



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

お父さんが来た！

8月上旬に、お父さんが沖縄に訪問してきました。一年間ずっとインターネット電話だけで会話していたから、一緒にいるのはとても楽しかったです。父は全く日本語を話せなかったの、日常生活の必要な単語を教えるのも面白い経験でした。例えばホテルのフロントでカギを要求したとき、「シューミマッセン」も言えるようになりました。前日も話しましたが、沖縄に住んで一年が過ぎ、色々慣れてきましたが、お父さんは私が慣れすぎて忘れたことをたくさん思い出させてくれました。

まずはアメリカ人は声が大きいです。バスの中でも、静かな和風のレストランでも、もともと人がいっぱいいてうるさいビザレストランでも、どこにいても彼の声ははっきり聞こえました。この一年間で私の声が小さくなったかなと思いました。またアメリカではごみの分別がありません。そのため、お父さんが燃えるごみ・燃えないごみなどをよく間違えてしまいました。さびがついたもう使えない自転車や植木鉢を、燃えるごみと一緒に出せない理由も全然わかりませんでした。路上に公共ごみ箱も少なく、コンビニなどで買ったおやつのごみは自分で持ち帰るのが不便だなといったもの大きい声で文句を言っていました、私にとってはもう普通のことだと笑いました。

その他にも、普通の習慣だと思ってしまった日本の独特な習慣を思い出させてくれました。レストランで店員を呼び出しベルで呼んだり、チップを払わなかったり、服を外で干したり、モノレールのホームで決まった位置で並んだりするのは、いつの間にかアメリカと全く違うのを忘れていました。私はいつかアメリカに帰ったら、故郷の忘れてしまった習慣にびっくりさせられるかもしれませんが、それもまた面白い経験になると思います。でもチップを忘れたら大変ですね！

Dad's Here!

My dad visited Okinawa at the beginning of August. Since we had only talked via the internet for a full year, it was great to actually be together. My dad can't speak any Japanese at all, so teaching him some necessary survival words was quite an experience too. For example, he could say "shumimassen" when he needed to get his key from the front desk at his hotel. Having lived in Okinawa for one year I've gotten used to a lot of things, and though I talked about them in the last issue, my dad reminded me of some things that I've gotten too used to and completely forgot about.

First, Americans are loud. Whether we were on a bus, in a quiet Japanese-style restaurant, or even in a pizza restaurant that was already pretty noisy, I could hear his voice clearly no matter where I was. I wonder if maybe my voice has just gotten quieter this past year? Also in America there is no separation of different types of garbage, so my dad mixed up burnable and non-burnable trash quite often. He also didn't understand why we couldn't just get rid of our our rusty, unusable bikes and plant pots and put them out with the burnable garbage. He also complained in his loud voice about how there were so few public garbage cans outside, and that it was inconvenient to carry around the trash from the snacks he had bought at convenience stores. I just laughed since it was all normal for me.

He also reminded me of some other customs that are particular to Japan that I somehow ended up thinking were completely normal. Calling over waiters or waitresses at a restaurant by using a bell, not having to tip, hanging clothes to dry outside, and everyone lining up at designated places on the platform to get on the monorail are all things that, at some point, I forgot were completely different from the U.S. I'm probably going to be surprised by a lot of customs I forgot about when I go back to my hometown in the US., but I think that's just part of the experience. Although if I forget to tip, I could end up in trouble!

浦添市保健相談センターから

☎ 875-2100 FAX875-1579

■はぐへていっこ事業

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)健康手帳に付いているはがき(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。

■マタニティスクールの案内

実施日時	内容
10/2(日) 受付 午前9時 教室実施 午後9時15分 〜正午	「私らしい妊娠・出産を目指すために」 (助産師講話) 「母乳の話 パートナースhipと子育てについて」

※親子(母子)健康手帳 筆記用具 小さめのクッションを持参してください。簡単なストレッチを行いますのでパンツスタイルでの参加をお勧めします。

■ベビースクールの案内

月齢対象	実施日時	内容
5か月〜8か月	9/9(金) 受付 午後1時 教室実施 午後1時半〜4時	離乳食の調理実習 (実習費300円) 各時期の固さや味などを実際に確認しましょう。
定員20組		

※親子(母子)健康手帳、エプロン、手ふき用タオル 筆記用具を持参ください。

※調理実習になりますので、お子さんを預ける事が難しい場合は、母子保健推進員が別室でお子さんを預かる事も出来ます。※予約受付は、実施の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	実施日
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
9/18(日)	

※乳児健診は事前に整理券の配布を行っています。
※衣服の着脱があります。替えのおむつ、おくるみを持参してください。
※健診終了後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。健診終了後はぜひ参加ください。

1歳6か月児健康診査

通知対象者	受付時間	実施日
1歳6か月〜	午後1時15分〜2時15分	9/8(木) 9/15(木) 9/22(木)

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
	9/7(水) 9/14(水) 9/21(水)

※1歳6か月児、3歳児健診の整理券交付は正午から、市保健相談センター2階で行います。※健康診査対象者には、事前に通知を行っています。

※健診予定日の都合が悪い場合は、連絡をお願いします。

■集団予防接種のお知らせ

●BCG集団予防接種のお知らせ

対象年齢 生後3か月〜6か月未満
受付時間 午後2時〜4時
整理券交付 午後1時から
●ポリオ集団予防接種のお知らせ
実施日 9/27(火)
対象年齢 生後3か月〜7歳
6か月未満
受付時間 午後1時〜1時45分
整理券交付 正午から

※場所 市保健相談センター
※予防接種を受けるときは必ず、市から届いた予約票と親子(母子)健康手帳を持参してください。

■集団健(検)診のご案内

●総合健診について

健診実施日 10/22(土)・23(日)

健診項目 特定健診(詳細健診含む)・生活保護者一般健診・長寿健康診査・国保30代一般健診・胃がん検診・肺がん(結核)検診・大腸がん検診

健診会場 市保健相談センター
健診当日の受付時間 午前8時半〜10時

予約受付期間 10/3(月)〜(金)
予約申込先 沖縄県総合保健協会
☎809・6452

予約受付時間 午前8時半〜午後4時半(正午〜午後1時は除く)

※健診を受けるには必ず事前予約が必要です。

※胃力メラ検査は集団健診では実施していません。

●婦人がん検診について

検診実施日 9/26(月)
予約受付期間 9/14(水)〜16(金)
検診実施日 10/7(金)
予約受付期間 9/28(水)〜30(金)

〈健康シリーズ〉163

ペットボトル症候群に気をつけよう

喉の渇きを癒すために、ジュースやスポーツドリンクなどの清涼飲料水を飲みすぎていませんか。特に、持ち運びに便利なペットボトルは、こまめに水分補給ができる反面、無意識のうちに糖分を多く摂り過ぎる場合があります。

「ペットボトル症候群」とは、容器そのものではなく、ペットボトルの中身に含まれる糖分の摂り過ぎにより起こることから付けられた名称で、砂糖が大量に入ったジュースなどの甘い飲料水を継続して飲むことで高血糖になり、喉の渇きや脱水症状、ひどい場合には、こん睡状態に陥ることもあります。

暑い日には特に汗をかくので水分補給が必要ですが、なるべくミネラルウォーターやお茶などの糖分が含まれていない飲み物を選びましょう。また、予防するために絶えず糖分を意識して、商品の成分表示を確認する習慣を持って、清涼飲料水と上手に付き合っていきましょう!

検診項目 乳がん検診・子宮がん検診(子宮頸がんのみ)

1回当たりの定員 乳がん検診(40人)・子宮がん検診(70人)
検診会場 市保健相談センター
検診当日の受付時間 午後1時〜3時

予約申込先 市保健相談センター
予約受付時間 午前8時半〜午後5時15分

※検診を受けるには必ず事前予約が必要です。

※乳がん検診はすでに定員に達することが予想されます。その際は、次回の集団検診を再度予約されるか、個別検診での受診をお願いします。

◎各健(検)診当日は、医療保険証または生活保護受給証明書・がん検診等受診券を忘れずにお持ちください。

ギャラリーてだこ

増村 大樹(9さい)
へんとな としき(5さい)
宮城 紗弥(10さい)
金城 日茉莉(8さい)
真栄田 海斗(小5)

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!
み切りは毎月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)