

ごみ出しルールを守りましょう！

- | | |
|-------------|-----------|
| 1 燃やすごみ | 毎週月・木曜日 |
| 2. 紙 | 毎週水曜日 |
| 3. 資源物 | 第2・第4の金曜日 |
| 4. 埋立ごみ | 第2・第4の火曜日 |
| 5. ペット・特定品目 | 第1・第3の金曜日 |
| 6. プラスチック | 毎週火曜日 |

むろぞの

令和5年
12月号
第344号
発行：室園町内会
上 田 印 刷

- | | | | |
|----------|----------------------------------|-------------------------|------------|
| 12/1(金) | かたんなっせ室園(健康体操) | 時間 10:00～11:00 | 室園公民館 |
| 12/2(土) | 室園公民館研修旅行
山都町(文楽と石橋の郷) | 時間 北限本駅前 8:15 集合 ～17:00 | |
| 12/4(月) | 清水校区合同会議 | 時間 9:30～ | コミュニティセンター |
| 12/8(金) | かたんなっせ室園(健康体操) | 時間 10:00～11:00 | 室園公民館 |
| 12/10(日) | 室園公園愛護会 室園南公園清掃
併せて花の苗植え | 時間 8:00～9:00 雨天延期 | 室園南公園 |
| 12/13(水) | 清水校区各種健康講座
「お薬の豆知識ーお薬の飲み方などー」 | 時間 13:30～14:30 | コミュニティセンター |
| 12/15(金) | かたんなっせ室園(健康体操) | 時間 10:00～11:00 | 室園公民館 |
| 12/16(土) | 町費徴収 | 時間 10:00～13:00 | 室園公民館 |
| 12/17(日) | 室園清老会定例会議 | 時間 11:00～ | 室園公民館 |
| 12/17(日) | ふれあい音楽サロン | 時間 14:00～15:20 | コミュニティセンター |
| 12/17(日) | 第8回定例理事会 | 時間 19:30～ | 室園公民館 |
| 12/22(金) | 防犯委員町内巡回
巡回者 前田・川崎 | 時間 夜間 | |
| 12/24(日) | 室園公民館年末大掃除 | 時間 9:30～ | 室園公民館 |
| 12/29(金) | 国道3号線清掃(町内理事で実施) | 時間 夜間 | |

- ▲ 清水校区防犯協会
・定例パトロール(校区内一円)
12月1日(金)・7(木)
- ▲ 清水校区交通安全協会
・小学生の交通安全指導
12月1日(金)・20日(水)



歩こう会

前日はやや強い雨に見舞われ心配された11月11日(土)当日は、秋晴れの行楽に絶好な日和となり、歩こう会参加者全員、北熊本駅前に三々五々、全員集合完了されました。

9時31分発の電鉄御代志行きの電車に乗車し、途中車で通行する時見る事ができない景色を眺めつつ過す21分間に御代志駅に到着です。

トイレや注意事項をお伝えし、いよいよ出発です。

目指すは「熊本農業公園カントリーパーク」、道程30分間予定の歩こう会の始まりです。

2～3度下見して私自身歩いてみましたが、約20分と少々。

参加者に合わせて30分の想定としてお伝えしておりました。

皆様お元気で、行きは平坦な道で下り坂が主で、予定より早く公園の入口に到着しました。

所要時間は25分ほどでしたが、無事全員順調な様子です。

カントリーパークは多くの来園者で溢れている状態です。

子ども連れ、家族連れが目立っています。

どうやら団体来園者は室園町内だけのようです。

保育園の入園者は見かけましたが、元気な声で芝生の上をはしゃぎ走り回っています。微笑ましくなります。

健康に育って未来の日本を頼むよと思ったのは、私だけでしょうか。

本日の参加者はほとんど全員若い人達ばかりですから？(笑)

弁当が12時に着く予定で、受け渡し場所の確認をお伝えし、弁当を開く場所は人が余り公園の中でも多くない、バラ園のすぐ傍らにバラも咲き乱れ、トイレも近く、飲水所もあり、公園のシンボルである、カントリータワーの下に20人位、ゆっくり出来る芝生があります。

そこを下見で良好な場所ですと、少し歩かねばなりません、皆様を誘導し全員で弁当に舌鼓を打ち、私自身も弁当を済ませた後、タワーに登り、集合している皆様を撮影し、手をあげて応えて頂きました。

しばらくゆっくりし、各種各色のバラの中で副会長に集合写真をカメラに収めて頂きました。

やがて時も過ぎ、帰路の指定場所に、午後1時50分集合。

午後2時にカントリーパークを出発。

帰途は弁当済ませた後でもあり、登りの道が多く、集団歩きがかなりバラついてしまい、大変だったようです。

途中で何度か休憩を重ね、何とか追いついて再び集団歩き、ようやく御代志駅発の午後2時41分の予定乗車時間に間に合い、再び21分程かけて、北熊本駅に到着。

体調の有無を確認し、無事帰宅される事を願い散会となりました。

歩こう会参加者の皆様本当にご苦勞様でした。ありがとうございました。

町内の皆様、次回は令和6年度になりますが、公民館として、また企画致しますので多くの町内の皆様方のご参加を心よりお待ちしております。

室園公民館長 矢崎 和之

「朝日野総合病院 公開講座」のお知らせ(参加費無料)
奮ってご参加ください！

日時 令和5年12月20日(水)
13:00～14:00(受付:12時開始)
場所 朝日野総合病院 新北棟2階 さんほーる
参加方法 ご自由にご参加ください。
事前予約は不要です。
※当日体調の悪い方はご遠慮ください。

テーマ 『転ばない身体づくり』

第1部 健康講座

『ロコモとは？ ～ロコモを知ろう～』

講師: 浦田 伸一 医師

(総合リハビリテーション科 医長)

第2部 つどい

『簡単で続けやすい体操のご紹介』

講師: 森 賢二郎 理学療法士

(通所リハセンター)

上野 颯希 健康運動指導士

(サンフィット)

※ 転倒予防の為に身体の状態に合わせた運動
をご紹介します。

問合わせ: ☎344-3000(事務部 庶務課 今村まで)

くまもと成城病院 『健康講座』

12月の健康講座はお休みとさせていただきます。
楽しみにされていた皆様にはご迷惑をおかけします。

次回以降の健康講座をよろしく願いいたします。

<問合せ先> TEL 344-3311 担当:医事課 三島



一 斉 清 掃

ようやく夏日和から秋に向かう10月22日(日)、熊本市一斉清掃に我が町内
も参加し挙行されました。

町内においては一斉清掃の前に、北区土木事務所に再三足を運び、依頼申
請しました。

元熊本銀行清水支店の横から永野商店、くまもと成城病院裏にかかる溝を始め、15-6番地から13-22番地近くに至る溝の中の猛り狂う草等を刈り取って
頂いておりました。

立会い確認に参りましたが、作業される方々は泥まみれになりながらの施行状
況です。

とても町内役員初め町内の皆様に依頼することなど出来かねます。

呼応してくれた北区土木事務所にこの時ばかりは頭の下がる思いでした。

他の町内からも大多数の町内を飛び越えて施行業者の方を派遣して頂いた
事に感謝しかありません。

翌日、土木事務所にお礼の電話を申し上げた次第です。

何はともあれ、町内の皆様方が一堂に会される場は一斉清掃もその一つで
す。

歓談の花が咲き、久し振りに町内に住しても、お会いできる方も少なからずと
思われます。

時間と健康に恵まれておられましたら、何卒次回の一斉清掃にはご参加の程
お願い申し上げます。

今回、日曜にも関わらずご参加いただき誠にありがとうございました。

今後ともよろしくお願い申し上げます。

室園町内自治会長 矢崎 和之

俳 句

蒲池 摂子

山の端にかかりし雲の冬めきぬ
賞でながら惜しみながらで掃く紅葉
冬構へ軒に積まれし藁のかさ
冬支度今年も無事の衣服出す
千年の菩提樹仰ぎ冬の寺
時雨して木々は錦を織り初めぬ

短 歌

立冬の朝に水仙めぶきおり正月ごろは花見られそう
熟し柿冬陽に射られ儚げに雲なき空に透ける実映す
冬バラのみだれ見せざる淡き色光のなかにいのちきざめり
ふりむけばみ空の青の深くしてひと際さゆるひとひらの雲
青空に色透きとほるもみじ葉よ紅きレースを広げしごとく
掃き終えし庭にこぼるる山茶花のほろりと白し幕目の上

川 柳

名川 芳子

秋バテで思考能力飛んでった
フライドは捨ててありつく二度の職
生きるとは喜怒哀楽の積み重ね
ひかえめなああの星きつと母だろう
人生の足跡残し次世代へ

肥後狂句

それからヘルバーさんはこらっさん
余生いくばく人生ちゅうはケセラセラ
力を貸してひ孫がそっと杖がわり
大丈夫男が惚れた男なら
うろたえて消火器ながら投げとった

