

お出かけ情報

イベント延期・施設の休館情報

イベント情報

ONE PIECE 「ブルック像」除幕式	延期：時期未定
第2回 御船ジュラシクトレイル	延期：時期未定

施設

吉無田高原緑の村	<休館> 令和2年4月14 日～当面の間
御船町観光交流センター※	
御船街なかギャラリー	
滝川みんなの広場	団体利用のみ不可

※観光交流センターでは、休館中もお電話でのご案内を行っております。

商工観光課 ☎282-1226
観光交流センター ☎282-4700

あんしん納税

5月分	軽自動車税	全期
	納期日	6月1日(月)
	口座振替日	5月27日(金)
6月分	町民税	1期
	国民健康保険税	1期
	介護保険料	1期
	納期日	6月30日(火)
	口座振替日	6月29日(月)

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かみましき
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

くらしの保健 6月

保健センターだより

新型コロナウイルス・生活習慣病から体を守るために！

<免疫力アップする食事！3つのポイント>

低栄養や過剰栄養等の栄養不良が各種の栄養欠乏症や肥満・生活習慣病の誘因になることはよく知られています。また、新型コロナウイルス感染症のウイルスと戦ってくれる我々が持っている免疫力を維持し、更に免疫力を高めるためにも日頃からバランスの良い食事がとても重要です。今回は免疫力をアップする食事の3つのポイントを紹介します。

- ① 良質のたんぱく質で粘膜や免疫細胞をパワーアップ
肉類・魚介類・卵・豆腐
- ② 乳製品や食物繊維で腸内の善玉菌を増やして腸を元気に
ヨーグルト・乳酸菌飲料・発酵食品（納豆等）・海藻・豆類
- ③ ビタミンA(βカロチン)で粘膜を増やして喉や鼻をガード
緑黄色野菜（人参・ほうれん草・カボチャ等）



免疫力は、全身からつくり出されるものです。そして、その身体をつくっているのが食事。毎日の食事から十分な栄養を摂り、免疫細胞のエネルギーを補助する仲間たちを助けましょう。免疫力を高めるためには、バランスの良い食事以外にも清潔、適度な運動、睡眠・休息、保温・保湿、前向きな気持ち・笑顔も大事です。色々な工夫をしてこの危機を乗り越えましょう！

献血のお願い

下記の日程で、400ml献血・成分献血を実施しますので、ご協力ください。

日程	受付場所	受付時間
令和2年5月29日(金)	御船町役場1階ロビー	9時30分～12時00分 13時15分～16時00分

対象者：男性17～69歳、女性18～69歳で、体重が50kg以上の方
ただし、65歳以上の方については、60～64歳の間に献血された方に限ります。

※献血カードをお持ちの方は、ご持参ください。

献血カードをお持ちでない方は、受付時に本人確認が必要です。免許証、保険証などをお持ちください。

日本赤十字社では、感染防止対策を講じて献血を実施します。

献血協力者には、粗品をプレゼント致します。



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	3日(水)	R2.1～R2.2月生	午前10:00～
7か月児健診	3日(水)	R1.10月生	午前9:00～
	10日(水)	R1.9月生	午後1:00～
1歳6か月児健診	17日(水)	H30.8～H30.9月生	午後1:00～
3歳児健診	3日(水)	H29.1月生	午後1:00～
	24日(水)	H29.2月生	午後1:00～

■教室・相談

教室名	日程	対象者	受付時間
身長・体重測定	16日(火) ※電話予約	乳幼児	午後1:30～2:30
妊婦・育児相談	随時 ※電話予約	妊産婦・乳幼児	午前8:30～午後4:30
母子健康手帳交付	毎週月曜日 ※電話予約	妊婦	午前9:30～午後3:00
健康相談	随時	どなたでも可	午前8:30～午後5:15

※フッ化物塗布、離乳食教室、10か月児教室は中止させていただきます。

※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

7日(日)	藤岡医院 科目：内・消・小	☎282-0405
14日(日)	古閑整形外科胃腸科医院 科目：内・外・整	☎284-2010
21日(日)	熊本回生会病院 科目：整	☎237-1133
28日(日)	牟田内科医院 科目：内・消	☎282-0216

※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！



おくやみ

氏名(年齢)	死日	住所
坂田 ミツヨ (96歳)	4.27	田代
川端 フジ子 (89歳)	4.25	滝尾
沼野 皿郎 (87歳)	4.25	豊秋
齊藤 トヨ子 (87歳)	4.17	木倉
森田 ふきこ (69歳)	4.16	七滝
菅 タキ子 (87歳)	4.14	高木
北村 浩 (87歳)	4.13	田代
内村 ヒロ子 (85歳)	4.10	滝尾
藤崎 七郎 (88歳)	4.8	辺田見
竹林 クニ子 (87歳)	4.3	高木

むすばれ

氏名(旧姓)	婚姻日	住所
松本 聡一郎 (中野) 香菜 (吉永) 明日香	4.4	高木
原田 亘	4.30	益城町

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

人のくらし



DATA

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

人口 (令和2年4月末現在)
前月比
男 8,093人(+16人)
女 8,806人(+5人)
計 16,899人(+21人)
世帯数 7,162世帯(+29世帯)

高齢化率 34.5%
※高齢化率は、65歳以上の人が人口に占める割合です。

きょうりゅう さと みふねまち

恐竜の郷 御船町

Kumamoto Mifune Town