

# 中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

## 中央区ニュース

### 「白川夜市」開催！

「白川夜市」は、水辺とまちが一体となった美しいまちづくりや、水辺の空間利用を行うことで地域の活性化を目指す「ミズベリング・プロジェクト」の一環で、「白川「緑の区間」の利用を考える協議会」を中心に、市民や企業、行政が一体となり、実証実験として取り組んでいるイベントです。

3月23日(土)、白川「緑の区間」では、3回目となる「白川夜市」が開催され、多くの来場者で会場はにぎわいました。飲食店や雑貨店、ゲームなどの出店ブースはもちろんのこと、ほころび始めた夜桜や、心地よく吹き抜ける夜風といった河川敷ならではの魅力を存分に堪能できるイベントとなりました。

今年からは、4月27日(土)、5月25日(土)、6月22日(土)と、毎月第4土曜日(7・8月は別日)に開催が予定されています。水辺の四季折々を感じられるイベント、参加してみたいはいかがでしょうか。



### 中央区ヘルスアップセミナー (食と運動を学んで実践できる体験型セミナー)

無料

自分に見合った食量や運動を学ぶ良いチャンスです。

#### 食事と運動を学んで、バスツアーに出かけませんか？

##### 第1回 セミナー 食と健康を考える

日時 6月5日(水) 午後1時半～4時  
場所 健康センター大江分室(ウェルパルクまもと)

##### 第2回 セミナー 健康運動指導士による効果的な運動

日時 6月14日(金) 午後1時半～4時  
場所 健康センター大江分室(ウェルパルクまもと)

##### 第3回 バスツアー 阿蘇ファームランドで健康づくり

日時 7月12日(金) 午前9時～午後5時  
場所 阿蘇ファームランド



対 中央区に住むか通勤する40歳以上65歳未満で、全ての回に参加可能な方  
定 30人(先着順)

申 5月7日から電話(☎328-2419)で受付

(中央区役所保健子ども課 ☎328-2419)

### 新任地域担当職員です！



#### 荒木 盛住(託麻原・白山校区担当)

地域担当職員として、地域活動が活発になるよう、地域の方に寄り添いながら取り組んでいきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

#### 原田 次郎(壺川校区、中央公民館担当)

持ち前の明るさで区民の皆様へ寄り添い、中央区に住んでよかった、訪れてよかったと思っただけのよう頑張ります!!



#### 四方田 糸織(出水南・春竹校区担当)

初めてのことで緊張しますが、早く地域の一員となれるよう頑張りたいと思っております。よろしくお願いいたします。



(中央区まちづくりセンター ☎328-2232)

### 認知症介護家族のつどい 「こもれびひろば」

回 5月17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

### 認知症介護家族のつどい 「もやいのひろば」

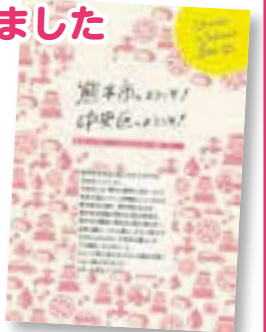
回 5月25日(土) 午後1時半～3時半  
場 風流街もやい館グループホーム五福(中央区細工町4丁目34-1) 対 認知症介護家族 費 100円 申 電話でささえりあ熊本中央(☎319-0222)へ  
(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

### 「中央区ウェルカム冊子」を作成しました

子育て世代の転入者向けに情報冊子を作成しました。

熊本転入ママの会「くまてん」のみなさんの経験談を基に、中央区の地図やお役立ちサイトをご紹介します。また、親子で楽しめるおすすめスポットなども掲載しておりますので、ぜひご覧ください。中央区役所区民課・総務企画課にて配布中です。

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



# 東区役所

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

### 東区「住まい再建のための個別相談会」を開催します 無料

東区にお住まいで、熊本地震により被災された方の相談会です。

回 5月25日(土) 午前9時半～午後4時  
場 東区役所1階

時 午前 9時半～10時  
10時10分～10時40分  
10時50分～11時20分  
11時半～12時  
午後 1時～1時半  
1時40分～2時10分  
2時20分～2時50分  
3時～3時半  
3時40分～4時10分

※2件まで申し込み可能です。

対 法律相談・民間賃貸住宅相談・住宅融資相談・住宅再建相談・被災者支援制度相談 申 5月7日～17日の平日午前9時から午後4時まで、電話で東区役所地域支え合いセンター(☎367-9267)へ(先着順)

(東区役所福祉課 ☎367-9267)

### 春の東区農産物即売会を開催します



回 5月12日(日) 午前9時～11時  
場 東区役所駐車場 ※雨天決行です。 ※売切れ次第、終了となります。  
(東農業振興課 ☎367-9137)

### 【東区 名所・旧跡紹介】「託麻三山」

東区の北東部にある神園山、小山山、戸島山の三つの山を総称して「託麻三山」と呼んでいます。その昔、阿蘇開拓の祖といわれる神武天皇の孫神、健甕龍命が農耕地開拓のため、阿蘇カルデラに溜まった大池の水を西の山を蹴破って放出しました。その時に、蹴破った山灰が白川を流れ、ここに溜まって三つの山になったといわれています。

#### 託麻八十八ヶ所巡拝

言い伝えによると、平安時代、一人の旅の僧が神園山で道に迷ってしまい、麓にある上野家に泊めてもらい親切な接待を受けました。翌朝僧は、家の者が白川まで水汲みに行くのを見て、この地が水に不自由していることを悟りました。

そこで、僧が、持っていた桜の木の杖で地面をつくと、そこから清水が湧き小さな池ができ、やがてその清水は日夜尽きぬ流れとなったそうです。

このことから、住民たちは、あの日の僧は弘法大師に違いないと、この地を桜井と名付け、池が硯の形をしているので「硯ヶ池」と呼び、大師堂を建てて祭り、子々孫々まで崇敬しました。

上野家の子孫にあたる富八氏は、体が弱くしばしば病

に伏していましたが、父から教わった桜井の「お大師さん」へ毎日お参りし、信仰の甲斐あって病気が全快しました。富八氏は、大師のお陰に違いないと、託麻の山々一帯に八十八ヶ所の霊場開設を心に誓い、20年間努力を続け、大正15年2月四国八十八ヶ所全ての寺に連絡をとり開設にこぎつけました。

毎年4月には八十八ヶ所巡拝山回りが挙行され、金剛杖に白衣、首に数珠をかけた老若男女がチリンチリンと鈴を鳴らしながら真言を唱える姿が、年を追うにつれ賑やかになりましたが、村をあげて盛んだったのも昭和40年ごろまでで、次第に忘れられていきました。

しかし、昭和45年10月、託麻村が熊本市へ編入されると同時に、託麻三山は熊本市民の緑のオアシスとしてクローズアップされました。心身ともに健康で幸せの明日を目指すメッカとして、いよいよ脚光を集めるに至ったのです。

さわやかな緑、新鮮な空気など森林とのふれあいを通じて、心身ともにリフレッシュできる託麻三山にぜひみなさん足を運んでみてください。

(東区役所総務企画課 ☎367-9121)



### パッククッキングに挑戦

パッククッキングとは、ポリ袋を使ったかんたん調理法です。食材と調味料をポリ袋(食品用でマチのないもの)に入れて、鍋や電気ポットに湯を沸かして加熱調理します。災害時などでも、カセットコンロ、鍋、水、ポリ袋があれば、簡単な食事を作ることができます。今回は、子どもと一緒に作れるかんたんおやつを紹介します。

#### 【ミルク蒸しパン】

##### 材料

ケーキミックス 100g  
A 油 大さじ1  
卵 1個  
牛乳 100ml  
練乳 大さじ2

##### 作り方

- ①ポリ袋に、A(油、卵、牛乳、練乳)を先に入れてしっかり混ぜた後、ケーキミックスを加えて混ぜる。
- ②よく混ぜたら、空気を少し入れた状態で袋の上部を結ぶ。
- ③湯を沸かした鍋に②を入れ、20分間加熱する。オムレツ型に形を整えて湯に入れると、きれいに仕上がる。



1つの鍋で複数の調理ができます

←いざという時の食の備えとパッククッキングについて、詳しくはこちらから。

