

お出かけ情報

吉無田高原で耳を澄ませて ～秋の自然の音さがし～

日 時 10月21日(日) 10時～12時30分
(受付は9時30分まで)

会 場 吉無田高原緑の村キャンプ場
(御船町大字田代 8405-24)

内 容 吉無田高原で自然の音を探してみよう

対象者 誰でも可(※当日受付のみ)

定 員 30人

持ち物 水筒、敷物、バンダナ、傘(雨天時)、
持っている人は体験カード

参加料 大人500円／中学生以下300円
(緑の村入村料を含む)

※長袖、長ズボン、運動靴など野外で活動で
きる服装でお越しください。

申込先 熊本県シェアリングネイチャー協会
☎ 070-4710-5600
FAX 0699-63-6911
Mail:ori@minamata-nature.com
(氏名・年齢・住所・当日連絡がとれる連絡先)
をお知らせください。

吉無田高原2018 スターウォッチング

日時・内容 10月20日(日) オリオン座流星群
11月17日(日) しし座流星群
12月15日(日) ふたご座流星群
19時開始～(雨天・曇天時は中止。
態度決定は当日の17時に御船町HP)

会 場 吉無田高原緑の村キャンプ場
「ゆうすげの丘」
(御船町大字田代8405-24)

内 容 季節の星空や惑星などの天体観測を
しよう！

定 員 各日ともに30人程度(要予約)

参加料 大人500円／小中学生300円／未就
学児無料※高校生以下は保護者同伴
(入村料、保険料を含む)

※当日は、冷え込む場合がありますので、防
寒対策を各自お願いします。

申込方法 電話での申込み(定員になり次第受
付終了)

町観光交流センター ☎282-4700
〔月曜のみ〕町商工観光課
☎282-1226

くらしの保健 11月 霜月

保健カレンダー

■乳幼児健診

健診名	日程	対象者	受付時間
4か月児健診	7日(水)	H30.6～H30.7月生	10時
7か月児健診	7日(水)	H30.3月生	9時
1歳6か月児健診	7日(水)	H29.3～H29.4月生	13時

■教室・相談

教室名	日程	対象者	受付時間
フツ化物塗布	7日(水)	1歳～4歳	14時30分～15時30分
離乳食教室	30日(金) ※要予約	30年9月、10月に4か月児健診を受けた方	10時
10か月児教室	16日(金)	H30.1月生	9時30分
身長・体重測定	16日(金) ※電話予約	乳幼児	13時30分～14時30分
妊婦・育児相談	随時 ※電話予約	妊婦・産婦・乳幼児	8時30分～16時30分
母子健康手帳交付	毎週月曜日 ※電話予約	妊婦	13時30分～16時30分
健康相談	随時 ※電話予約	どなたでも可	8時30分～17時15分

※会場は、すべて保健センターとなります。

☎保健センター(健康推進係) ☎282-1602

休日当番医

3日(日)	藤岡医院	内・消	☎282-0405
4日(月)	古閑整形外科胃腸科医院	内・外・整	☎284-2010
11日(日)	香田整形外科医院	整・リウ・リハ・麻	☎237-2811
18日(日)	御船クリニック	内・消	☎282-0106
23日(金)	泰泉堂牟田医院	内・小	☎282-0216
25日(日)	大久保耳鼻咽喉科医院	耳・気・アレ	☎282-3900

※当番医療機関は予告なく変更になることがあります。受診前には必ず
電話または、郡医師会ホームページでご確認ください！
※受診する際は必ず保険証をお持ちください！

あんしん納税

10月分	11月分
町県民税 3期	国民健康保険税 6期
国民健康保険税 5期	介護保険料 6期
介護保険料 5期	後期高齢者医療保険料 5期
後期高齢者医療保険料 4期	
納 期 日 10月31日(日)	納 期 日 11月30日(金)
口座振替日 10月29日(月)	口座振替日 11月27日(日)

むすばれ

氏名(旧姓)	婚姻日	住所
益田 真二 (村上) 志乃 木山 広貴 (香掛) 美咲	9月27日	福岡市 小坂倉 木佐町

うぶごえ

氏名	保護者	住所
中園 歩稀 中村 美月 渡辺 一心 坂本 紗耶 溪村 洋介 佐野 心乃花 眞柴 涼	正 義 俊 介 綾 華 亮 太 晴 輝 務 務	高 木 高 木 滝 川 上 野 滝 川 滝 川

9月1日～9月30日届出分(敬称略)
町に届出のあった希望者のみを掲載

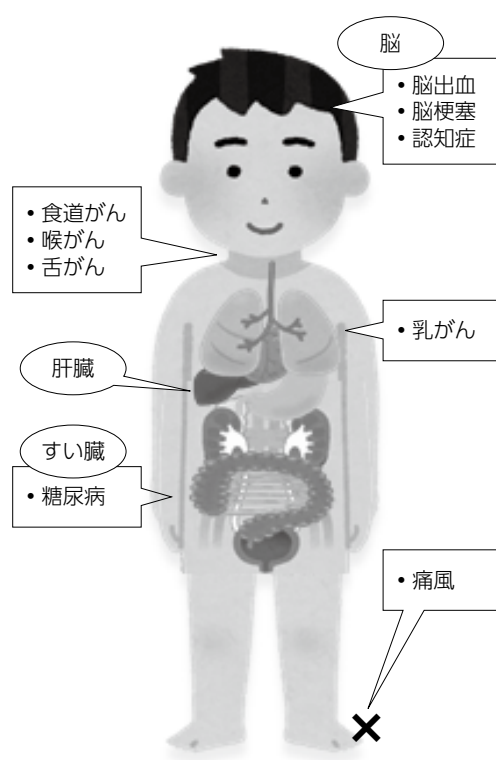
人のくらし



おくやみ

氏名(年齢)	死亡日	住所
吉澤 要八(93歳)	9月2日	上野
奥田 繁(92歳)	9月4日	滝川
野口 信義(87歳)	9月6日	木倉
篤岡 敏勝(83歳)	9月7日	滝尾
赤星 了(97歳)	9月7日	辺田見
鶴野 松男(84歳)	9月13日	田代
榊 昭男(77歳)	9月23日	滝川
吉住 茂(103歳)	9月26日	御船
西坂 輝夫(94歳)	9月26日	辺田見

お酒が身体に与える影響ってどんなものがあるのでしょうか？



脳への影響：毎日お酒を飲む習慣があると、
脳出血や脳梗塞、認知症の
リスクが高まります。

各種がん：食道や喉、舌のがんが増えま
す。喫煙者や、飲酒で顔が赤
くなる人は、特に注意が必要
です。女性は、乳がんのリス
クも上がります。

糖 尿 病：膵臓は、血糖値を下げる働きの
あるインスリンというホル
モンを分泌します。大量飲酒
は、膵臓にダメージを与え、
インスリンの分泌を減らすの
で、血糖値が上がり、糖尿病
を悪化させます。

ビールのカロリーや
プリン体が気になるときは…
日本酒や焼酎に変えると、摂
取カロリーやプリン体は減り
ますが純アルコール含有量は
増加するため、逆効果！カロ
リーやプリン体オフのビール
に変えるのはOK！

Point
健康のためには、
お酒の度数は上げないことが鉄則！

酒はホントに百薬の長！ アルコールは60種類以上の 病気の原因！？

