



西区役所

〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎329-1111



熊本市西区チャンネル「まちセンTV」第3弾！

熊本市西区チャンネル「まちセンTV」の第3弾を配信しました。

地域活動や行事を直接取材し、西区の魅力が発信できるよう、西区を身近に感じてもらえるような手作り感があり温もりが伝わる映像をお届けします。



今回の配信は、小島校区のグライダー専用『小島滑空場』です。コロナ禍で縮小を余儀なくされている地域活動にまちセンが密着することで、地域を盛り上げ活性化させていきたいです。

ぜひ、ご覧ください！



↑動画はこちらから

(西部まちづくりセンター ☎329-7625)



「ロコモ予防教室」参加者募集 ～骨密度を知って、ロコモ予防！～

無料

ロコモティブシンドローム（運動器症候群）は、運動器の機能の低下によって「立つ」「歩く」といった移動能力が衰えた状態をいいます。進行すると介護が必要となる可能性があり、元気なうちからの予防が大切です。

骨密度測定でご自身のリスク度を確認し、一緒に予防方法について学んでみませんか？

日時 10月21日（金）午後1時～4時

場所 西区役所3階健康センター

内容 ・骨密度測定
・医師、保健師、栄養士からのお話

対象 西区に住む40歳以上の方

定員 15人（先着順）

申込 10月7日から電話で西区役所保健子ども課へ
(西区役所保健子ども課 ☎329-1147)



地域みんなで介護予防 ～青空の下で体操しませんか～



〈公園でラジオ体操をしている様子〉

日時 11月8日（火）午前10時～11時

場所 西部交流センター 芝生広場（雨天時、西部交流センター 多目的室）

内容 屋外でできる体操（講師指導あり）

対象 西区に住む高齢者の方

定員 50人（先着順）※雨天時は、感染対策のため25人に制限

申込 10月11日から電話で西区役所福祉課へ
(西区役所福祉課 ☎329-5403)

行政書士無料相談会開催

日時 10月14日（金）午前10時～午後4時

場所 西区役所1階101会議室

目的 市民を対象とする無料相談会

内容 遺言相続・成年後見・農地関係・補助金関連・協議書・交通事故等

申込 当日直接会場へ

問合せ 熊本北西支部相談会担当（☎080-6457-0275）
(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



★第2回南区人生会議の日～あなたの想いをつなげるために はじめの一歩～★

無料

南区では、令和2年4月に策定した「南区地域包括ケアシステム推進方針」に基づき、地域の「おたがいさま」の心で支え合いながら、医療や介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らすことができるよう、さまざまな取り組みを進めています。

昨年に続き、「地域包括ケアシステム」、終末期医療に伴う「人生会議」の大切さや「メッセージノート」について区民の皆さんに理解を深めていただくことを目的としたイベントを開催します。

日時 11月12日（土）
午前10時～正午（受付：午前9時半～）

場所 アスパル富合ホール（南区役所隣）

内容 ①講演

「人生会議のすすめ」講師：林 茂さん（にしくまもと病院名誉院長）
「在宅医療とは」講師：後藤 慶次さん（ひまわり在宅クリニック院長）

②寸劇 「家族会議～はじめの一歩～」出演：南区令和ばってん劇団

③体験 メッセージノート記入

対象 南区に住むか通勤する方（要事前申込）

定員 200人程度（先着順）

※新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のためマスク着用をお願いします。

申込 10月5日～14日までに電話で南区役所福祉課へ
(南区役所福祉課 ☎357-4129)



（令和3年11月28日「第1回南区人生会議の日」天明ホールの様子）

南区でまちづくり事業を検討されているみなさんへ まちづくり活動に要する経費の一部を助成します！

まちづくり活動に興味のある方、興味はあるけど資金調達が難しくって…という方、これを機に活動の第一歩を踏み出してみませんか？詳しくは、南区内のまちづくりセンターまたは南区役所総務企画課へ。

【前期分の募集に申請されていない事業のみ対象となります。】

補助金額 1年目 対象事業費×2/3（上限40万円）

2年目 対象事業費×1/2（上限30万円）

3年目 対象事業費×1/3（上限20万円）

※自治会、校区自治協議会への補助金額は、初年度のみ対象事業費×1/2（上限30万円）

(南区役所総務企画課 ☎357-4112)

城南地域物産館 火の君マルシェ

火の君マルシェ 検索

■10月1日（土）、2日（日）火の君マルシェ8周年祭＆城南町名物！パンdeレンコン販売会

いろんなパンdeレンコンを販売予定！あなたはどれが好きですか？先着プレゼントやガラポン抽選会も行います。

■花の寄せ植え講座開催！！

寄せ植えの作り方や管理のコツを講師が教えます。ぜひご参加ください。

日時 10月23日（日）午前10時～

費用 2,000円（材料費込み）

※花を追加する場合は別途料金が発生します。

申込 事前予約制となりますので、下記の事務局にお申し込みください

■ホームページ、Facebookもご覧ください

<http://hinokimi-marche.com/>

☎火の君マルシェ事務局（☎0964-28-8831）

(西南部農業振興センター ☎329-1158)

行政書士無料相談会

日時 10月13日（木）午前9時半～午後4時

場所 南区役所2階会議室

内容 遺言、相続、成年後見、会社設立、契約、営業許可、在留資格等に関する相談

申込 当日直接会場へ

問合せ先 熊本県行政書士会熊本東南支部 南区役所相談会担当（☎090-1972-4543）
(南区役所総務企画課 ☎357-4112)