煙外来担当医師)
料金: 無料
※詳しくは、保健相談センター健康対策係までお問い合わせください。

【事業の実施期間】
平成23年4月1日～平成24年3月31日
【お詫びと訂正】
4月下旬に、検診対象者に送付しました「がん検診等受診券」において、誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。
A-4欄のウエルネスデンタルケア(電話番号)
(課) 876-6070
(正) 879-6070
B-3欄の医療機関名(番号4)
(課) 浦添胃腸科外科内科
(正) 浦添胃腸科外科医院

ギャラソーてたこ

いしみね らん(9さい)

しまぶくろ ゆい(7さい)

宮城 知佳(小6)

山川 宗太(11さい)

石新 麻帆(8さい)

Gallery Tedako
作品募集
(テーマは自由です)はがきで送ってください!
お切りは毎月12日迄 氏名・年齢をお忘れなく!
〒901-2501 沖縄県浦添市安波茶1-1-1
浦添市役所国際交流課
☎876-1234 (内線2613・2614)