



中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

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7月1日(月)～31日(水) ※土日祝日除く。時午前9時～午後4時 内容「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 問合せありあ熊本中央(☎319-0222) (中央区役所福祉課 ☎328-2314)

熊本市中央区地域と企業等を 結ぶ応援事業～地域課題解決 の糸口を見つけよう！～

期7月17日(水) 午後2時～3時半 場中央公民館6階会議室 内容地域と企業等が連携して地域課題を解決した

事例発表や地域課題解決に向けた意見交換会 事前に応援事業の登録をしている団体 団体登録方法、申し込み方法は中央区ホームページへ (中央区まちづくりセンター ☎328-2232)



詳細・申し込みはこちら↑

はじめての離乳食教室 無料

期7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。内容離乳食の進め方についてなど 対象中央区に住む令和6年2月～3月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者 定会場:15組、Web:4組(ともに先着順) 持持物(母子)健康手帳、バスタオル 期7月5日から中央区ホームページで申し込み (中央区役所保健こども課 ☎328-2419)



詳細・申し込みはこちら↑



中央区まちづくり活動記 #12

～地域で活躍されている方々を紹介します！～

地域のこどもの未来のために、今自分ができていることを

今回は、本荘地域コミュニティセンター運営委員会副会長、渡邊 淳さん(40代)にお話を伺いました！

Q どのような思いで活動されていますか？

A 地域や学校の方が子どもたちのために真剣に考え動き、手厚く対応してくれる熱意を感じ、自分もできることをできるだけしていきたいという思いで活動しています。まちづくりに携わってみると、意外と楽しいなと思いました。

Q これから力を入れたいことはありますか？

A 地域コミュニティセンターをできるだけ開かれた場所に変えようと、Instagramのアカウントを立ち上げました。まだ投稿は少ないですが、これから内部の写真・活動の様子・利用状況などを積極的に発信していきたいと思っています。

Q 市政だより読者に向けて伝えたいことはありますか？

A 本荘地域コミュニティセンターは、施設内もきれいに保たれており、



ホールや調理室などさまざまな活動スペースがあるため、多様な人のニーズに応えられる場だと思っています。気軽にご利用いただけると嬉しいです。

あなたも渡邊さんのように地域のために活動する一員になってみませんか？

記事や写真をFacebookにも掲載しています。

ぜひご覧ください！



中央区Facebook 本荘地域コミュニティセンターInstagram

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

新しい自治会長さんです(5月27日までの届け出)

(敬称略)

安田 憲世(一新5) 吉村 敬午(黒髪3) 天野 英二(向山15) 野村 洋三(白川6)
井餘田 浩(大江10) 山本 真功(慶徳4) 田代 恵輔(壺川11) 渡辺 正宏(碩台4)
古川 知行(帯山西3) 都甲 憲治(慶徳6) 深田 進也(白川5)

(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

「東区健康まちづくり推進員」 養成講座 受講生募集!! 無料



●健康まちづくり推進員とは？

地域のイベントや集まりの場で、健康づくりに関する啓発や簡単な体操指導等を行うボランティアです。

講座修了後は、健康まちづくり推進員協議会に入会し仲間と一緒に活動します。

期8月～10月(計5回) 詳しくは、QRコードからチラシをご確認ください

内容健康づくりに関する講話や交流会等 対象東区で活動できる18歳以上の方で、養成講座に3回以上参加でき、修了後に校区の健康まちづくり活動ができる方 定35人程度 期7月5日～26日に東区役所保健こども課(☎367-9134またはファクス 367-9303)へ



【講座】認知症サポーター 養成講座

無料

期8月26日(月) 午後1時半～3時 場東区役所101会議室 内容認知症のひとと家族の思い、症状と対応、認知症サポーターの役割 定20人(先着順) 期7月16日から電話でささえりあ保田窪(☎387-8201)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	にしく認知症 家族の会
日時	7月24日(水) 午後2時～4時	7月25日(木) 午後2時～3時
場所	軽費老人ホーム あかつき(東区戸 島西2丁目4-50)	迎八反田公民館 (東区長嶺西2 丁目6-55)
対象	どなたでも (完全予約制)	どなたでも(初回 参加は要予約)
申込	7月5日から電話でささえりあ 託麻(☎282- 8249)へ ※参加費100円。	7月5日から電話でささえりあ 保田窪(☎387- 8201)へ ※無料。

(東区役所福祉課 ☎367-9127)

ささえりあ保田窪介護予防教室 「老後に備えて、必要なこと」

期7月30日(火) 午前10時～11時 場ファミリー長嶺西(東区長嶺西1丁目6-2) 内容相続や空き家等、老後に抱える問題について 対象市内に住む方 定30人(先着順) 期7月5日から電話でささえりあ保田窪(☎387-8201)へ (東区役所福祉課 ☎367-9127)

認知症カフェ「おひさまカフェ」

期7月20日(土) 午後1時半～3時 場ウォークラン健軍(東区健軍1丁目37-6) 内容筋肉と食事の関係、タンパク質の効果 定15人(先着順) 費100円 期7月5日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)

8020推進員の活動とは？

「8020推進員」は、こどもから高齢者まで、市民のお口の健康を保つ「8020運動」を行うボランティアです。育児サークルや高齢者サロン、地域のイベントなどで「むし歯予防」「健口体操」などを楽しく伝えています。

8020推進員になるためには「8020推進員養成講座」の受講が必要です。詳しくは、東区ホームページへ。



(東区役所保健こども課 ☎367-9134)

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

期7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 内容離乳食の話、レシピ紹介、赤ちゃんの歯についてなど 対象東区に住む令和6年2月～3月生まれの赤ちゃん(第1子)と保護者 定20組(抽選) 持持物(母子)健康手帳、バスタオル、筆記用具 期7月5日～11日までに東区ホームページで申し込み (東区役所保健こども課 ☎367-9134)



詳細・申し込みはこちら↑

ひがしくさんぽ

～東区にまつわる情報をお伝えします～

「開放感あふれる市民の憩いの場 広木公園」

今回は、東部まちづくりセンターが担当している8校区の中の名所の一つである通称『広木公園』をご紹介します。広木公園は『江津湖』の南端にあり、広々とした芝生の上で風を感じながら、家族や友人とピクニックやフリスビー、ボール遊びなど、楽しいひと時を過ごすのに最適です。

また、湧水広場では、こどもたちが水遊びを楽しむ姿が見られ、夏場は特ににぎわいます。そのほか、公園内には、遊歩道やサイクリングロードも整備されており、日々の散歩や運動にもぴったりです。

ここでは、四季折々の美しい景色と、自然に囲まれた静かで穏やかな時間を感じることができ、訪れた人の心を癒やしてくれることでしょう。ぜひ、広木公園を訪れて、その魅力を体感してみてください。



(東部まちづくりセンター ☎367-1949)