人のうごき

4月1日～4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

うぶごえ

氏名	保護者	住所
米村 梢（すずえ）	奏	小坂
森山 治人（はると）	浩治	辺田見
坂田 澄春（すみはる）	充	田代
島田 尚弥（なおや）	和昌	木倉
中山 俊太郎（しゅんたろう）	健太郎	豊秋
藤川 郁（あや）	雅也	御船
横山 南帆（みなほ）	雄大	御船
川部 稀子（きこ）	光穂	小坂

むすばれ

氏名（旧姓）	婚姻日	住所
本田 裕人（東）恭子	4・5	滝尾 大津町
澤野 雄伸（成松）杏	4・20	木倉 熊本市

おくやみ

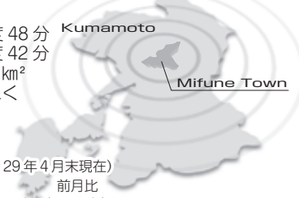
氏名（年齢）	死亡日	住所
田上 静男（88歳）	3・31	木倉
田端 縫子（100歳）	4・1	田代
前田サチ子（85歳）	4・2	木倉
坂本 敏廣（69歳）	4・3	木倉
田上レイ子（79歳）	4・6	水越
椿 ツヨ子（92歳）	4・7	御船

おくやみ

氏名（年齢）	死亡日	住所
鶴岡 弘（81歳）	4・7	田代
緒方 榮治（87歳）	4・14	辺田見
川上 佐吉（85歳）	4・15	小坂
大濱 貞子（69歳）	4・19	高木
川添 敬子（93歳）	4・20	小坂
木山 成雄（93歳）	4・21	小坂
三浦八重子（88歳）	4・23	滝川
森田ハルカ（96歳）	4・23	滝川
増永フジエ（96歳）	4・23	上野
釜賀かおる（67歳）	4・27	高木
宮村 春雄（92歳）	4・28	田代
池田タツエ（87歳）	4・29	七滝

DATA

恐竜の郷（きょうりゅうのさと） 御船町（みふねまち）



東経　130度48分
北緯　32度42分
面積　99.03㎢
町木　もっこく
町花　ふじ

人口（平成29年4月末現在）

	前月比
男	8,257人（+18人）
女	9,002人（+16人）
計	17,259人（+34人）
世帯数	7,037世帯（+24世帯）

高齢化率　32.7%

※高齢化率は、65歳以上の人が人口に占める割合です。

健康へのヒント

禁煙するといいことたくさん！

禁煙は、生活習慣病を予防する効果が最も高い方法です。たばこの害は吸う本人だけでなく、周囲の人の健康まで脅かしてしまいます。

あなたと大切な人たちが「元気にイキイキ」できるよう、自分に合った禁煙方法で、ぜひ禁煙に取り組みましょう。

☆禁煙に成功した自分を想像する・・禁煙するとたくさんの「いいこと」があなたを待っています!!

禁煙のメリット

①がんなど生活習慣病のリスクが低くなる
②運動しても息切れしなくなる
③食事もおいしくなり、胃の調子もよくなる
④歯や歯茎がきれいになり、口臭も消える
⑤体からたばこの臭いがしなくなる
⑥周囲の人から喜ばれる
⑦肌の調子がよくなり、冷えも改善される
⑧たばこ代の出費がなくなり、たばこを吸う時間が空く

☆吸いたくなったら別の行動をする・・誘惑を追い払ういろいろな工夫を実行してみましょう

- 口さびしいときは水をのむ、ガムをかむ
- 食べ終わったら早めに席を立ち、すぐに歯みがきをする
- コーヒーとセットで吸っていたなら、コーヒーをハーブティーなど別の飲み物に替える
- いつも一服していた場面で深呼吸する
- お酒を飲むときに吸っていたなら、禁煙の自信がつくまでは酒席にはでない
  出席する場合は喫煙者の隣は避けるなどの工夫をする

☆禁煙外来に行く・・薬を用いて医師のサポートを受けながら禁煙に取り組みます

お出かけ情報

わくわく化石発掘体験

日　時　5月20日㊏・21日㊐・27日㊏・28日㊐
❶10時30分～　❷13時～
❸14時30分～
場　所　町観光交流センター中庭（雨天決行）
※地震や台風で中止になる場合あり
内　容　地層には貝や植物など、たくさんの化石が眠っています。さぁ、みんなで化石を発掘しよう！
対象者　子ども（4歳～高校生）～大人
定　員　各回20人（事前予約制）
体験料　子ども500円　大人1,000円
持参品　軍手
（※ハンマー、ゴーグルは貸出し可）
服　装　汚れても良い服装でご参加ください
申込方法　町観光ホームページもしくは、電話にて受け付けています。（※当日の空きがあれば受付可）
問　町観光交流センター　TEL282-4700

御船町 観光　検索

地球生命のあゆみ

日　時　6月18日㊐
場　所　恐竜博物館2階体験交流室
内　容　地球と生命の壮大な歴史。絵巻物を作りながら学びます。
対象者　小学生以上
定　員　30人（事前予約制）
参加料　材料費100円（別途入館料が必要）
※工作を希望しない同伴者は材料費のみ不要
申込方法　電話予約や博物館ホームページにより先着順で受け付けています。ぜひ申し込みください。
問・申込先
御船町恐竜博物館　TEL282-4051

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カ月児健診	7日㊌	H29.1～H29.2月生	10時
	28日㊌	H29.2～H29.3月生	
7カ月児健診	7日㊌	H28.10月生	9時
	28日㊌	H28.11月生	
1歳6カ月児健診	28日㊌	H27.11～H27.12月生	13時
3歳児健診	7日㊌	H26.3月生	13時
	14日㊌	H26.4月生	
10カ月児教室	21日㊌	H28.8月生	9時30分

■教室・相談

教室名	日程	対象者	受付時間
フッ化物塗布	7日㊌	1歳～4歳	14時30分～15時30分
フッ化物塗布	14日㊌	1歳～4歳	14時30分～15時30分
フッ化物塗布	28日㊌	1歳～4歳	14時30分～15時30分
もぐもぐ教室（離乳食教室）	16日㊎ ※要予約	H29.5月の4カ月児健診受診者	10時
身長・体重測定	16日㊎ ※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（電話予約をおすすめします）	常時	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。

問 保健センター（健康推進係）　☎282-1602

休日当番医

4日㊋	山地外科胃腸科医院	内・外・循・胃	☎237-0003
11日㊋	たかぞえ内科循環器内科クリニック	内・消・外・胃・整	☎282-0070
18日㊋	のぐち皮ふ科医院	皮	☎237-4112
25日㊋	榊田外科医院	外・整・胃・肛・泌	☎282-6363

※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　【5月分】

固定資産税	1期
軽自動車税	全期
納　期　日	5月31日㊌
口座振替日	5月29日㊊