

お出かけ情報

吉無田「森の学校」 水の生まれる場所のその先めぐり

日 時 7月28日(日) ※雨天中止
【受付】9時【開会】9時30分
【昼食後解散】14時

場 所 吉無田水源 (田代)
内 容 持ってきた空っぽの水筒に吉無田水源の湧き水を入れて、さあ出発！道草しながら目指すのは肥後細川藩時代から続く旧藩有林。溪流を越えて、険しい山道を辿った先には、幹周りが何メートルもある巨木の森が待っている。ワークショップでお腹が空いたら、地元のお昼ご飯でおもてなし。

参加費用 小学4年生以上 1,500円
大人 2,500円 (昼食・保険代含む)
定 員 先着100人 (定員締切)
持参品 空の水筒、カップ等の雨具、長袖・長ズボン等のトレッキングに適した服装 (サンダル不可)
申込方法 (メール・電話・FAX) のいずれかの方法でお申込みください。

※お申込みの際は、参加者全員の①氏名②生年月日③電話番号④住所をお伝えください。(保険加入のため)
メール: aikyo.yoshimuta@gmail.com
☎ 285-2426 (ひぐらし窯) /
FAX 096-284-2516
主催 特定非営利活動法人愛郷吉無田
(詳しくはfacebookをご確認ください)

あんしん納税

7月分	固定資産税	2期
	国民健康保険料	2期
	介護保険料	2期
	後期高齢者医療保険料	1期
納期日	7月31日(日)	
口座振替日	7月29日(日)	
8月分	町県民税	2期
	国民健康保険料	3期
	介護保険料	3期
	後期高齢者医療保険料	2期
納期日	9月2日(日)	
口座振替日	8月27日(日)	

くらしの保健

8月
葉月

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)	H31.3～4月生	10時
7か月児健診	7日(水)	H30.12月生	9時
3歳児健診	7日(水)	H28.5月生	13時
	28日(水)	H28.6月生	

※対象者の人数によって、日程を調整させていただきます。

■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～5歳未満	14時30分～15時30分
	28日(水)		
10か月児教室	22日(水)	H30.10月生	9時30分
身長・体重測定	22日(水) ※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

4日(日)	熊本回生会病院	整	☎237-1133
11日(日)	田上皮フ科クリニック	皮	☎282-1112
12日(月)	大久保耳鼻咽喉科医院	耳・気・アレ	☎282-3900
18日(日)	香田整形外科	整・リウ・リハ・麻	☎237-2811
25日(日)	小糸整形外科	整・リウ・リハ	☎282-0050

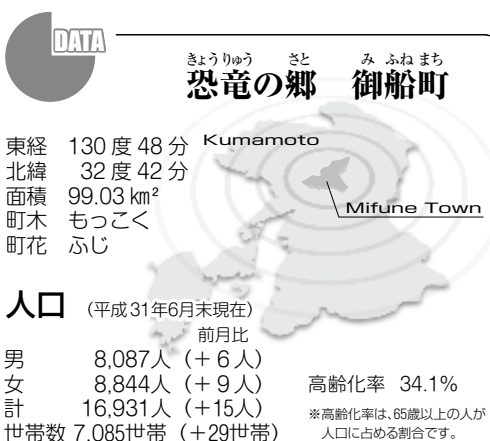
※当番医療機関は予告なく変更になることがあります。受診前には必ず電話または、郡医師会ホームページでご確認ください！
※受診する際は必ず保険証をお持ちください！

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

X(キヨトニ線)

むすばれ					うぶごえ		
氏名 (旧姓)	婚姻日	住所	氏名	保護者	住所	氏名	保護者
本村 真史 (古澤 まみ)	6.5	辺田見	盛岡 汰皇 (たみ)	将 吾	木 倉	増田 夏妃 (なつき)	潤 平
齊藤 康宏 (水野 あゆみ)	6.10	高 木	百田 拓未 (たみ)	尚 史	豊 秋	塚本 一矢 (平川 莉沙)	川 秋
堀 和久 (山田 千春)	6.14	甲佐町 秋	田中 稔久 (23歳)	上 野	尾 尾	本田 健二 (石原 由香)	山 田
宇土市	6.26	美里町 秋	御船 陣	川 川	野 尾	芥川 千枝子 (83歳)	山 田

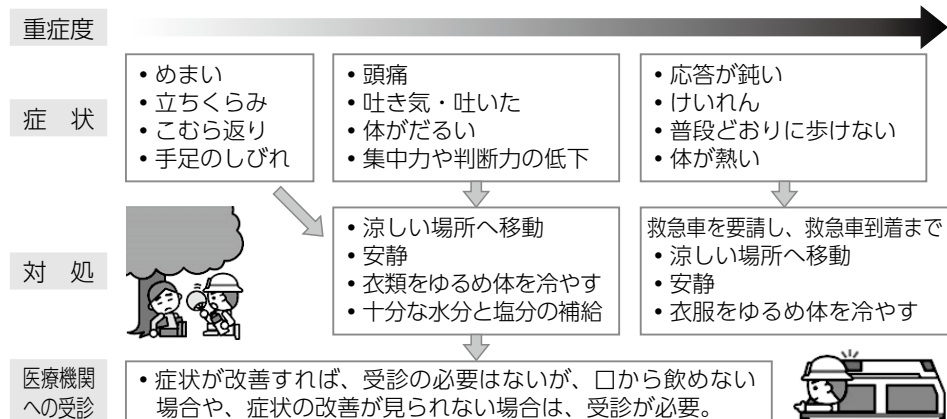


おくやみ					氏名 (年齢)	死 亡 日	住 所
芥川 千枝子 (83歳)	6.28	御 船	田中 東洋 (83歳)	6.28	辺田見	川 川	山 田
松本 眞弓子 (84歳)	6.24	七 滝	永本 マキエ (94歳)	6.23	滝 川	上 野	山 田
伊津野 榮一 (81歳)	6.22	御 船	西山 田鶴子 (85歳)	6.22	陣 陣	川 川	山 田
本田 菊男 (79歳)	6.20	滝 川	黄 檗 八郎 (63歳)	6.18	滝 川	上 野	山 田
田中 稔久 (23歳)	6.15	上 野	川端 宗雄 (90歳)	6.15	滝 川	上 野	山 田
山田 政司 (96歳)	6.15	滝 川	山田 政司 (96歳)	6.15	滝 川	上 野	山 田

熱中症とは？

温度や湿度の高い中で、体内の水分や塩分 (ナトリウムなど) のバランスが崩れ、体温の調整機能が働かなくなり、下記のような様々な障害をおこす症状のことです。
家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合があります。

熱中症の対処方法



熱中症予防のポイント

- 室温28℃を目安に、エアコンや扇風機を上手につかいましょう。
- のどが渇かなくてもこまめに水分補給！
- 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、帽子や日傘を利用する。
- 無理をせず、適度に休憩を！
- 生活習慣の乱れや (朝食を食べていない等) や体調不良 (寝れていない等) は発症の要因になります。日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！

健康へのイベント 熱中症に 「ご注意ください」

