



こちら

西区 Nishi です

10月号
平成27年

編集

西区役所

〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎096-329-1111 (代表)

- ・総務企画課 ☎096-329-1142
- ・まちづくり推進課 ☎096-329-1146
- ・区民課 ☎096-329-8503
- ・福祉課 ☎096-329-5403
- ・保護課 ☎096-329-6839
- ・保健子ども課 ☎096-329-1147
- ・農業振興課 ☎096-329-1158
- ・西税務課 ☎096-329-1174
- ・農業委員会西区分室 ☎096-329-1179

河内総合出張所 ☎096-276-1111 花園総合出張所 ☎096-359-1122
芳野分室 ☎096-277-2001

西区の人口 (平成27年9月1日現在推計人口) (人口) 92,618人(前月比) (世帯) 38,928世帯(前月比) (面積) 89.33km²(国土地理院公表値)

秋のおでかけ&グルメイベント大募集

「草枕の道」ハイキング

オレンジ色に彩られた夏目漱石ゆかりの河内町に草枕の足跡を訪ねます



- 日時** 11月22日(日) 午前9時～午後4時頃
※小雨決行 荒天時は23日(祝)に延期。
- 場所** 石神山公園(西区島崎)
- コース** ①漱石の足跡16kmをたどるハイキングコース
②バスと徒歩で草枕ゆかりの地と西区の名所を廻るコース
※昼食付(芳野校区おもてなし料理)
※帰路は、熊本駅か市中心部までバスでお送りします。
※小学生以下は保護者同伴。
- 費用** 1人1,000円(未就学児無料)
- 申込み** 10月1日～11月13日までに電話(☎096-334-1500)かホームページ(higomaru-call.jp)でひごまるコールへ
※詳しくは、西区ホームページをご覧ください。(西区役所まちづくり推進課)

西区まちづくり事業

オレンジウォークin河内

～文豪 夏目漱石も見たみかん色の景色～



- 日時** 11月22日(日) 午前8時半～午後1時半
※小雨決行 荒天時は23日(祝)に延期。
- 場所** 河内公民館(集合・解散)
- コース** 約5km(有明海、雲仙が一望できる絶景ポイントを歩きます)
- 定員** 350人(先着順)
※小学生以下は保護者同伴。
- 費用** 高校生以上1,000円、小・中学生500円、未就学児無料(参加賞なし)
※参加賞、みかん狩り、だご汁セットもあります。
- 申込み** 10月6日～30日までに電話(☎096-276-0133)、ファクス(096-278-1060)または郵送か持参で〒861-5347西区河内町船津791金峰山エリアまちづくり事業実行委員会(河内まちづくり交流室内)へ
※月曜日(祝日の場合は翌日)を除く午前9時～午後5時まで
(河内まちづくり交流室)

「新鮮こだわり野菜を味わう会」参加者募集

無料

プロの料理人が西区でとれる「新鮮こだわり野菜」の特徴を生かしたレシピを提案し、調理実演(和食3品)を行います。その料理を参加者で味わい「新鮮こだわり野菜」の良さを感じてもらおう「味わう会」を開催します。

- 日時** 11月8日(日) 午前10時半～午後1時半
- 場所** 西部公民館調理室
- 講師** 熊本県調理師会の会員
- 対象** 市内に住むか通勤・通学する方
- 定員** 24人(先着順)
- 申込み** 10月6日から電話で西区役所農業振興課へ

西区だより きんぼう Vol.5 (10月号)を発行します

西区の情報発信として「西区だより きんぼう」を年2回発行しています。

10月号は、西区に縁がある夏目漱石と秋のおでかけイベント特集です。

西区の全世帯に、10月5日までに配布する予定です。どうぞ、ご一読ください。

配布に関するお問合せは、(株)Kサービス(☎0120-721-956)へ。



(西区役所総務企画課)

育児教室(2回シリーズ)

無料

- 日時** 10月16日(金)・23日(金)
午後1時半～3時半(受付:午後1時～)
- 場所** 西区役所3階健康センターホール
- 内容** 赤ちゃんの育て方、ふれあい遊び、離乳食の話、お口の手入れについて
- 対象** 西区に住む平成27年5月～6月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者
- 定員** 25組(先着順)
- 申込み** 10月5日から電話で西区役所保健子ども課へ

専門医による心の健康相談

無料

- 日時** 10月22日(木) 午後1時半～3時半
- 場所** 西区役所3階健康センター
- 内容** 専門医による個別相談
- 対象** 心の病気の方や家族、関係者など
- 定員** 3組(先着順) ※予約制
- 申込み** 西区役所保健子ども課へ

「ロコモ予防教室」参加者募集

無料

～骨密度を知って、ロコモ予防!～

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)は、進行すると介護が必要となるリスクが高くなります。生涯にわたって健康で自立した生活を送るためのライフスタイルを習得しませんか。

- 日時** 10月29日(木)
午前8時50分～11時45分
- 場所** 西区役所3階健康センター
- 内容** ・骨密度測定
・医師、栄養士からのお話(試食含む)
- 対象** 西区に住む40歳以上の方
- 定員** 25人(先着順)
- 申込み** 10月5日から電話で西区役所保健子ども課へ

「ロコモティブシンドローム」とは?

(略称:ロコモ、和名:運動器症候群)

ロコモとは、加齢とともに筋肉・骨・関節・軟骨などの運動器に障害が起こり、「立つ」「歩く」などの機能が低下することをいいます。若い頃からの適度な運動習慣とバランスのとれた食生活で、骨や筋肉を強くしロコモを予防しましょう。



西区ニュース

干潟体験を実施しました

有明海は、干満の差が大きく遠浅の広大な干潟を有しています。西区小島下町の小島地先漁場で9月11日、碩台小学校の5年生39人が干潟体験を行いました。これは小島漁業協同組合の協力のもと実施しているもので、今年で8回目。豊かな有明海の干潟を生かした本市の水産業を知ってもらうことを目的としています。

児童たちは、海床路(干潮時に出現する道)を通って干潟に入り、生き物を観察したあと、泥んこになりながら採貝体験をしました。砂の中からハマグリを掘り当てると、大きな歓声が上がっていました。漁業者に「この貝は何ですか?」と質問したり、貝の掘り方を教えてもらうことで交流を深めました。

「貝を採るのは大変だけど、大きいものが採れたらうれしい」、「貝を採るだけでなく、この先も採れるように増やすのも大事だとわかった」などの声が聞け、漁業を理解する良い機会になったようです。

現在、本市のアサリやハマグリなどの二枚貝の生産量は、干潟環境の悪化などにより大幅に減少しています。そこで、漁業協同組合・漁業者・行政機関などが一体となって、二枚貝資源の回復に向けた干潟環境の改善や母貝放流などのさまざまな対策に取り組んでいます。

(水産振興センター ☎096-311-4010)

