

健診カレンダー

3月

平成 29 年度特定健診・がん検診の集団健診（検診）は 4 月から始まります。
お申込みがまだの方は下記までお問い合わせください。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 6カ月児相談	4
5	6	7 母子手帳交付	8 1歳6カ月児健診	9	10 1歳児相談	11
12	13	14 母子手帳交付	15 2歳児健診	16 離乳食教室	17	18
19	20 春分の日	21 母子手帳交付	22 3歳児健診	23	24	25
26	27	28 母子手帳交付	29	30 4歳児健診	31	



お問い合わせ先

保健課 健康推進係
☎ 0986-76-8806

『心が元気になる相談室』のご案内

◎健康のこと、ご家族のことなど・・・お気軽にご相談ください！

開催日：3月27日（月）午後1時30分～ 場所：末吉中央公民館

カウンセラー：勝吉恵美子先生（臨床心理士）

連絡先 （予約窓口）	担当課・係	電話番号
	本庁・介護福祉課 福祉係	0986-76-8807
	大隅支所・保健福祉課	099-482-5925
	財部支所・福祉課（福祉事務所）	0986-72-0936

1月の子牛せり市結果

曾於中央家畜市場（1/25～1/27）
※価格は税込です。

地区名	性別	頭数（頭）	最高額（円）	kg単価（円）	平均価格（円）
曾於市	メス	250	1,764,720	2,981	825,405
	去勢	352	1,291,680	3,045	937,130
	計	602	1,764,720	3,019	890,732
曾於地区	メス	617	1,777,680	2,934	818,530
	去勢	792	1,620,000	3,018	944,516
	計	1,409	1,777,680	2,984	889,347

3月の子牛せり市は 3/27～3/29 の予定です。

連載

健康コラム

今回は…

vol.115

口呼吸は万病の元



健康推進係 歯科衛生士

「口を閉じなさい」と言われたことはありませんか？呼吸は本来、鼻でするものですが、風邪や鼻の病気などをきっかけに口呼吸に変わってしまつことがあります。口呼吸だと次のようなことが起こりやすくなります。

- ①前歯のむし歯が増える
- ②歯ぐきが腫れて歯周病になる
- ③前歯の表面が着色する
- ④口臭が強くなる
- ⑤出っ歯になりやすい
- ⑥ぼけつとした顔になりやすい
- ⑦睡眠時無呼吸症候群になりやすい
- ⑧風邪やインフルエンザにかかりやすい
- ⑨アレルギーを起こしやすい
- ⑩舌苔がつきやすい

では、どうすれば鼻呼吸に変えることができるのでしょうか？

明らかに鼻炎などの病気がある場合は耳鼻科を受診し、鼻の通りをよくしましょう。また、口の周りの筋肉が弱かったり、舌の位置がずれていると口呼吸になりやすくなります。「あいうべ体操」「パタカラ体操」などお口のトレーニングをするのも良いでしょう。子どもさんの場合、お口のトレーニングに加え、食事や寝る時の姿勢をよくすることや身体のバランスを整えることも大切です。



地域おこし協力隊
服部 晃一郎



末吉カヌークラブ 監督
安藤 正勝さん

連載
vol.11

地域おこし協力隊が行く！

実は隣のスゴイ人

どんなスゴイ人にもきつと「この人には敵わない」って人がいるはず。そんな「曾於市のスゴイ人が思うスゴイ人」に協力隊が会ってゆく、リレー型連載です！

前回のスゴイ人

「畜産と陸上 両方に全力を注ぐ先生」

西 亮介さん

の思うスゴイ人は…



末吉町とも縁が深いある競技で全国から注目を集めるクラブの指導者がいるから、会っておいでよ！



いつでも参加できるようほぼ毎日、大淀川で練習が行われています。



キツイ練習の後でも、笑顔がふれる尾上選手と松竹選手。

いきなりですが、皆さん、末吉町でマンホールを見たことがありますか？実は、カヌーが描かれているものがあるんです。そんな「カヌーの町 末吉町」で、カヌークラブを率いているのが今回ご紹介する安藤さんです。学生時代はサッカーに明け暮れ、大人になったからテニスや水泳などスポーツが好きだった安藤さん。カヌーに携わることになったのは、当時小学4年生だった娘さんが始めたことがきっかけでした。

その後、娘さんが中学校に上がる頃にカヌーを続けたくても受け入れられる場所が曾於市内にはなかったことから、現在のクラブチームを創設することに。安藤さんは関連の本を読んだり、強豪チームへの視察では指導の本を観察したりなど自身も勉強し、監督として指導することにになりました。「実は私自身、カヌーに乗ることはできないんです」と笑いながら話す安藤さん。それでも、自身のスポーツ経験を元に、メンタルの作り方や体の使い方など共有して伝えることもたくさんあったため、それらを選手に伝え続けてきました。そして、末吉カヌークラブは全国大会でも成績を残す選手を数多く輩出し、今では日本中の強豪チームから一目置かれる存在となりました。

「2020年には鹿児島県で国体があるの、そこで地元曾於市の選手に活躍してほしい。そこに向けて選手育成を頑張っています」と話す安藤さん。今後は全国、果ては世界の舞台に連れていきたいそうです。

安藤さんのバイタリティと熱意は私にとっても良い刺激となりました！今後の末吉カヌークラブの活躍にも注目です！

戸籍の窓

1月受付分

戸籍の窓では、各支所市民課で掲載依頼をいただいた方のみ掲載しています。
(※敬称略)

結婚おしあわせに

末吉

氏名	住所
萬代 将貴	都城市
濱田 のぞみ	新地



誕生おめでとう

末吉

保護者

氏名	住所
塚脇 大樹	掛寺田
前田 浩一	掛寺田
徳森 龍太	菅渡上
高吉 直也	菅渡上
佐多 誠一	宮原
蘭田 公治	上町
村上 啓貴	向江東

大隅

保護者

氏名	住所
川添 篤史	柚原
小濱 健一	陽季

財部

保護者

氏名	住所
市吉 友和	蓮花
上丸 文昭	登と翔と

おくやみ

末吉

氏名	年齢	住所
小松 たづ子	82歳	小中野
寶田 カツミ	98歳	川内丸
渡辺 豊子	72歳	川内丸
森山 ミツエ	89歳	鶴内後
古藤 修	98歳	荷原
豊留 いつ子	66歳	川内団地
迫村 宗夫	87歳	深川南
中村 幹雄	77歳	西祝井谷
大野 フチノ	96歳	菅渡東
中野 フク	94歳	口弁木
松田 忠廣	76歳	宮原
岡元 タツミ	85歳	南柳井谷
清田 勝三郎	82歳	橋野東
山之内 トキエ	96歳	丸山下
新澤津 ヒサ子	78歳	平沢津
松田 美佐子	87歳	六町南

大隅

氏名	年齢	住所
神牟禮 タミ	92歳	神牟禮
松田 シマ	94歳	あけぼの
川越 稔	86歳	あけぼの
上原 宗重	97歳	新坂元
小濱 良幸	102歳	折坂田
竹下 飯田	88歳	飯田
八木 梶	89歳	梶野
牧原 東旭	103歳	東旭ヶ丘
新原 下須田	87歳	下須田
新留 義サチ	78歳	東旭ヶ丘
山田 義夫	63歳	東旭ヶ丘
荒武 テル子	87歳	上馬場

氏名	年齢	住所
西原 ミエ	85歳	西原
西留 弘美	83歳	坂元
田中 安治	90歳	田村
幣次 マサ子	91歳	高松
佐野 幸典	74歳	鶴高
岡田 芳典	93歳	中崎
富田 満則	79歳	橋野東
丸野 戦充	86歳	内野
黒田 俊昭	81歳	高松
鶴田 チリ	89歳	谷野
吉田 安ミ	88歳	鶴井
吉丸 ヨシ子	92歳	花房
軸丸 フミ	89歳	新花房

財部

氏名

氏名	年齢	住所
徳永 義盛	88歳	新馬場
西畑 忠義	72歳	横馬場
坂口 ヒサ子	83歳	宇都
槐島 純子	65歳	西村
牧野 ヒロミ	97歳	中文字
森野 五男	79歳	今別府
西帯 ツキ	94歳	上野
前田 エチ	86歳	城山
藤安 幸夫	80歳	大良
松元 清	89歳	中正ヶ
松田 覺	80歳	正ヶ
海江田 利盛	92歳	新並
福崎 俊満	85歳	蓑原

※「住所」は行政区名・集落名を含みます。

編集後記

2月上旬に県広報コンクールの審査結果が届きました。結果は・・・広報紙部門"入選"(9月号:鹿児島弁特集)、広報写真部門"入選"(8月号表紙:暑中お見舞い申し上げます)、ウェブサイト部門"入選"でした。広報担当の鶴巣・三浦はこの結果に満足していません。これからも市民の皆さんに喜んでもらえる紙面作りに全力を注ぎ、来年こそは"特選"を取れるように頑張っています!(鶴巣)市報そおりリニューアル元年、どうにか結果を残すことができました。ですが、もっともっと曾於市の皆さんが読んでくれるような紙面にして、その結果が良いものであるよう精進します! 結果を聞いて一発目だった今回の特集は、皆さんから要望があったレシピ企画でした。私のイチオシはP8「大根と春菊のピリ辛サラダ」。春菊嫌いの私が気づかないくらい春菊感がなくて驚いたので、是非作ってみてください!(三浦)

3月の日曜・休日在宅・薬局当番医

日曜・休日在宅・薬局当番医

市外局番：末吉・財部・都城方面は 0986 大隅は 099 です

月/日	曾於市管内		都城市・北諸県郡管内	
	在宅・当番医・薬局	電話番号	在宅・当番医・薬局	電話番号
3/5 (日)	<ul style="list-style-type: none"> 未【整・内】塩川医院 大【内】昭南病院 未 きらら薬局 大 コトブキ薬局 	76-1001 482-0622 76-2600 471-2720	【小】沖水こどもクリニック（太郎坊町） 【内】柏村内科（上町） 【内】しげひらクリニック（神之山町） 【外・胃】福島外科胃腸医院（都北町） 【皮】酒井皮膚科医院（北原町） 【耳鼻】岩下耳鼻咽喉科（三股町）	27-5656 22-2616 27-5555 38-1633 25-5322 51-1187
3/12 (日)	<ul style="list-style-type: none"> 大【内】加藤内科クリニック 財【内】財部中央病院 財 財部調剤薬局 	482-0162 72-1234 72-1110	【小】畠中小児科医院（三股町） 【呼・内】有川呼吸器内科医院（上川東） 【内】戸嶋病院（郡元町） 【外・整・内】吉見クリニック（高城町） 【整形・形成】もちお蛸原医院（養原町） 【眼】ふたみ眼科（都北町）	52-6000 24-6677 22-1437 58-5633 21-5355 38-5532
3/19 (日)	<ul style="list-style-type: none"> 大【内】昭南病院 財【内】財部記念病院 大 コトブキ薬局 財 まごころ調剤薬局 	482-0622 72-1000 471-2720 72-0745	【内・小・外】原田医院（郡元町） 【循・内】村上循環器内科クリニック（宮丸町） 【内・心内】あきづき医院（上水流町） 【脳・外】柳田病院（東町） 【整・リハ・リウ】池之上整形外科（上川東） 【眼】小山田眼科医院（松元町）	26-3330 25-2700 36-0534 22-4862 23-2311 22-0710
3/20 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 未【胃腸・外】末吉胃腸科外科クリニック 未 末吉薬局 未 テルセラあおい薬局 	76-8177 76-0149 28-8161	【内・小】久保原田中医院（久保原町） 【内・呼・リウ】松山医院（上川東） 【内】田中隆内科（三股町） 【外・整】吉松病院（蔵原町） 【泌】速見泌尿器科医院（妻ヶ丘町） 【耳鼻】いわよし耳鼻咽喉科クリニック（千町）	22-7700 24-1046 52-0301 25-1500 24-8344 36-5555
3/26 (日)	<ul style="list-style-type: none"> 大【内・整・外・肛】津曲胃腸科整形外科 財【外・内】鮫島クリニック 大 豊栄調剤薬局 財 中央薬局 	482-0241 72-0777 482-5775 72-2121	【内・小】教山内科医院（高崎町） 【内】藤元総合病院（早鈴町） 【内】園田光正内科医院（太郎坊町） 【外・胃・内・肛】飯屋外科胃腸科医院（志比田町） 【整】飯田整形外科クリニック（上町） 【耳鼻】西浦医院（松元町）	62-1205 22-1717 38-5115 25-7712 46-5115 22-0715

※日曜日・休日在宅・当番医・薬局欄には、予定を掲載しています。変更になる場合がありますのでご確認ください。
 ※曾於市内の休日在宅医は曾於医師会のホームページでもご覧いただけます。
 ※都城市・北諸県郡管内の次の休日の救急診療機関は、電話でのテーブル案内（☎0986-23-5555）を行っておりますので、ご活用ください。また、宮崎県福祉保健部医療薬務課の「みやざき医療ナビ」でもご覧いただけます。（<http://www.e-navi.pref.miyazaki.lg.jp/qqport/>）
 ※曾於郡医師会夜間急病センター（午後7時～午前7時まで 365 日年中無休）☎099-482-5899 へ。紹介状は必要ありません。

平成 28 年 10 月分医療費の状況

	医療費総額	対前年平均比	対県平均比
医療費総額	377,273,880 円	-7.35%	-
10 月末国保被保険者数	11,043 人	-5.06%	-
1 人当りの総医療費	34,164 円	-2.41%	-1.4%
医療費総額/国保被保険者			

上記の表は、曾於市国民健康保険に加入している被保険者の 1 カ月の医療費の状況です。

医療費総額のうち、市（国保）は 84.2% を負担しています。

※対前年平均比は平成27年度曾於市国保の1カ月平均値と比較

※対県平均比は平成27年度鹿児島県市町村速報医療費(1カ月平均値)と比較

人の動き

平成 29 年 2 月 1 日午前 0 時現在（先月比）

総人口	37,378 人	(-67)
男	17,529 人	(-23)
女	19,849 人	(-44)
世帯数	18,204 戸	(-30)
出生	16 人	死亡 74 人
転入	57 人	転出 66 人