



中央区役所

〒860-8618 中央区手取本町1-1 ☎328-2555

男性介護者(ケアメン)のつどい

回 2月21日(土) 午後1時～3時 場 熊本県認知症コールセンター(中央区上通町3-15 ステラ上通ビル3階) 内 男性ならではの悩みを語り合いませんか 対 認知症またはその疑いがある方を介護しているまたは介護経験のある男性

詳しくは、認知症の人と家族の会熊本県支部(☎223-5164)へ。
(中央区役所福祉課 ☎328-2314)

認知症カフェ「もやいのひろば」

回 3月7日(土) 午後1時～3時 場 風流街もやい館 五福(中央区細工町

4-34-1) 内 お茶をしながら日頃の不安や悩みを語り合いませんか 対 認知症の方や家族、地域住民など 費 100円 内 ささえりあ熊本中央(☎319-0222)

(中央区役所福祉課 ☎328-2314)

～おいしく減塩～ よかあんぱい教室

無料

回 3月6日(金) 午前10時～正午 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) 内 医師講話、栄養士講話など 対 中央区に住む20歳以上の方 定 20人(先着順) 持 筆記用具、上履き 申 2月5日からホームページ内申し込みフォームから申し込み

詳しくは、中央区ホームページへ。
(中央区役所保健こども課 ☎328-2419)



～学ぶ側から、支える側へ。地域の力になりませんか～ 「スマホサポーター養成講座」受講生募集！

地域の高齢者やスマホ初心者の方に寄り添い、身近な相談相手となる「スマホサポーター」の知識を学んでみませんか？ソフトバンクの講師からわかりやすく伝えるコツを学び、相談員として頼られる力を身につけられます。スマホに興味のある方、ボランティアで活躍したい方は、ぜひ参加ください。

日時 3月3日(火) 午後1時～5時

場所 中央公民館6階会議室(中央区草葉町5-1)

内容 ①座学(相談員の心構え、話し方・伝え方・対応のコツ)
②実践ワーク(ロールプレイ)

対象 基本的なスマホ操作(LINE・インターネット検索など)ができる方
※スマホの知識を学ぶ講座ではありません。

定員 10人(先着順)

申込 2月5日からくまもとアプリで申し込み

問い合わせ 中央区まちづくりセンター(☎328-2232)



↑申し込みはこちら

中央区からのお知らせ



中央区ニュース

令和7年秋の叙勲を受章されました

令和7年秋の叙勲について、中央区から高木 悦子さんが旭日単光章を受章されました。旭日単光章は功労の内容に着目し、顕著な功績を挙げた方に表彰・授与されるものです。

高木さんは、27年間の長きにわたり、大江校区第10町内自治会長として行事などを開催し、町内での地域住民同士の交流に取り組み、地域コミュニティの活性化に尽力されました。

このような功績が認められ今回の受章となりました。

地域課題の解決や地域福祉の向上にご尽力いただき心より感謝申し上げます。

(中央区役所総務企画課 ☎328-2610)



～高齢者の超初心者スマホ教室～

無料

第6回中央区スマホ教室 参加者募集

毎回、大好評をいただいているスマホ教室を開催します。ぜひ参加ください。

日時 2月26日(木) 午前10時～11時半

場所 中央公民館6階会議室(中央区草葉町5-1)

対象 スマホの基本操作を知りたい方／スマホを持っているけど使い方が良く分からない方 ※当日は講師が準備する代替機を使用します。

定員 20人(先着順)

申込 2月5日から電話または申し込みフォームにて受け付け

申込・問い合わせ 中央区まちづくりセンター(☎328-2232)



↑申し込みはこちら



東区役所

〒862-8555 東区東本町16-30 ☎367-9111



ひがしくさんぽ

～東区にまつわる情報をお伝えします～

「日本文化でつながる！多文化共生のまちづくり事業」

東部まちづくりセンター・公民館では、今年度から公民館講座の先生や講座生の方と一緒に、外国人住民との交流イベントをスタートしました。

7月の第1回では、日本人と外国人住民が和裁の見学や手作りのお手玉遊びを楽しみ、笑顔あふれる文化交流の場となりました。11月の第2回では切り絵教室を開催しました。日本の伝統文化に触れながら、切り絵の技法を学び、作品づくりを楽しむことで文化理解を深める機会となりました。

イベント参加者からは「楽しかったです。Thank you!」や「皆さんと交流できて、つながりを持てたことがうれしかった。」などの声が寄せられました。

来年度も公民館講座を活用した日本文化紹介イベントや、地域の方と外国人住民が一緒に楽しめる交流イベント、料理づくりを通じた交流企画を予定しています。

東部まちづくりセンター・公民館では、地域の方や外国人住民を含め、誰もが安心して暮らせる多文化共生のまちづくりを進めており、今後も交流の機会をさらに広げていきます。来年度の交流イベントもぜひ楽しみにしてください！地域の皆さまの参加もお待ちしております。



和裁の見学や手作りのお手玉遊び



切り絵教室

(東部まちづくりセンター・公民館 ☎367-1949)

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の交流会
日時	2月25日(水) 午後2時～4時	2月26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(初回参加は要予約)	
申込	2月5日から電話でささえりあ託麻(☎282-8249)へ ※参加費100円。	2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 「成年後見制度について」

自分らしい生活を守るため、成年後見制度とは何か学びませんか。

回 2月20日(金) 午後2時～3時 場 ファミリー保田窪(東区御領1丁目6-38) 内 本市に住む方 定 25人

(先着順) 申 2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)

今こそ始める！

血糖値を整える健康講座

無料

血糖値や体重が気になる方におすすめ！

簡易血糖チェックや野菜料理の試食もあります♪

回 2月24日(火) 午後1時半～3時半

【受付時間】午後1時15分～1時半

場 東区役所3階すこやかホール

内 医師、歯科医師、管理栄養士、保健師等による講話および

簡単な実技等 対 東区

に住む20～74歳の方(糖尿病治療中の方は除く) 定 20人(先着順)

持 筆記用具 申 2月5

日から

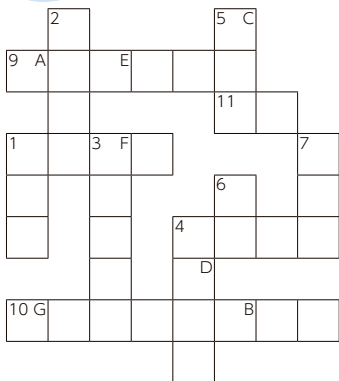
(東区保健こども課 ☎367-9134)



申し込みはこちら↑

読めるかな？

地名 クロスワード！



■クロスワードのマスにタテ・ヨコのヒントの読み仮名をカタカナで埋めてください。A～Gの文字を順に並べると答えが完成します。ヒントはすべて東区にある地名です。漢字の読み方がわかれば簡単に解けるかも？

A	A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---	---

タテのヒント

1. 広木
2. 吉原
3. 山ノ神
4. 新外
5. 栄マチ
6. 弓削
7. 出水

ヨコのヒント

1. 平山
4. 重富マチ
9. 錦ヶ丘
10. 神水本町
11. 画図

答えはInstagramへ→



(東区役所総務企画課 ☎367-9121)