〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

■カフェ型健康サロン

■毎月第1·3金曜日午後2時~3時 場室原内科・小児科3階(中央区国府 1丁目11-9) 内熊本地震拠点避難所 で開催していたサロンを健康サロン として再開し、スロー筋トレ等を行っ ています 問ささえりあ水前寺(☎ 362-0065)

(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

認知症介護家族のつどい 「もやいのひろば」 |電話でお話ししませんか (無料)

期 2月1日(火)~28日(月) ※日祝日 除く 時午前9時~午後4時 内 「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。気軽に相談ください 間 ささえり あ熊本中央(☎319-0222)

(中央区役所福祉課 ☎328-2311)

認知症介護家族のつどい 「こもれびひろば」

■2月18日(金)午後1時半~3時半 場 慈愛園地域交流スペースさんさん (中央区神水1丁目14-1) 内介護の悩 みを打ち明けて気持ちを分かち合い 本音が話せる場です 対認知症の方を 介護する家族 固ささえりあ水前寺 (2362-0065)

(中央区役所福祉課 ☎328-2311)



【講座】そなえる防災講座 無料

■2月24日(木)午後2時~4時場中 央公民館6階会議室園令和2年7月 「人吉豪雨災害」の記録~旧坂本村(現 八代市) 出身・気象予報士に聞く復旧 復興の記録と水防災への備え~ 師早 田 蛍さん(気象予報士) 定会場参加:

20人(先着順)、オンライン(ZOOM) でも同時配信 田会場参加希望の方は 2月5日から電話(☎334-1500)また はホームページ (higomaru-call.jp) でひごまるコールへ「※会場参加者は マスク着用と、当日のヘルスチェック シートへの記入(氏名、連絡先)をお願 いします。

オンラインでの参加は 右記のQRコードから申し 込みください。 登録したメールアドレス宛 に参加方法を送付します。



(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

デジタルに関する困りごとはくまもとデジタルサポートセンター(愛称:くまデジ)へ

「くまデジ」では、デジタルの困りごと相談対応や、デ ジタル機材の貸し出し等を行っています。

相談の際はホームページから予約を行うか、直接「く まデジ」へお越しください。タブレットやスマートフォ ンの操作を一緒に行いながら解決のお手伝いをします。 また、くまデジではデジタルに関する講座を実施して います。これまでに「はじめてのLINE講座」「はじめての ZOOM講座」「デザインの基礎講座」を開講しました。

今後も各種講座を予定していますので、気軽に申し込 みください。



はじめてのLINE講座の様子↑



出水南校区民生委員 児童委員協議会の ZOOM講座の様子★

【講座参加者の声】

- ・「ZOOMを身近に感じられた。」
- ・「LINE電話やビデオ通話のかけ方がわかった。」 一アンケートより抜粋―

今後の講座予定(募集中) 🥊

| 丹/工 | 」。 | M |
|----------|-----------|----|
| <u>,</u> | 日時 | 場所 |
| | 2目16口(¬k) | |

| 神生石 | | <i>+</i> 2017/1 | 上 |
|-----------------|---------------------------------|-----------------|-----------|
| はじめての LINE講座 | 2月16日(水) 3月16日(水) 午後2時~3時 | くまデジ | 6人 |
| はじめての ZOOM講座 | 2月10日(木) 3月10日(木) 午後2時~3時 | くまデジ | 6人 |

申込 電話で中央区役所総務企画課へ

くまデジ開設時間 午前11時~午後5時(火曜・祝日を除く) ※相談は原則30分

場所 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)駐車場なし

どなたでも(機材の貸し出しや派遣は中央区の地域団

ホームページURL https://kumadeji.jp/





くまデジHPは こちら

完昌

(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)

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

【講座】認知症サポーター養成 **講座(オンライン開催) (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。

■3月8日(火)午後2時~3時半(受 付:午後1時半~) 内認知症の症状と 対応・認知症の人と家族の思い・認知 症サポーターの役割について Microsoft Teamsによる講座を開催 します 定 30人 (先着順) 电 2月7日 から電話(☎214-6888)またはメー ル (houkatsu@tohya.or.jp) でささ えりあ江津湖へ

(東区役所福祉課 ☎367-9127)

認知症家族の会

■2月17日(木)午後2時~3時 ※今後 は毎月第3木曜日開催予定 内東区西 原・託麻西校区に認知症家族の会を立 ち上げました!介護や生活上の悩みを 仲間と語り合いませんか? ZOOMに よるリモート会合です 対東区西原・託 麻西校区に住む方 里電話でささえり あ保田窪(☎387-8201)へ

(東区役所福祉課 ☎367-9127)

■介護予防教室を開催します

■2月24日(木)午後2時~3時(受付: 午後1時半~) 場熊本トヨタくまもと 中央店多目的ホール(東区保田窪本町 10番55号) ※駐車場に限りあり 内消費者センターや最新の消費者ト ラブルについて一緒に学びません か? 題「消費者センターってどんなと ころ?」 対市内に住む方 定30人(先 着順) 里 電話でささえりあ保田窪(☎ 387-8201) ^

(東区役所福祉課 ☎367-9127)

|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~ (オンライン開催) (無料)

■2月24日(木)午後1時半~2時半 **内**離乳食の進め方、レシピ紹介など、 Microsoft Teamsによる講座を開催 対東区に住む令和3年9月~10月生 まれの乳児(原則として第1子)と保

護者 **屋** 15組 (先着順) ■2月7日~16日に電 話またはメール (higashihoken kodomo@city. kumamoto.lg.jp) で東 区役所保健子ども課へ



こちら





(東区役所保健子ども課 ☎367-9134)

KUMAMOTO

インスタグラムはじめました

「#higashiku_lover」をつけて投稿しよう!

公式アカウント [kumamoto_higashi_official]



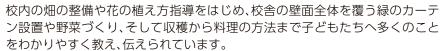
東区ニュース

西原小学校 学校支援グリーンボランティアが秋季 善行表彰を受賞

西原小学校 学校支援グリーンボランティアが 「一般社団法人日本善行会」による令和3年度秋季善 行表彰を受賞されました。この賞は、環境美化運動な どの善行実践活動に取り組む団体に表彰されるもの で、全国413の各団体の推薦・応募の中から受賞が決 定されたものです。

グリーンボランティアは、平成20年4月に緑化活 動を中心とした有志住民による団体であり、現在も 月に2度、定期的に西原小学校の緑化活動を支援され ており、これまでの長年にわたる功績が認められ、受 賞となられました。

グリーンボランティアの活動は児童たちが月に 1度、緑化活動に取り組むグリーンタイムに合わせた



また、西原小学校は、これまでも平成27年度、30年度、令和2年度に全国緑化コ ンクールで3度の「特選」を受賞しており、今年度も熊本市学校環境緑化コンクー ルで「特別賞」を受賞しています。

グリーンボランティア代表の重岡さんは「先生や地域の方々の協力があって 受賞ができた。今後も多くの方に沽動に参加していただき、子どもたちを中心に 楽しく活動を行っていきたい」と話をされていました。

学校支援グリーンボランティアの皆さん、全国表彰おめでとうございます。

(託麻まちづくりセンター ☎380-8119)

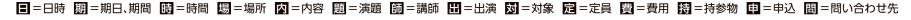
ホンモノと出会う

託麻南小学校5年生は、おでかけ公民館で琴 と尺八の演奏を聴き、琴を体験しました。「初

めて琴を弾いたが難しかった。先生方はすごく練習して こられたのだと思った。」と、体験したからこその気づき がありました。託麻北小学校4年生は、「いのちをいただ く」の絵本の原作者である坂本義喜さんの話を聞きまし た。「食べる」とは「命をいただく」ことだと気づき、給食の



残さいも減ったそうです。ホンモノから学ぶ、子どもたちの目は輝いていました。 (託麻公民館 ☎380-8118)



4 Trees