

8月号

美保関支所だより

〒690-1313

松江市美保関町下宇部尾61-2

松江市美保関支所

☎ 0852-55-5740

「けんしん」がスタートしています！

各種健康診査、がん検診等を行っています。健康診査やがん検診等の詳しい受け方や持ち物については、令和7年度版「けんしんのお知らせ」をご覧ください。

<健康診査>

一般健診、松江市国民健康保険特定健診、後期高齢者健診を6月から実施しています。

<がん検診等>

がん検診、肝炎ウイルス検診、歯周病検診も6月から実施しています。受診時には、「令和7年度がん検診等受診券」「検診料金」をお持ち下さい。

生活習慣病を予防し健康な生活を送ろう！

食生活

1日3食 規則正しく栄養バランスの良い食事



高血圧の人とはとくに「減塩」を心掛けましょう。

高血糖の人とはとくに食事は副菜（野菜、きのこ、海藻など）から食べましょう。

身体活動

今よりもプラス10分、体を動かそう！

歩数計などで自分の歩数を確認し、歩数を増やすよう工夫し、座りっぱなしの時間を短くし、時々立ち上がるなど、体を動かす習慣をつけましょう。

8月し尿収集予定日

日程についてのお問い合わせは、松江八束清掃協同組合（TEL:21-9919、FAX:25-2983）に確認してください。当日は、し尿処理券と目印の「旗」を早めに用意していただくようお願いいたします。

6日 (水)	笠浦・千酌・北浦・稲積・菅浦・片江・笹子・惣津・七類・森山・万原・下宇部尾	22日 (金)	福浦・宇井・雲津・諸喰・法田・才浦・軽尾・長浜・海崎・美保関
-----------	---------------------------------------	------------	--------------------------------

2025年6月末現在の美保関町の人口及び世帯数

人口：4,204人（前月比－5人） 世帯数：2,040世帯（前月比－1世帯）

男：2,038人（前月比－4人） 女：2,166人（前月比－1人）

えびすみかんの実がつきはじめました！

今年も杳井（美保関町美保関）で、えびすみかんの栽培作業に取り組んでいます。4月から7月にかけて、みかん畑の草刈り、肥料散布などをおこない、6月下旬頃、みかんの木に実がつきはじめました。今年の肥料は味の比較をするため、ウニ殻や藻葉、給食の残飯（コンポスト）を使用しています。引き続き収穫に向けて、作業に取り組んでいきます。



美保関支所で自主学習室を開放します

8月1日（金）から8月29日（金）の平日、8：45～16：30まで、中学生以上の学生を対象に、支所の2階会議室を自主学習室として開放します。エアコンも完備していますので、夏休み期間の学習にぜひご利用ください。

《お問い合わせ》 美保関支所 地域振興課（55-5740）



【功労賞受賞】

美保関町内における地域活動で「森林づくり」について、島根県緑化推進委員会より、ミホツ姫命 稲穂の会が、功労賞を受賞しました。



スラックラインの体験中！



【行政相談】

行政相談委員による相談を行います（予約は不要です）

日時：8月20日（水）10:00～12:00 場所：美保関支所 2階201会議室