



こちら
西区 Nishi
です

5
月号
平成27年

西区役所
〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎096-329-1111 (代表)

- ・総務企画課 ☎096-329-1142
- ・まちづくり推進課 ☎096-329-1146
- ・区民課 ☎096-329-8503
- ・福祉課 ☎096-329-5403
- ・保護課 ☎096-329-6839
- ・保健子ども課 ☎096-329-1147
- ・農業振興課 ☎096-329-1158
- ・西税務課 ☎096-329-1174
- ・農業委員会西区分室 ☎096-329-1179

河内総合出張所 ☎096-276-1111 花園総合出張所 ☎096-359-1122
芳野分室 ☎096-277-2001

西区の人口 (平成27年3月1日現在推計人口) (人口) 92,717人(前月比-82) (世帯) 38,687世帯(前月比-13) (面積) 89.33km²(国土地理院公表値)

西区まちづくり事業

**「剣豪 宮本武蔵像をたずねて&ホテルまつり」
～のんびり、ゆっくり健康ウォーキング～**

日時 5月30日(土) 正午～ ※小雨決行(雨天の場合は翌日31日に順延)。
集合場所 金峰森の駅みちくさ館(西区河内町岳)
コース ○漱石コース(3.5km) みちくさ館～面木神社～岩戸の里公園～鼓ヶ滝～消防局河内出張所前～みちくさ館
○武蔵コース(5km) みちくさ館～面木神社～岩戸の里公園～鮎返し橋(水車小屋)～鼓ヶ滝～消防局河内出張所前～みちくさ館
※ウォーキングの後に、ホテル観賞もできます。
対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴) **定員** 200人(先着順)
費用 大人1,000円、小・中学生500円、小学生未満無料
(おにぎり、だご汁、金峰山エリアの特産物の参加賞付)
申込み 5月12日～24日までに電話、ファクス(096-278-1060)、郵送または持参で住所、氏名、年齢、連絡先を書いて〒861-5347西区河内町船津791西区金峰山エリアまちづくり事業実行委員会(☎096-276-0133)へ
(月曜日を除く。午前9時から午後5時まで) (河内公民館)

ピカピカカミカミ教室

無料

日時 5月22日(金) 午前10時～11時半
場所 西区役所3階健康センターホール
内容 むし歯予防と食事の話、おやつを試食、歯みがきの練習、親子ふれあい遊びなど
対象 西区に住む平成25年12月～26年5月生まれの幼児と保護者
定員 20組(先着順)
持参物 親子(母子)健康手帳、仕上げみがき用歯ブラシ
申込み 5月1日から電話で西区役所保健子ども課へ

もうすぐパパママ教室

無料

日時 6月6日(土) 午前10時～正午
場所 西区役所3階健康センターホール
内容 沐浴の見学、パパの妊婦疑似体験、妊娠中からの健康・歯・食生活の話、座談会など
対象 西区に住む妊娠12週以降の初産婦とそのパートナーなど。ママだけの参加も可
定員 25組(先着順)
持参物 親子(母子)健康手帳
申込み 5月1日から電話で西区役所保健子ども課へ

オンブズマンが区役所や公民館などを巡回します

無料

熊本市オンブズマンが、区役所や各公民館などに出向き、市民の皆さんとの面談を通じ苦情申立てを受け付けます。
日時 5月21日(木) 午後2時～4時
場所 西区役所2階203相談室
対象 どなたでも(市外在住者や外国人、団体なども可)
定員 3人(先着順)
申込み 5月1日～20日午後5時までに電話でオンブズマン事務局(☎096-328-2916)へ
※調査の対象となる苦情の範囲は、本市の仕事と、その仕事に関わる職員の行為で、自らの利害に関わり、その事実のあった日(終わった日)から原則として1年以内の苦情です。ただし、行政不服申立てなどほかの制度を利用した場合など、取り扱わないこともあります。

西区の食材を生かした
お料理レシピ

今回は、「西区でとれる食材を生かした料理コンクール」のスイーツ部門で最優秀賞を受賞した奥村 恭子さんの「れんこん団子のみかん餡」です。

れんこん団子のみかん餡

ポイント

みかんは濃厚で酸味がありビタミンCも豊富。美しくなりたい女性に…。レンコンは、低カロリーなので、皆さんに食べてほしい!

材料 (4人分)

れんこん250g(やや大きめ1節)、みかん(大)10個、白玉粉180g、白玉用砂糖10g、グラニュー糖大さじ5杯(75g)、水80cc

調理手順

(団子)

- ①レンコンの皮をむいてすりおろす。
- ②白玉粉に水、白玉用砂糖、すりおろしたレンコンを入れ、耳たぶ程度のやわらかさになるまでこねる。
- ③沸騰したお湯に一口大にまるめた団子を入れる。
- ④団子が浮き上がったら冷水で団子を冷ます。
- ⑤串に団子を刺し、冷やしたみかん餡をかける。

(みかん餡)

- ①みかんの皮をむき、ミキサーにかける。
- ②みかん汁を裏ごしする。
- ③鍋に裏ごししたみかん汁とグラニュー糖を入れ、中火で30～40分程度とろみがつくまで煮つめる。 ※ふきこぼれに注意。

本市の温州みかん栽培の歴史は古く、江戸時代の領主が生産を奨励したのが始まりといわれ、現在では全国有数の産地となっています。

(西区役所農業振興課)

パワースポット 拝ヶ石探訪 無料

河内町東門寺区内にある謎の巨石群。その石には神秘的な力があるとされています。古代のロマンと神秘を味わってみませんか。



日時 5月23日(土) ※雨天時は24日(日)。午前10時～正午
場所 拝ヶ石(河内町東門寺)
講師 内田 勝也さん
対象 どなたでも
定員 30人(先着順)
申込み 5月1日午前9時から電話か窓口で河内公民館(☎096-276-0133)へ

専門医による心の健康相談 無料

日時 5月28日(木) 午後(予約制)
場所 西区役所3階健康センター
内容 専門医による個別相談
対象 心の病気の方や家族、関係者など
申込み 西区役所保健子ども課へ

精神障がい者家族教室

無料

日時 5月29日(金) 午後1時半～3時半
場所 西部公民館2階A会議室
内容 交流座談会
対象 精神障がい者の家族・関係者
申込み 当日直接会場へ
(西区役所保健子ども課)

今月の西区の主な行事

●高橋校区のこいのぼり



高橋町坪井川に全国から集まった約500～600匹のこいのぼりが泳ぎます。
期間 5月8日まで
場所 高橋稲荷大橋から天満橋の間(約200m)
詳しくは、高橋校区町興しの会事務局(☎096-329-8816)へ。
(西区役所まちづくり推進課)