

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 1月29日(月)
午後1時半～3時 **場** 健康センター大江分室すこやかホール



(ウェルパルクまもと3階) ※Webでの教室受講も可能です。**因** 離乳食の進め方についてなど **因** 中央区に住む令和5年8月～9月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者 **定** 会場での参加: 15組、Webでの参加: 4組(ともに先着順) **持** 親子(母子)健康手帳、バスタオル **申** 1月9日(火)からホームページ内申込専用フォームへ

詳しくは、中央区役所ホームページ(右記QRコード)へ。
(中央区役所保健こども課 ☎328-2419)



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 1月4日(木)～31日(水) ※日祝日除く。**時** 午前9時～午後4時 **因** 「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。お気軽にご相談ください **問** ささえりあ熊本中央(☎319-0222)
(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

女性行政書士、税理士による無料相談会

日 1月24日(水) 午前10時～午後3時 **場** 市庁舎1階正面玄関右 **因** 遺言・相続・成年後見・税務相談など **申** 1月23日(火)までに電話で熊本県行政書士会女性部会江尻(☎080-1740-6443)まで **問** 熊本県行政書士会女性部会 江尻 相続などに関する身近な問題等について、お気軽にご相談ください。
(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

そなえる防災講座 **無料**

講義内容	講師	日にち	定員
今すぐやれる！ 「いつもしもの安心術」	防災・安心プランナー 柳原 志保さん	1月31日(水)	40人
防災パッククッキング	中央区役所保健こども課 管理栄養士	2月2日(金)	16人
意外と知らない天気の豆知識と災害時の活用について	気象予報士・防災士 気象防災アドバイザー 早田 蛍さん	2月9日(金)	40人

場所 中央公民館(中央区草葉町5-1)
時間 いずれの講座も午前10時～正午
申込 Webまたははがきで①ご希望の講座の日付、②住所、③氏名(フリガナ)、④年齢、⑤性別、⑥電話番号を書いて〒860-0016中央区山崎町8-8RKKメディアプランニング内そなえる防災講座事務局へ(抽選)

応募締め切り 1月10日(水) 必着

※当選者には受講券を郵送しますので当日お持ちください。

問い合わせ RKKメディアプランニング内そなえる防災講座事務局(☎351-3819)

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



Web予約はこちら↑

1月のくまデジセミナー(要予約) **無料**

デジタル個別相談(30分間)
午前11時～午後4時(火曜日・祝日除く)
ソフトバンクスマホセミナー(基礎編) 定員:12人
1月10日(水) 午前11時～午後0時半
X(旧Twitter)活用セミナー 定員:10人
1月15日(月) 午後1時～2時
ソフトバンクスマホセミナー(応用編) 定員:12人
1月22日(月) 午前11時～午後0時半

場所 くまもとデジタルサポートセンター(中央区坪井2丁目2-42 ニュー広町ビル1階 藤崎宮前駅となり)

〈申し込み・問い合わせ〉

中央区役所総務企画課 ☎328-2610
中央区まちづくりセンター ☎328-2232



(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

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**

日 1月24日(水)
午後1時半～3時 **場** 東区役所3階すこやかホール



因 離乳食の進め方、レシピ紹介、赤ちゃんの歯についてなど **因** 東区に住む令和5年8月～9月生まれの乳児(第1子)と保護者 **定** 15組(先着順) **持** 親子(母子)健康手帳、バスタオル、筆記用具 **申** 1月5日(金)からホームページ内の申込専用フォームへ

詳しくは、東区役所ホームページ(右記QRコード)へ。
(東区役所保健こども課 ☎367-9134)



<発達気になるお子さんのママ・パパへ> りらくまカフェ **無料**

お子さんの発達や関わり方について、専門家や先輩ママ・パパと一緒にしゃべりたり、お話を聞いてみませんか。

日 2月9日(金) 午前10時～正午 **場** 東区役所3階健康センター **因** 講話「こどもの遊びと運動について」・おしゃべり会 **師** 福嶋 隼人さん(熊本託麻台リハビリテーション病院理学療法士) **因** 小学生以下のこどもを持つ保護者 ※託児なし。 **定** 15組(先着順) **申** 1月5日(金)～2月7日(水)までに電話で東区役所保健こども課へ(東区役所保健こども課 ☎367-9134)

認知症サポーター養成講座 **無料**

認知症を正しく理解し、認知症の方と家族を支える応援者(サポーター)になりませんか。

日 2月14日(水) 午後1時半～3時 **場** 東部公民館B研修室 **因** 認知症の方と家族の思い、症状と対応、認知症サポーターの役割 **定** 20人(先着順) **申** 1月15日(月)から電話でささえりあ江津湖(☎214-6888)へ
(東区役所福祉課 ☎367-9127)

認知症家族の会

	やすらぎとまりぎ	にしたく認知症家族の会
日時	1月24日(水) 午後2時～4時	1月25日(木) 午後2時～3時
場所	グループホームほほ笑み(東区戸島西5丁目5-26)	迎八反田公民館(東区長嶺西2丁目6-55)
対象	市内に住む方(完全予約制)	どなたでも
申込	電話でささえりあ託麻(☎282-8249)へ ※参加費100円。	電話でささえりあ保田窪(☎387-8201)へ ※無料。

(東区役所福祉課 ☎367-9127)

東区ニュース

東区まちづくりカフェin 託麻児童館 開催しました！

11月21日(火)に託麻児童館で「東区まちづくりカフェ」を開催しました。これは、東区長と地域の皆さんでこれからのまちづくりを考え、ざっくばらんに意見交換を行う取り組みです。第4弾となる今回は、託麻児童館をよく利用される子育て中の区内在住の方々と「子育てしやすいまち」を題材に、こどもの遊び場や一時預かりなどに関する話題について、終始和やかな雰囲気の中、活発に意見が交わされました。

帰りの際には、東区役所の花壇に植えたハーブから作ったサシェをお渡しし、参加者の皆さんに喜んでいただきました。

(東区役所総務企画課 ☎367-9121)



ひがしくさんぽ

～東区にまつわる情報をお伝えします～

初詣、どこ行く？

東区桜木に、「沼山津神社」があります。沼山津神社は、室町時代に浮島熊野座神社から分祀された、500年もの歴史がある神社です。

季節ごとに、長寿祈願祭、茅の輪くぐりなどの行事が行われており、地域住民から愛されています。

平成28年の熊本地震では大きな被害を受け、石造りの鳥居も倒壊しましたが、住民の皆さんの支援と補助金を活用し、立派な鳥居が再建されています。

沼山津神社では、昨年からの新たな試みで、12月31日の大みそかにライトアップを開催しています。

ライトアップは大みそかの一夜限りですが、新しい年のはじまりにぜひお詣りされてはいかがでしょうか。



令和4年度
大みそかのライトアップの様子
(秋津まちづくりセンター ☎368-2200)