

河内・芳野校区で地域おこし協力隊インターン活動中！！

◆ 地域住民と積極的に交流を深めて、課題に取り組む ◆

8月より河内・芳野校区で活動している地域おこし協力隊インターン。町内自治会長などを中心にお話を伺いながら、空き家対策や地域住民のコミュニティの希薄化などの課題について取り組んでいます。その中でも「空き家の利活用」について、実際に地域を回り、町内自治会長など地域住民の協力を得ながら、活用方法などひとつひとつ所有者へ説明してきました。その結果、先日、熊本市が行っている



「空き家バンク」制度への登録をしていただくことになりました！登録をするにあたり、早速、所有者の方々と一緒に部屋の片づけや庭の清掃を行いました。そして、手続きの説明から申請書作成の補助なども一緒に行い、担当課へ申請が完了しました。これを契機として、少しずつ空き家利活用の理解が広がり、地域の活性化に繋がっていくことを期待しています。その他、インターンの最終的な活動報告は、次月号でご報告致します！お楽しみに♪



地域おこし協力隊インターン着任のご挨拶



(鮫島 由美子さん)

河内の皆様、はじめまして。東京都大田区から地域おこし協力隊インターンとして8月18日に着任しました鮫島由美子と申します。今回の活動では主に「空き家対策」と「地域住民の意識希薄化」に取り組み、既に3週間ほど活動しております。実際に地域の方々にお会いしてお話をする毎に「豊か」という印象を受けています。それは海と山、川に恵まれ、それぞれの特産品や資源、景観を大事に守られてきた町の歴史があるからだと思います。私の職歴として秘書やマネジメントがあるのですが、活動を通して「豊か」な河内をより豊かで魅力的な町に進化するお手伝いが出来れば幸いです。髪型を変える、明るい服を着るだけで印象がガラリと良くなる様に、空き家対策の取り組みで町の印象、地域の皆様の心持は変わります。少しの変化から地域の皆さんと河内にワクワク、ドキドキを増やしたいです。どうぞお力添えを賜りますようお願い申し上げます。



(本田 陽子さん)

皆様こんにちは！地域おこし協力隊インターンとして、9月後半の2週間赴任した本田陽子です。実はこの原稿を書いているのが就任前なのですが、今頃、充実した活動報告ができていいなと思います。東京在住ですが、実家は熊本市中央区です。フリーランスでライターなどをしてしています。これまでに経験した仕事は広告会社の営業（ずーっと前に、熊本を代表するお菓子の広告を手掛けたことも^_^）や、情報配信社の中国駐在などで、直近では世界遺産に関するNPO法人の研究員を務めておりました。歴史や文化に興味があり、旅行や登山によく出かけています。昨年帰省したときに初めて金峰山に登りみかん畑の中をドライブして、熊本市にこんな素敵なおところがあったんだ！とびっくりしました。インターンの話を聞き、美しい景色が思い浮かんで、なにか自分もお役に立てればと応募した次第です。このご縁を、今後も繋いでいけると大変嬉しいです。よろしく願いいたします。

全九州オープン空手道選手権大会！！優勝！！

令和4年8月21日（日）熊本市総合体育館にて、全九州空手道選手権大会が開催され、「拳和会・河内道場」から組手試合に6名の選手が参加しました。本格的な組手の稽古は2ヶ月ほどで、初めての大会参加ということもあり不安の中で挑んだ大会だったとのことですが、日頃の鍛錬の成果を発揮して、見事好成績を修められました！出場した皆さん、本当におめでとうございます！！



「組手試合」

優勝 幼児の部：宮本惺義君（塩屋）

優勝 小学1年生の部：

宮本獅音君（塩屋）

優秀選手賞 小学1年生の部：

志水一翔君（温泉）

木下颯真君（白浜）

全日本空手道「拳和会」泰道館河内道場のみなさん
（写真前列左から）

志水くん・宮本（獅）くん・宮本（惺）くん・木下くん



今月の行事・お知らせ

～ 河内商工会からのお知らせ ～

▼今年もプレミアム商品券を実施します。

使用期間：11月1日～12月31日（商工会会員事業所でご利用できます。）

プレミアム率：20%（購入5,000円で6,000円分使用出来ます。）

購入方法：購入申込書（新聞折込若しくは加盟店設置、又はHP）にご記入のうえ、
商工会に持参若しくは郵送してください。

申込期間：10月17日～10月21日

引換期間：河内商工会にて、11月1日（火）～7日（月）の間

※土日祝日は引換できません。

※その他、購入申込多数の場合は、抽選会を実施し、

10月28日より当選者へ順次購入引換券を発送します。



▼75歳以上の方の被保険者証は10月から薄青色になります。



10月1日からの病院等での窓口負担割合の見直しにより

令和4年10月1日～令和5年7月31日の

薄青色の保険証が9月下旬には郵送で届きます。

有効期間を確認後に保険証の差し替えをお願いします。

▼高齢者総合相談窓口（利用料は無料です）

日時：10月25日（火）午後2時～3時

場所：河内まちづくりセンター

河内総合出張所1階ロビー

◎来所によるご相談以外にも、訪問相談も行っています。

高齢者支援センターささえりあ金峰

☎ 277-2588

▼行政相談

日時：10月21日（金）午後1時～3時

場所：河内まちづくりセンター

河内総合出張所3階 第2会議室

◎行政に関することのほか、気軽にご相談ください。

（担当課：河内総合出張所 ☎ 276-1111）

※人権相談は、毎月第2・4水曜日 午後1時に西区役所で実施しています。

※高齢者総合相談及び行政相談は新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止する場合があります。

詳しくは担当部署までお問合せください。

地域の情報を求めています。ふるってお寄せください！（河内まちづくりセンター：電話276-1111まで）

まちづくり相談窓口の改善を行っています！

◆ 気軽にたくさんの地域住民に来ていただけるような窓口に ◆

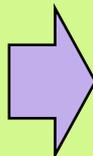
日頃より河内まちづくりセンターのまちづくり班（地域担当職員相談窓口）では、校区自治協会長や町内自治会長などの住民代表の方から個人の方まで、地域環境や防災、道路や農業など様々な課題について、ご要望やご相談を受けています。そのような中、以前より、まちセンの窓口が少し暗くて入りづらい、相談しにくいとのご意見がありました。そこで、気軽に窓口に来ていただけるよう、今年度より地域住民と一緒に窓口の環境改善に取り組んでいます。4月より片付け作業を開始し、少しずつ改善を行ってきました。改善に伴い出来るだけ費用をかけないように、今年5月まで行われた「くまもと花博」で使用した観葉植物を譲り受け、木製花壇なども棚や相談者用の机に再利用するなどしました！また、職員の固定された座席を廃止し、自由に席を選ぶスタイル（フリーアドレス化）に変更しました。メインの約2m四方の机は、河内校区の古閑自治会長とまちセン職員で作成しました！その他、たくさんの住民の方に壁紙張りなどもお手伝いいただきました。また、来庁者に少しでも楽しんでいただけるよう、一部のスペースにイベント用の雨天対策に使用するシェルター（テント）も設置し、キャンピングオフィス化にも挑戦しました！これからも住民の方のご意見をいただきながら、明るい窓口改善に取り組んで参りたいと思います。



Before



After



お気軽にお越しください！
お待ちしております！！



じんけんコラム ホツと♡スペース

ひとにやさしい、じぶんにやさしい
あたたかい話題をとどけます！

10月1日「国際高齢者デー」



日本では9月第3月曜日に高齢者を敬い、長寿を祝う「敬老の日」があります。もとは戦後の混乱の中で、「精神的に疲れ切った子どもを戦地に送った親」に少しでも報いたいという兵庫県のある村の村長さんが開いた「敬老会」がはじまりだったそうです。また、世界の国々でも同様の日が設定されており、食事会を催したり、メッセージカードを贈ったりしているそうです。

このように世界中で、高齢者への敬意や感謝をあらわす風習がありますが、その反面、高齢者への虐待や高齢者の有する財産権の侵害などの問題も深刻化しています。

毎年10月1日は1991年から国際連合加盟国が定める「国際高齢者デー」です。高齢者の権利や問題について理解を深めるための啓発活動を行うことを目的としています。

これまで社会に尽くしてきた人生の大先輩を敬い、感謝の気持ちをもつことで、高齢者の人権尊重や高齢者虐待防止・認知症への理解などにも意識が向き、誰もが人としての尊厳をもって長生きできる、そんな世の中にしていきましょう。

図書室から 10月 開室時間 午前9時30分～午後5時

秋になり、皆さん忙しくお過ごしかと思いますが、息抜き、気分転換に図書室を利用してみませんか。

～河内公民館図書室について～

- ・開室時間は、9時30分～17時まで。
- ・休室日は、月曜日と第4木曜日です。
(月曜日が祝日の場合は、次の日が休室です)
- ・図書カードは市内在住の方ならば、0歳から作ることができます。
- ・利用は無料です。
- ・貸出は、雑誌・書籍合わせて10冊まで、2週間、借りることができます。
- ・熊本市立図書館や熊本市内の公民館の図書室で貸出返却できます。

10月						
月	火	水	木	金	土	日
					○	1
○ 3	4	5	6	7	8	9
10	○ 11	12	13	14	15	16
○ 17	18	19	20	21	22	23
○ 24	25	26	○ 27	28	29	30
○ 31						

「利用の仕方が分からない。」 「どんな本があるの？」 「昔、カードを作ったけれど、どこにあるのか分からない。」 「本の予約って何？」 など、気になる方はお気軽に図書室にお尋ねください。皆様のご利用をお待ちしております(^^)



～新刊紹介～

- 【一般】 ○発酵パワーで元気になる みそレシピ
 ○るるぶ 由布院 黒川 '23
 ○長屋の花を散らすな
 ○残照
 ○しあわせの小径
- 【児童書】 ○アンパンマンとらんぼうや
 ○これ、なーんだ？
 ○ポケモン大図鑑 上・下
 ○はっけん！イモリ
 ○トラブル旅行社2

- 大瀬由生子／著 (料理)
 JTBパブリッシング／著 (旅行)
 鳥羽亮／著 (小説)
 本城雅人／著 (小説)
 葉祥明／著 (誌)
 やなせたかし／著 (絵本)
 今井しのぶ／著 (絵本)
 小学館／著 (図鑑)
 林光武／著 (学習)
 廣嶋玲子／著 (小説)



「おはなしボランティア」を募集しています！

河内公民館では、絵本等の読み聞かせをする「おはなしボランティア」を募集しています。河内公民館主催講座「オンラインでつながろう」やその他の主催講座等(現在は未定です)の中で読み聞かせをしていただく予定です。期日や時間、回数、読み聞かせの対象等は事前にご相談しながら、無理のない範囲で進めていきたいと思っております。事前学習会も予定しておりますので、初めての方もやってみませんか？楽しいですよ！お気軽にお尋ねください。



河内公民館からのお知らせ



10月募集の主催講座のご案内



※開催予定です。新型コロナウイルス感染症の状況によって変更の可能性があります。

講座名	日時	対象者・場所・参加費	申込方法(電話)
オンラインでつながろう (前半)脳の病気のはなし (後半)夏の疲れに!リラックス体操	10/27(木) 午前10時~ 11時半	60歳以上の方 各20人 河内公民館・芳野コミセン zoomができる場所 無料	10月6日(木) 午前9時から 【先着順】
河内を歩く⑤ ~みかん狩りと港の風景~	11/5(土) 午前10時~ 11時半	小学生以上の方 20人 ※中学生以下保護者同伴 河内老人福祉センター駐車場集合 500円(小学生400円)	10月12日 (水)まで 【抽選】

子育てサークルかわち ◆10月20日(木) 午前10時~11時半 ◆内容 音楽療法

◆場所 河内公民館多目的ホール

◆参加費 無料

◆対象 乳幼児と保護者 ◆申込 10月12日(水)までに河内公民館へ電話で申込(276-0133)

共催:河内芳野校区民生委員児童委員協議会・河内公民館 協力:西区保健子ども課



「スマートフォン・お悩み相談(仮)」講師・アシスタント募集!



河内公民館では、来年1月から主催講座「スマートフォン・お悩み相談(仮)」を企画中です。内容は、地域の方々がスマートフォン使用に関するお悩みを講師やアシスタントに教えてもらいながら解決するというものです。現在、講師とアシスタントを探しています。

【講師(成人)】スマートフォンの機能や使用法について、参加者が尋ねることに対してやり方を教える。

【アシスタント(大学生)】スマートフォンの機能や使用法について、参加者が尋ねることに対して講師が指導した後に参加者がやってみるのを手伝う。

スマートフォンは 아이폰かアンドロイド、どちらか一方でも大丈夫です。謝金も用意しております。特に大学生のお申込みをお待ちしております。



河内公民館では、地域の皆様に満足していただけるような主催講座の内容を探しています。「〇〇ならば皆が参加する」「△△を皆で学んでみたい」等、ご意見がありましたら「主催講座のアイデア」係へお気軽にお電話ください。※学びたいという方からのご意見を募集しています。講師が自分自身の講座を開くことはできませんのでご了承ください。

申込・お問い合わせは河内公民館【電話 276-0133】まで。

河内公民館講座紹介～教養講演会(生きがい学級)～



期日：令和4年6月4日(土)
演題：「河内歴史探訪」
講師：稲津暢洋さん(熊本博物館)

河内の「製鉄」と「製塩」についてお話がありました。富塚付近で鍛冶を行っていた記録があり、鶉通洞では砂鉄が取れていて、鑪の地名は「製鉄」に由来するそうです。また、塩屋の製塩については、周辺の地形から塩田による「製塩」ではなく塩釜による製塩の可能性があるとの話がありました。

期日：令和4年7月3日(日)
演題：「イライラや怒りの感情と上手につき合う
アンガーマネジメント」
講師：池田福美さん
(アンガーマネジメント講師)

「怒り」とはどういうものか、私たちが怒らせるものの正体、怒りが生まれるメカニズム、マイナスの状態や感情を癒す方法、アンガーマネジメントの3つのコントロール法について教えていただきました。



期日：令和4年8月6日(土)
演題：「ニュースポーツを体験しよう！」
講師：陣内和浩さん(天草青年の家)
河内公民館職員

今回は「フロッカー」と「モルック」を体験しました。参加の皆さんに『楽しかった。いっぱい笑ってよかった。無心に遊べたのでよかった。』『身体を使う運動、数字を数えながらのプレーがとてもよかった。』と好評でした。