



中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

食について楽しく学ぶ パネル展示



このコマは厚生労働省・農林水産省が決定した「食事バランスガイド」に基づき、熊本市食事バランスガイド普及実行委員会が作成したものです。

6月は食育月間です。中央区では、食と健康について楽しく学べるパネル展示を行います。区役所栄養士が考えたヘルシーレシピや簡単レシピ集もご自由にお取りいただけますので、お気軽にお立ち寄りください。

期6月19日(水)～27日(木) **場**市庁舎1階ロビー(上下水道水道料金納入所前) **内**食に関するパネル展示、レシピ集の配布など
(中央区役所保健子ども課 ☎328-2419)

区長就任のご挨拶

このたび、中央区長に就任いたしました井上です。
中央区では、「新たな出会いと未来創造の都会(まち)～つながる、中央区。～」の実現をめざし、安全で安心、健やかで活力と賑わいのあるまちづくりに取り組んでいます。
今年4月「熊本地震」の発生から3年が経ち、被災した中央公民館が7月にオープン、10月には、復元が着実に進む中央区のシンボルである熊本城の特別公開と復興に向けて明るい話題がある一方で、被災された方々への支援は道半ばではありますが、今年度中には中央区内の大江と南熊本に災害公営住宅が完成予定で、今後も被災者の方の支援をより一層進めるとともに、「熊本地震」の経験と教訓をもと

に、災害に強いまちづくりに取り組んでいきたいと考えております。

地震からの復興と、これからも、日々生まれるさまざまな「つながり」を大切に生かし、そこから生まれる新たな絆を通して、区民の皆様と共に心豊かで活力ある未来の創造に向け頑張ってまいりますので、ご支援とご協力をお願い申し上げます。

中央区長 井上 学



認知症介護家族のつどい 「ほっとカフェ」

無料

回6月8日(土)午後1時半～3時
場託麻原地域コミュニティセンター(和室) **対**認知症の人、または疑われる人を介護している家族など **申**当日直接会場へ
詳しくは、ささえりあ帯山(☎241-0230)へ。

認知症介護家族のつどい 「こもれびひろば」

回6月21日(金)午後1時半～3時半
場水前寺高齢者複合施設(中央区国府1丁目3-15) **対**認知症介護家族 **費**100円 **申**電話でささえりあ水前寺(☎362-0065)へ

新しい自治会長さんです

(3月31日までの届出) (敬称略)

村中 剛士(向山20)
(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



認知症介護家族のつどい 「もやいのひろば」

回6月22日(土)午後1時半～3時半
場風流街もやい館グループホーム五福(中央区細工町4丁目34-1) **対**認知症介護家族 **費**100円 **申**電話でささえりあ熊本中央(☎319-0222)へ
(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

行政相談員による 相談窓口

無料

身近なところで困りはありませんか？気軽にご相談ください。
回6月7日(金)、19日(水)午後1時半～4時 ※相談時間は1件あたり30分。弁護士同席は午後3時半まで
場中央区役所相談室(市庁舎1階)
題行政サービスや民事に関する困り事 **対**どなたでも
(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



中央区ニュース

「KOMSスプリングコンサート」開催！



「KOMS(コムズ)」は、音楽を通じて地域の絆を深めたいとの思いで活動されている大江校区に縁のある音楽家たちの演奏グループです。4/29に大江公民館で「スプリングコンサート」が開催され、たおやかな弦楽器の調べや、弾むようなピアノの旋律、のびやかな合唱のハーモニーに集まった観客は魅了されました。



東区役所

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

オンブズマンが 区役所を巡回

無料

本市オンブズマンが、区役所で市民の皆さんとの面談を通じ苦情申立てを受け付けます。

回6月21日(金)午後2時～4時 **場**東区役所102会議室 **対**どなたでも(市外にお住まいの方や外国人、団体なども可) ※内容により受け付けできない場合があります。 **定**3人(先着順)
申6月6日～20日午後5時までに電話でオンブズマン事務局(☎328-2916)へ

東区健康まちづくり推進員 養成講座受講生募集!!

無料

●健康まちづくり推進員とは？

地域のイベントや集まりの場で、健康づくりに関する啓発や簡単な体操指導等を行うボランティアです。
講座修了後は、健康まちづくり推進員協議会に入会し仲間と一緒に活動します。

期7月～12月まで(全6回)第1金曜日 **時**午前中 **内**健康に関する基礎知識の学習や交流会など **対**東区にお住まいの18歳以上の方で、養成講座に参加し、修了後に校区の健康まちづくり活動ができる方 **定**35人程度 **申**6月28日までに電話(☎367-9134)またはファクス(367-9303)で東区役所保健子ども課へ

【講座】認知症サポーター リーダー(通称:認とも)養成講座 受講生募集

無料



認知症の方とその家族を支えるサポーターリーダーとして、地域で実践的に活動する人材を育成します。

対東区にお住まいか、東区に通勤通学する高校生以上の方で、「認知症サポーター養成講座」を受講し、おおむね全講座を受講できる見込みのある方 **定**50人(先着順) **申**6月6日～28日に電話か窓口で東区役所福祉課へ

	日程/会場	内容
第1回	6月29日(土) 東区役所3階	認知症を理解する
第2回	9月7日(土) 熊本県立大学	認知症の人の地域での暮らしを知り、支援について考える
第3回	10月5日(土) 東区役所3階	
第4回	12月7日(土) 東区役所3階	認知症介護家族の思いを知る
第5回	2月15日(土) 東区役所3階	認知症の人のパートナーになろう

時いずれも午後1時半～3時半
※期間中に1回実習を予定。
※時間や内容は若干変更になる可能性がありますのでご了承ください。
(東区役所福祉課 ☎367-9127)

区長就任のご挨拶

このたび、東区長に就任しました宮崎でございます。

東区は、本市の5つの区の中で最も人口が多く、商業施設や医療機関等が多く立地し都会の姿を見せる一方で、北には託麻三山、南には江津湖の自然が広がり、都市の利便性と自然が調和した住環境に優れたまちです。

東区では、こうした区の特徴をいかながら、自然や地域の歴史・文化を大切にするとともに、人と人とのつながりや地域の絆を広げながら、誰もがお互いさまで支え合い、住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを推進しています。

早いもので、熊本地震の発生から3年余りが経過しますが、東区では、本

年3月末現在で約1,000世帯の方が仮設住宅等での不自由な生活を余儀なくされています。本年度は、引き続き、被災された方々の生活再建を最優先に、震災からの復興と災害に強いまちづくりに取り組んでまいります。

今後とも、区民の皆様とともに、東区の魅力をいかしたまちづくりをより一層推進してまいりますので、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

東区長 宮崎 裕章



【講座】認知症サポーター 養成講座受講生募集

無料

認知症を正しく理解し、認知症の方と家族を支える応援者(サポーター)になりませんか。

回7月9日(火)午後2時～3時半(受付:午後1時半～) **場**東区役所1階101・102会議室 **対**45人(先着順)
申6月10日から電話でささえりあさひば(☎360-5550)へ
(東区役所福祉課 ☎367-9127)

6月は食育月間です！

ご飯を主食にして、魚・肉・野菜・豆類・海藻などのおかずを組み合わせる食べる日本の食事スタイルは、理想的な栄養バランスが取れると言われて

います。
そこで、東区の熊本市子どもの食育推進ネットワークでは、野菜を使ったみそ汁や簡単おかずのレシピなどを紹介した「食のきほんBOOK」を作成しました。

“楽しく食べる”ことは、食育の第一歩です。レシピを活用して、楽しく食卓を囲みませんか？

東区役所保健子ども課で配布しますのでご活用ください。

(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

