

中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

はじめての離乳食教室 **無料**

日 9月27日(月)
午後1時半～2時半
場 健康センター
大江分室すこやか
ホール(ウェルパル
くまもと3階) **内** 離乳食の進め方
についてなど **対** 中央区に住む令和3
年4月～5月生まれの赤ちゃん(第1
子)と保護者 **定** 10組(先着順) **持** 親
子(母子)健康手帳、バスタオル **申** 9
月7日から電話で中央区役所保健子
ども課へ
(中央区役所保健子ども課 ☎328-2419)



中央区ニュース

「社会を明るくする運動」 伝達式が行われました

7月9日(金)に、中央区役所に熊本
中央区地区保護司会が訪問され、「社
会を明るくする運動」伝達式が行われ
ました。「社会を明るくする運動」は、
すべての国民が、犯罪や非行の防止と
犯罪や非行をした人たちの更生につ
いて理解を深め、それぞれの立場にお
いて力を合わせ、安全で安心な明るい
地域社会を築くための全国的な運動
です。



(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

認知症介護家族のつどい 「ほっとカフェ」 **無料**

日 9月15日(水) 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) **内** 介護の悩みを打ち明
けて気持ちを分かち合い本音が話せる
場 **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(どなた
でも) **問** ささえりあ帯山(☎241-
0230) **申** 電話で託麻原地域コミュ
ニティセンター(☎364-0112)へ
(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

認知症介護家族のつどい 「こもれびひろば」 9月から毎月第3金曜日に 再開します！ **無料**

日 9月17日(金) 午後1時半～3時半
場 慈愛園地域交流スペースさん
さん(中央区神水1丁目14-1) **内** 介護
の悩みを打ち明けて気持ちを分かち
合い本音が話せる場 **対** 認知症の方
を介護する家族 **問** ささえりあ水前寺
(☎362-0065)
(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

認知症介護家族のつどい 「もやいのひろば」 電話でお話しませんか

期 9月1日(水)～30日(木) **時** 午前9
時～午後4時 ※土日祝除く **内** 「もや
いのひろば」のボランティアスタッフが
認知症介護上の悩みや将来の不安
について電話相談を受け付けていま
す。気軽に相談ください **問** ささえり
あ熊本中央(☎319-0222)
(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

9月1日は「防災の日」です

中央区では、そなえる防災動画を公開しています。動画を見て、家庭での
自然災害への備えを見直しましょう！

- 動画1** わたし仕様の持ち出しリュック作り方から背負い方までコツを
大公開ー
- 動画2** パッククッキングに挑戦！一簡単、ローリングストック術ー
- 動画3** ハザードマップで災害リスクを知り避難行動を考えよう！



↑動画はこちらから

台風シーズン到来！

甚大な被害をもたらした、平成3年9月27日の台風19号から30年です。
熊本市域での瞬間最大風速は52.6m/sと非常に強い台風でした。
毎年、8～9月は台風の上陸が多い時期です。
台風が接近している場合には、台風情報とあわせて大雨、洪水、暴風、高波、
高潮などの防災気象情報に注意しましょう。

台風への備えチェック

- ハザードマップで危険箇所と避難場所の確認
- 家の周りの再点検
風で飛ばされそうな物は家の中へ
側溝や排水口は掃除して水はけを良くする
- 窓や雨戸の補強
窓ガラスに飛散防止フィルム貼付や、万が一
の飛来物に備えてカーテンをしめる
- 非常用品の備蓄の再確認
- 最新の台風情報の確認



(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

認知症家族の会 「やすらぎとまりぎ」

期 毎月第4水曜日 **時** 午後2時～4時
場 ささえりあ託麻(東区戸島西2丁
目6-132) **内** 本音で話し悩みを相談
できる家族の集いの会を毎月開催し
ます **定** 8人(完全予約制) **費** 100円
/回 **申** ささえりあ託麻(☎282-
8249)へ
(東区役所福祉課 ☎367-9127)

行政書士無料相談会

日 10月13日(水) 午前9時半～午後4
時 **場** 東区役所1階ロビー **内** 交通事
故、相続、遺言等に関する相談 **申** 当日
直接会場へ **問** 東区相談会 担当(廣
野)☎090-8663-2377
(東区役所総務企画課 ☎367-9121)

東区ニュース

新任自治会長研修会を開催しました

7月15日(木)、16日(金)に、
東区役所で新任自治会長向け
の研修会を開催し、2日間で43
人の参加をいただきました。ご
みステーションの維持管理や
地域における防災の取り組み
等について説明を行い、新任自
治会長の皆さんからは、さまざ
まな質問や意見をいただきま
した。短い時間ではありましたが、地域での困り事についての悩み等を共有する
貴重な機会にもなり、改めて自治会長の皆さんが地域のまちづくりに対し熱心
に取り組んでくださっているのを感じました。今後も地域と協力し笑顔あふ
れる東区を目指したいと思ひます。



(東区役所総務企画課 ☎367-9121)

8020推進員育成講座 受講生募集！ **無料**

東区では8020推進員の皆さんが、
家族や地域の方々の歯や口の健康づ
くりの案内役として、ボランティア活
動を行っています。
歯や口の健康の大切さを楽しく学
び、身近な地域で活動してみませんか。
日 10月14日(木) 午前10時～正午、
11月17日(水) 午前10時～正午、12
月15日(水) 午前10時～正午(全3
回) **場** 東区役所3階健康センター
内 歯や口、全身の健康など健康づく
りに関する講話や実習など **対** 東区に
住む18歳以上の方で、修了後「8020
推進員」として地域で健康づくり活
動ができる方 **定** 20人(先着順) **申** 9月
13日から電話で東区役所保健子ども
課へ
(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

備えて安心！ 無駄なし食料品備蓄のすすめ ～9月は防災月間です～

いざという時のために、食料品は定期的
に見直し、無駄なく備蓄しましょう。

東区の熊本市子ども食育推進ネット
ワークでは、熊本地震の経験をもとに、備
蓄食料品を有効に使いこなし無駄なく備
蓄を続けるための考え方を紹介した小冊
子「子育て世代向け食料品備蓄ガイド」を
作成しました。日常生活の延長で備蓄し、
活用する「ローリングストック」や、ポリ袋
を活用した調理法「パッククッキング」、買
い置き食材のアレンジについて掲載して
います。東区役所保健子ども課で配布し
ますので活用ください。東区ホームペー
ジからダウンロードできます。

また、どのような食料品を備蓄すればよ
いのか、備蓄していた食品(乾パンや缶詰
パン)のアレンジレシピを東区ホームペー
ジで紹介しています。



ローリングストックのイメージ

→「食料品備蓄ガ
イド」はこちら



→「食料品の備蓄
は大丈夫？」は
こちら



(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

【講座】SDGs×フェアトレード **無料**

日 時 9月11日(土) 午後1時半～3時半
場 所 オンライン(Zoom)
演 題 SDGs(持続可能な開発目標)とフェアトレードのつ
ながりを知り、自分にできることを考えてみよう！
講 師 明石 祥子さん(フェアトレードシティくまもと推
進委員会)・前田 康裕さん(市教育センター)ほか
申 込 託麻公民館ホームページ主催講座情報をご確認く
ださい



国際フェアトレード認証ラベル



(託麻公民館 ☎380-8118)