

お出かけ情報

わくわく体験教室  
「恐竜キーホルダーづくり」

日時 1月26日(土) 10時～12時  
(受付は11時30分まで)  
内容 プラバンに恐竜の絵を描いたあと、トースターで加熱してキーホルダーをつくります。  
対象者 誰でも可(※当日受付のみ)  
参加料 材料費100円(別途入館料必要)  
作業時間 20～30分程度  
※汚れてもいい服装でお越しください。  
会場は恐竜博物館2階体験交流室

パレオアドベンチャー  
「恐竜ウォッチング」

日時 2月17日(日) 10時～12時  
内容 博物館で双眼鏡をのぞいてみたら、どんなことが発見できるだろう普段と違った目線で博物館を楽しもう！  
受付期間 1月17日(土)～2月16日(日)  
定員 25人(定員なり次第締切)  
対象者 小学生以上  
※小学4年生以下は保護者の同伴が必要  
参加料 無料(別途入館料必要)  
申込方法 電話、FAX、当館ホームページの申込みフォームのどれかで申込み。【必要事項：参加を希望する催し物名・住所・連絡先・参加者名・年齢】を添えて申込みください。  
☎ 282-4051 FAX282-4157

あんしん納税

1月分	固定資産税	4期
	国民健康保険税	8期
	介護保険料	8期
	後期高齢者医療保険料	7期
納期日	1月31日(日)	
口座振替日	1月28日(日)	
2月分	国民健康保険税	9期
	介護保険料	9期
	後期高齢者医療保険料	8期
納期日	2月28日(日)	
口座振替日	2月27日(日)	

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	6日(水)	H30.9～H30.10月生	10時
7か月児健診	6日(水)	H30.6月生	9時
3歳児健診	6日(水)	H27.11月生	13時
	27日(水)	H27.12月生	

■教室・相談

教室名	日程	対象者	受付時間
フッ化物塗布	6日(水)	1歳～4歳	14時30分～15時30分
	27日(水)		
10か月児教室	8日(金)	H30.4月生	9時30分
身長・体重測定	8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)	御船クリニック	内・消	☎282-0106
10日(日)	泰泉堂牟田医院	内・小	☎282-0216
11日(月)	大久保耳鼻咽喉科医院	耳・気・アレ	☎282-3900
17日(日)	たなか内科眼科医院	内・眼・呼・アレ	☎235-7235
24日(日)	小糸整形外科医院	整・リウ・リハ	☎282-0050

※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！

納税場所—納付は口座振替が便利です

- 御船町指定金融機関  
肥後銀行
- 御船町収納代理金融機関  
JA上益城  
熊本第一信用金庫  
熊本銀行  
ゆうちょ銀行および郵便局(簡易郵便局)  
(九州管内、ただし沖縄を除く)  
※手数料はかかりません。
- 御船町役場

※(キリトリ線)

おくやみ

氏名(年齢)	死亡日	住所
岡部 義成(96歳)	12月27日	滝川
岩尾 妙子(94歳)	12月24日	御船
本田 フミ(93歳)	12月22日	七滝
高木 謙輔(85歳)	12月20日	木倉
八反田 昌(72歳)	12月18日	辺田見
江原 正(85歳)	12月17日	豊秋
平野 政輝(66歳)	12月12日	木倉
河野 明(89歳)	12月6日	滝尾

むすばれ

氏名(旧姓)	婚姻日	住所
中津 健太郎	12月9日	熊本市陣
(長元) 亜衣		滝川
内村 達仁		滝尾
(田中) 紗也香		滝川

うぶごえ

氏名	保護者	住所
吉川 佳秀	栄治	高木
八重樫 東吾	武	滝川
松本 月唯	陸	御船

12月1日～12月31日届出分(敬称略)  
町に届出のあった希望者のみを掲載

人のしるし

DATA 恐竜の郷 御船町

東経 130度48分  
北緯 32度42分  
面積 99.03km<sup>2</sup>  
町木 もっこく  
町花 ふじ

Kumamoto  
Mifune Town

人口 (平成30年12月末現在)  
前月比  
男 8,139人 (-22人)  
女 8,874人 (-11人)  
計 17,013人 (-33人)  
世帯数 7,047世帯 (+3世帯)

高齢化率 34.0%  
※高齢化率は、65歳以上の人が人口に占める割合です。



おくやみ

氏名(年齢)	死亡日	住所
松本 豊光(90歳)	12月27日	木倉
佐藤 翔(18歳)	12月28日	滝七
渡邊 俱子(90歳)	12月31日	倉尾

アルコール・うつ・自殺は「死のトライアングル」とも言われています。2017年、国内の自殺者数は約2万人です。自殺した方の多くは、その直前に何らかのこころの病気にかかっていたと言われます。

自殺の原因は？

原因として1番多いのはうつ病ですが、実は2番目に多いのがアルコール依存症です。さらに、うつ病の方は、約3割に飲酒問題があります。一方、アルコール依存症の方は、一般の人に比べて、約4倍うつ病になりやすいと言われています。このように、うつ病の人はお酒を飲み、反対にお酒を沢山飲んでいるとうつ病にかかりやすくなるのです。

お酒とうつ病の関係

お酒とうつ病の問題が重なると、自殺のリスクが高まります。実際に、自殺で亡くなった方のご遺体の約3割から、アルコールが検出されています。酔っぱらっていると冷静な判断ができなくなり、「もう死ぬしか解決策はない」「いっそ死んでしまいたい」など、アルコールが最後の押しをしてしまうのです。



アルコールの性質として、気持ちを落ち込ませる作用があります。イライラしたり、気持ちが沈みがちな時に、うさを晴らそうと思ってお酒を飲むと、ますます気分が落ち込む悪循環になってしまいます。一人でのやけ酒は危険です。

シラフでコミュニケーションを！

お酒を飲んだほうが本音で話せると考えている方は要注意です。お酒がないと話せなくなってしまいます。お酒の力を借りずに、普段からコミュニケーションをとることが、自殺対策としても大事です。

酒はホントに百薬の長!!

アルコール・うつ・自殺の関係