



〒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 8月1日(木)～30日(金) ※土日祝日除く。時 午前9時～午後4時 図「もやいのひろば」のボランティアスタッフによる認知症介護上の悩みや将来の不安に関する電話相談 図ささえりお熊本中央(☎319-0222)

赤ちゃんから大人まで！中央区発げんきチャージプロジェクト S(sports)D(Diet)Gs(Good Sleep)イベント

期 8月18日(日) 午前10時～午後3時 場 メディメッセ桜十字(サンリブくまなん3階) 図医師による無料健康相談会、保健師・歯科衛生士・管理栄養士による健康チェック(血糖値測定、虫

歯チェックなど)と健康相談会、おはなしかい(乳幼児向け)など 詳しくは、中央区役所ホームページへ。

女性行政書士、税理士による無料相談会

期 8月21日(水) 午前10時～午後3時 場 市庁舎1階 正面玄関右 図遺言・相続・成年後見・税務相談など 申要予約 図熊本県行政書士会女性部会(江尻 ☎080-1740-6443)

新しい自治会長さんです (6月7日までの届け出) (敬称略)

長友 泰子(向山6) 本田 暁美(白川3) (中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



中央区まちづくり活動記 #13

～地域で活躍されている方々を紹介します！～

こどもの居場所づくりを目指し、こども食堂を開設

今回は、ふるさと元氣子ども食堂代表、宮津 航一さん(20代)にお話を伺いました。

当時高校3年生だった宮津さんは、令和3年6月から「ふるさと元氣子ども食堂」を立ち上げ、カトリック帯山教会で多くのこどもたちにおいしいカレーをふるまっています。このこども食堂は、こどもの居場所づくりや地域の交流拠点形成などを目的に、学生・社会人・民生児童委員・ボランティア等で運営されています。

Q 活動のやりがいは何ですか？

A こども食堂は月に2回、第2・第4土曜日に開催しています。こども食堂開設によって、こども同士や地域のつながりが生まれるとともに、最近

は保護者同士のつながりも生まれ、やりがいを感じています。

Q 活動において、若者ならではの視点で工夫したことはありますか？

A 広報に力を入れています。Instagram、FacebookなどSNSを活用し、アットホームなこども食堂の様子を公開することで、ボランティアの方に参加したいと思ってもらえるような工夫をしています。

また、私が学生ということもあり、数多くの学生ボランティアの方に御協力いただいています。コロナ禍で学生もボランティアに参加できない状況が続きました。その中で、



こども食堂がボランティアデビューになった学生もいて、さまざまな活動を制限された学生にとっても、社会で活躍できる場になっていると思います。

あなたも宮津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



ふるさと元氣こども食堂Instagram

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)

8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5時(火曜日・祝日除く)	
ソフトバンクスマホセミナー(基礎編)	P
8月14日(水) 午前11時～午後0時半 定員:12人	
マルチコピー機セミナー	P
8月23日(金) 午後1時半～3時 定員:10人	
ソフトバンクスマホセミナー(応用編)	P
8月26日(月) 午前11時～午後0時半 定員:12人	

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・問い合わせ先〉

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)



↑Web予約はこちら



〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111

認知症家族の会

	やすらぎとまりぎ	にしたい認知症家族の会
日時	8月28日(水) 午後2時～4時	8月29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	8月5日から電話でささえりあ託麻(☎282-8249)へ ※参加費100円。	8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)

新しい自治会長さんです (6月14日までの届け出) (敬称略)

荒木 紅美(秋津8) 辻田 由香(桜木4) 宮田 徹(画図7) 山内 信吾(託麻南4) 児玉 昭和(画図11) 松岡 秀一(月出3) 多田隈 純子(健軍6) 杉山 正俊(西原5) 猿渡 晋作(健軍東6)

(東区役所総務企画課 ☎367-9121)



東区ニュース

東区自治会長研修会を開催しました

5月31日(金)、6月3日(月)に自治会長研修会を開催し、2日間で73人が参加されました。ごみステーションの維持管理や、地域における防災の取り組み、道路に関する相談窓口、くまもとアプリ等の説明の後に、自治会長同士で悩み事等の意見交換を行いました。ごみのポイ捨てや分別など、身近な地域の課題に関する質問が多く寄せられ、改めて自治会長の皆さんが地域のまちづくりに熱心に取り組んでいただいていることを感じました。今後も地域と協力し笑顔あふれる東区を目指していきます。

(東区役所総務企画課 ☎367-9121)



第3回東区「まち☆キラ」コンクールポスター作品大募集！

「ごみ出しルールをまもろう！」「まちのごみをへらそう！」を題材としたポスター作品を募集します。入賞者には記念品を贈呈しますので、ふるってご応募ください！

対象 東区の小学校に通学する児童(小学1～6年生) 応募用紙 各小学校に配布済みですが、東区役所総務企画課、東区内のまちづくりセンター(託麻・秋津・東部)でも配布しています。また、東区役所ホームページからもダウンロードできます。応募用紙に記載している募集要項を確認の上ご応募ください。

募集締切 9月6日(金)

(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～ 「くまもと元氣くらぶ」

「くまもと元氣くらぶ」とは介護予防を目的として住民主体で身近な場所に集まり、仲間と一緒に運動を取り入れた活動に継続的に取り組む65歳以上の参加者で構成されるグループのことで、熊本市が活動を支援しています。週1回の活動日に1時間程度の運動を続けることで筋力低下を予防するだけでなく、定期的に顔を合わせて声を掛け合うことで地域の仲間作りにもつながっています。

現在、東区では15の団体が活動中です。リハビリテーションの専門職からそれぞれの団体の活動場所で年に6回まで体力測定や運動のアドバイスを受けることができます。運動後に歌やカラオケ、脳トレなどさまざまな活動を独自で行っている団体もたくさんあります。ご興味のある方はぜひ福祉課までお問い合わせください。



いきいき百歳体操の様子



週1顔を合わせて仲良く声かけしあっています

(東区役所福祉課 ☎367-9127)