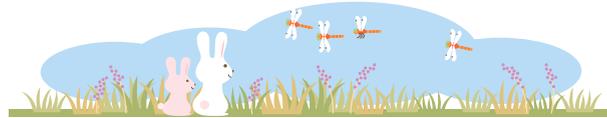


西区役所

〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎329-1111



防災キャンプ(花園公民館)

7月30日(土)～31日(日)の2日間にわたり、花園まちづくりセンターで防災キャンプを開催しました。

このイベントは、災害発生時の避難所開設から運営を地域の皆さんと一緒に体験することで防災意識を高めるものです。

当日は、小学生や防災士を含め約20人の方々が参加し、避難所スペースの設置をはじめ、花園食生活改善推進員の皆さんと野菜とツナのカレー、切り干し大根のサラダ、オムレツ風ココア蒸しパンをパッククッキングしました。パッククッキングとは、耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法です。メニューについて、手早くおいしく作るコツを教わりました。

また、特定非営利活動法人ソナエトコ 水野 直樹さんから新聞紙を使つてのスリッパ作りや、避難するときに持っていくとよいものなどについて学びました。

熊本地震の発生から6年が経過する中で、改めて平常時の地域の方々の主体的な取り組みが災害時の自助、共助につながるものであると感じました。

(花園公民館 ☎359-1261)



はじめての離乳食講座 無料

日時 9月22日(木)午後1時半～3時
場所 西区役所3階健康センター
内容 離乳食の話、赤ちゃんの発育発達の話、お口のお手入れ方法など

対象 西区に住む令和4年4月～5月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者

定員 8組(先着順)

持参物 親子(母子)健康手帳、バスタオル

申込 9月5日から西区ホームページへ

(西区役所保健子ども課 ☎329-1147)



詳細・お申し込みはこちら↑

心の健康相談

専門医による相談を開設します。

日時 毎月第4火曜日 午前9時半～午後0時半

場所 西区役所3階保健子ども課相談室

対象 精神的な不安や悩みのある方またその家族

定員 3組(先着順)

(西区役所保健子ども課 ☎329-1147)

「マイタイムライン」を作成しました！

熊本県立西高等学校の生徒と共に「マイタイムライン」の作成に取り組みました。

マイタイムラインとは、大雨や台風などの自然災害から身を守るため、あらかじめ避難行動をまとめておく「防災行動計画」です。

作成当日は、西区長を含め近隣の自治会等の役員も参加し、県ホームページから気軽に作成できるマイタイムラインシートを生徒たちと一緒に作成しました。

参加者はハザードマップ等を確認し、「どこに」「だれと」「いつ」避難するかを検討しながら、マイタイムラインを作成することで「5段階の警戒レベル」によって避難を開始する状況やタイミングを把握し、いざという時に慌てずに避難することができ、自分や身近な人の命を守ることにつながることを学びました。

(西区役所総務企画課 ☎329-1142)



南区役所

〒861-4189 南区富合町清藤405-3 ☎357-4111



「社会を明るくする運動」をご存知ですか？

去る7月1日、「社会を明るくする運動」の啓発活動のため、熊本南地区保護司会鷺山会長はじめ9



人の保護司の方が南区役所に来所されました。

「社会を明るくする運動」とは、すべての国民が、犯罪や非行のない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。

保護司の方々からは、犯罪者の更生には、保護司だけでなく地域住民の理解が必要であることを訴えられました。

※保護司とは、法務大臣から委嘱を受けた民間のボランティアで、保護観察や犯罪予防活動を行います。



(南区役所総務企画課 ☎357-4112)

はじめての離乳食教室

～赤ちゃんのすこやかな成長のために～ 無料

回 9月15日(木)午後2時～3時(受付は午後1時45分～) **場** 南区役所3階ホール **内** 離乳食の進め方、赤ちゃんの歯の話 **対** 南区に住む令和4年4月～5月生まれの乳児(原則として第1子)と保護者 **定** 8組(先着順) **持** 親子(母子)健康手帳、バスタオル **申** 9月5日から電話で南区役所保健子ども課へ
 (南区役所保健子ども課 ☎357-4138)

認知症に関するつどいの場のご案内

①認知症介護家族のつどい「ひだまり」

日時 毎月第3水曜日 午後1時半～3時

内容 「こんな時どう対応したらいいの」「イライラして怒ってしまう自分に落ち込んで…」など介護の悩みを相談できる集いの場

対象 認知症介護家族

②オレンジカフェ「かおり」

日時 毎月11日 午後1時半～3時

内容 認知症の方やその家族、そして認知症を理解しようと思っている方の集いの場

対象 どなたでも

〈共通〉

場所 ささえりあ幸田(南区田井島2丁目9-9)

※開催状況については、事前にささえりあ幸田(☎370-5055)へご確認ください。

(南区役所福祉課 ☎357-4129)

「8020(ハチマルニイマル)推進員育成講座」

受講生募集！ 無料

南区では、歯と口腔の健康づくりを進めるために活動する地域のボランティア「8020推進員」の育成講座の受講生を募集します。現在、「8020推進員」は保育園、小学校、地域の高齢者サロン等で歯の大切さを発信する活動等をされています。

歯や口の健康づくりの大切さを知る機会です。地域の健康づくり活動にぜひ参加してみませんか。

期 9月～11月(全3回) **場** 南区役所 **内** 健康づくりに関する講話、健口体操等 **対** 南区に住む18歳以上の方で修了後、健康づくり活動に参加できる方 **定** 20人(先着順) **申** 9月5日から電話で南区役所保健子ども課へ ※8020運動とは80歳で20本以上の歯を残し、歯の健康を保つことで、生涯を通じて健やかで楽しい生活を送ろうという運動です。

(南区役所保健子ども課 ☎357-4138)



(小学校で活動する8020推進員)

豊田校区【認知症予防講座】の取り組みを紹介します

豊田校区自治協議会主催による「認知症予防講座」が6月から開催されており、今後、医師による講義、音楽療法、脳トレや食による認知症予防等の講座も計画されています。

なお、本講座は、毎月2回、来年3月まで開催予定です。

(城南まちづくりセンター

☎0964-28-2260)

