

Yunomae

Since 1962. 広報湯前

あなたとまちをつなぐ情報誌

えがお、キラリ

櫛を繋ぐ

奥球磨「42.195^{キロ}」

グッドハーツ杯 第1回奥球磨駅伝競走大会

11

The Monthly
Public Relations
Nov. 2022
Vol.497



ふるさと「湯前町」で襷を繋いだ太田黒選手(左)



襷を繋ぐ 奥球磨「42.195キロ」

グッドハーツ杯 第1回奥球磨駅伝競走大会

大会結果

高校の部 (7区間 42.195キロ)

1位	佐久長聖高等学校	2時間07分16秒
2位	九州学院高等学校	2時間07分52秒
3位	東京農業大学第二高等学校	2時間08分56秒

大学・実業団の部 (4区間 42.195キロ)

1位	トヨタ自動車九州A	2時間07分32秒
2位	トヨタ自動車九州B	2時間08分30秒
3位	青山学院大学B	2時間09分44秒
...		
6位	ひらまつ病院A	2時間11分59秒
※3区(10.9キロ):太田黒 卓 34分24秒(区間8位)		

区間賞

高校の部

1区(10.0キロ)	永原 颯磨	29分35秒(佐久長聖高等学校)
2区(3.0キロ)	瀧口 大和	8分33秒(佐久長聖高等学校)
3区(8.25キロ)	浦川 菜伍	24分52秒(開新高等学校)
4区(7.9キロ)	瀬間 元輔	24分30秒(東京農業大学第二高等学校)
5区(3.0キロ)	吉岡 大翔	8分04秒(佐久長聖高等学校)
6区(5.0キロ)	堀野 正太	15分02秒(須磨学園高等学校)
7区(5.045キロ)	田中 藍夢	14分43秒(開新高等学校)

大学・実業団の部

1区(10.0キロ)	藤曲 寛人	29分32秒(トヨタ自動車九州B)
2区(11.25キロ)	牧瀬 圭斗	33分49秒(トヨタ自動車九州B)
3区(10.9キロ)	改木 悠真	33分12秒(トヨタ自動車九州A)
4区(10.045キロ)	アントニー・マイナ	28分51秒(トヨタ自動車九州A)

9月25日に「第1回奥球磨駅伝競走大会」を多良木町役場をスタート・ゴールとし、湯前町・水上村・あさぎり町を折り返す42・195キロ(大学・実業団の部4区間、高校の部7区間)のコースで開催。全国各地から大学・実業団の部に12チーム、高校の部に37チームが出場し、奥球磨を舞台に駅伝強豪チーム同士が熱い戦いを繰り広げました。

午前10時30分の号砲とともに、多良木町役場前を一齐に飛び出した49チームの襷。朝から晴天に恵まれて気温がどんどん上がる厳しい条件下でしたが、選手たちは額に汗をにじませながらも、チームメイトや沿道に集まった観客らの応援を受けて力走しました。高校の部は「佐久長聖高校」(長野県)が2時間07分16秒、大学・実業団の部は「トヨタ自動車九州A」が2時間07分32秒で優勝。人吉球磨から出場した球磨工業高校は2時間16分24秒で24位でした。

今大会では本町出身の太田黒卓選手(26Ⅱ植木)が大学・実業団の部に「ひらまつ病院A」で出場。3区を任された太田黒選手は区間8位の走りです。順位を一つ上げ、本町内の中継所で襷リレー。観客らが盛大な拍手で迎え入れました。





1_ 宮司さんに習う「二礼二拍手一礼」2_ 緊張の初SUP
3.4_ まちの魅力探し 5_ パランスゲームで大盛り上がり



まちのPR に生かす

尚綱大生が町内ぶらり観光



湯前の魅力を発見に
9月29日、尚綱大学の学生7人が第2回目のフィールドワークで来町。まちのPR動画作成のために、SUPを体験した後、町内の観光地などを巡って魅力を探しました。
学生たちは午前中にB&G海洋センタープールでSUPを体験。午後からは「潮神社」「城泉寺」「里宮神社」「駅周辺」を観光しました。潮神社では観光案内人協会の橋田實子さん(78)が、城泉寺では同協会の柳瀬鐵男さん(79)が、里宮神社では宮司の工藤維春さん(66)が歴史などを説明。学生たちは熱心に耳を傾けていました。

「ぴかまる」を使った新メニュー考案也大詰め

販売に向けて試食会を開催

1_ ドキドキ・ワクワクの試食 2_ お味はいかが？
3.4_ みんなで手刈りと竿がけを体験

10月6日には稲刈りに6人の学生が参加。6月に植えた「ぴかまる」を収穫しました。学生たちは機械での稲刈りを見学した後、手刈りを体験。竿がけも体験しました。
稲刈り後には学生たちが考えた、ぴかまるを使った新メニューの試食会を開催。本年度は21品のメニューを町内の飲食店3カ所に提案しました。試食会には5品が並び、学生や町職員らが試食。もちもち食感などの米の特徴を生かされていて好評でした。
試食会に出された照り焼きピザは、今月13日に開く「ゆのまえ漫画フェスタ」で「ユノカフェ」が販売する予定です。

考案レシピを、いざ試食



INDEX

2 櫂を繋ぐ 奥球磨「42.195キロ」 奥球磨駅伝競争大会

4 人のうごき

5 尚綱大学×湯前町

Sports Day

6 湯前保育園運動会 / 慈光こども園運動会 / 湯前小学校運動会

Topics/Baby

12 ちょこボラ研修会 / マンガ体験教室 / 球磨人吉中 体連駅伝大会 / 100歳表彰 / 人権擁護委員改選

14 Renaissance delivers to YUNOMAE 「反り腰」の「原因」と改善方法

16 MANGA NEWS

18 暮らし・健幸 管理栄養士だより / 環境情報 / 保健師だより / 図書だより

20 Community 青年団だより / B&G活動 / 子育てサークル日記

22 福祉のひろば/Topics+ ほんわり会 / 夢創出事業講演会 / 湯前中学校職場体験

24 ロアッソ熊本「タウンデイ」

人のうごき

人口:3630人
男:1703 女:1927
世帯:1544世帯
※9月30日時点

9月

お誕生おめでとう
しんどもめ きくと
新留 翔人(田上)
一樹・葵

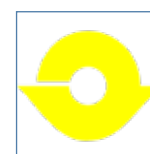
香典返し

苗床 由美(野中田2)



ゆのまえ

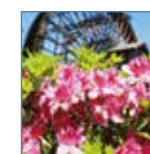
心豊かで、活力があり、未来を創造する町



町章



町の鳥「メジロ」



町の花「ツツジ」



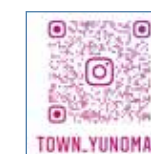
町の木「ヒノキ」



町ホームページ



町公式LINE



町公式instagram



あふれる笑顔、ナンバー1

9月17日、湯前小学校体育館で湯前保育園運動会が開かれ、大会会長の長谷和人町長は「みんなの成長した姿をお父さんやお母さんたちにしっかりと見せてもらいたい。きつとすばらしい成果を見せてくれると期待している」とあいさつしました。

最後の運動会となった年長児たちは幼年消防や和太鼓で練習の成果をしっかりと発揮。親子競技では照れながらも互いに好きなどころを言い合い、仲の良さを見せてくれました。

閉会式で東理絵園長は「仲間とやる楽しさや達成感、向上心というものを経験できたすばらしい運動会だった。結果だけでなく、子どもたちの心の成長もしっかりとほめてもらいたい」と保護者の皆さんにあいさつしました。





「無限の可能性」を感じる姿

10月15日、湯前小学校体育館で慈光こども園運動会が開かれました。かけっこやダンス、幼年消防のほか、体操やとび箱でも観客を魅了した園児たち。会場は大きな拍手で包まれました。親子リレーでは子↓保護者↑子とバトンをつなぎながら競争。思わず大人も必死になるような接戦を繰り広げました。年長児クラスの親子競技「借り者競争」は、条件に当てはまる「物」ではなく「人」を見つけて連れてくるというルール。観客も協力しながらの楽しい競技となりました。

閉会式では藤岡洋子園長が保護者らに向けて「子どもたちの無限の可能性を感じてもらえたと思う。子どもたちは褒められると伸びる。帰ったら、いっぱい褒めてもらいたい」と話しました。





Challengeする姿勢

9月25日、湯前小学校運動会が開かれ、児童182人が参加。『もりあげろ！だれもが主役の運動会 勝利に向かって走り出せ』のスローガンのもと、はじける笑顔で会場を盛り上げました。大会会長あいさつで吉村和仁校長は「Challengeは勝ち負けでも成功失敗でもない。やろうとしていることや目標としていることをするかしないか。今日はみんながChallengeする姿を見せてほしい」と児童らに話しました。学年別の徒競走から始まった運動会。低・中・高学年に分かれての大綱引きや赤白に分かれての応援合戦では、真剣勝負を見せてくれた児童たち。ダンスでは団の垣根を越え、一致団結してすばらしい踊りを披露しました。

父：尚輝さん 母：眞理奈さん（上里1）
柴田朝陽 ちゃん R4年6月15日生



～Message～

お姉ちゃんと姉弟仲良く育ってほしいです。

父：勝さん 母：芽生さん（田上）
金子葵一 ちゃん R4年7月18日生



～Message～

すくすく育ってね

父：憲功さん 母：悠香里さん（上染田）
瀬谷唯央璃 ちゃん R4年8月12日生



～Message～

元気にすくすく健康に、みんなの中心になれるように輝いてほしいです

父：匡詞さん 母：里美さん（下染田）
堤田陽翔 ちゃん R4年8月18日生



～Message～

お姉ちゃんと仲良く、元気に育ってほしいです。

100歳の長寿をお祝い

ことしは町内で3人が受賞

9月20日、長谷和人町長が本年度に100歳を迎える町民に対し、長寿を祝う表彰状を手渡しました。ことしは岩崎やよいさん（福寿荘）と那須リツさん（古城）、宮本ユキさん（福寿荘）の3人が受賞。表彰状を受け取った那須さんは「表彰していただきありがたい。これからも元気に過ごしていきたい」と話しました。



土屋さん・永瀆さんが就任

人権擁護委員改選

任期満了による人権擁護委員の改選があり、10月1日に土屋千恵子さん（64＝野中田2）と永瀆みどりさん（66＝浜川）が就任しました。

人権擁護委員は、いじめや差別などの住民の悩みごとの相談に乗ったり、人権を尊重する考えを広めたりする活動を無報酬でしています。

本町の委員は金山充さん（71＝下村）、土屋さん、永瀆さんの3人。2期6年活動した山浦たか子さん（68＝下村）と1期3年活動した山内美知枝さん（73＝中里2）は9月末で勇退されました。



土屋 千恵子 さん



永瀆 みどり さん

地域で支え合う必要性を再認識

ゆのまえちょこっとボランティア「ささえあい」研修会

9月29日、本町の有償ボランティアグループ、ゆのまえちょこっとボランティア「ささえあい」の研修会が湯前町保健センターで開かれ、会員14人が参加しました。

研修会では役場保健福祉課の白川一雄係長が、まちの高齢化率や介護保険の状況などを説明した後、上球磨地域包括支援センターの山浦隆宏さん（42＝下村）が「『地域包括ケアについて』～住み慣れた地域でいつまでも自分らしく生活するために～」と題して講話をしました。会長の濱中誠さん（73＝野中田2）はあいさつで「今後、活発に活動できるよう、学んだことを生かしていきたい」と話しました。



プロの教えですぐに上達

まんが体験教室開催

「仮面ライダースピリッツ」などで知られる芦北町在住の漫画家、村枝賢一さんと「銀のしっぽ」などで知られる妻、森真理さんによるまんが体験教室が10月1日に湯前町農村環境改善センターで開かれ、球磨郡内や遠くは福岡県から23人が参加。プロの技術を教わりました。

前半は村枝さんがキャラクターの顔や体の描き方を、後半は森さんが4コマ漫画の描き方を教えました。参加者らが描いている間、村枝さんと森さんが見回りながら一人一人ていねいにアドバイス。上手に仮面ライダーなどを描いていました。

会場には村枝さん直筆のイラストや仮面ライダーのかぶり物が並べられ、子どもも大人も手に取ってまじまじと見つめていました。



女子6位、男子8位でゴール

球磨人吉中体連駅伝大会

10月13日、球磨人吉中体連駅伝大会があさぎり町立あさぎり中学校をスタート・フィニッシュとするコースで開催。女子5区間12㌔、男子6区間20㌔のコースを舞台に、湯前中学校の代表選手たちが懸命にタスキをつなぎました。結果は女子は48分09秒で6位、男子は1時間19分09秒で8位でした。

◆競技結果 ※[]は区間順位

〈女子〉⑥湯前中 48分09秒

1区 植木 陽菜乃(4) 2区 深水 夢華(5) 3区 溝辺 悠花(11) 4区 右田 瑠菜(5) 5区 遠坂 日向(3)

〈男子〉⑧湯前中 1時間19分09秒

1区 波多野 奏音(11) 2区 多良木 健太(8) 3区 椎葉 隼(10) 4区 岩野 新(10) 5区 中田 大智(9) 6区 山浦 拓斗(9)





腰痛やぽっこりおなかの原因

「反り腰」の原因と改善方法

地域活性化起業人
大森 健宏

1 「反り腰」とは？

●反り腰は腰にかかる負担が大きい

日ごろから正しい姿勢をとっていても、腰の骨は負担がかかりやすいもの。立っているときは体重と同じくらいの負荷がかかると言われていますが、実は最も負荷がかかる姿勢はイスに座った状態。体の重心が前に出ること、より大きな負荷がかかります。デスクワークの人が腰痛に悩まされやすいのは、長時間座っていることで腰に大きな負荷をかけ続けてしまうからというのが分かります。

反り腰の人は負荷がかかる姿勢をとるときに、姿勢を支えるための背面の筋肉がうまく働いていないことが多いです。腰の筋肉と、背骨同士をつなげている筋肉だけで体を支えようと踏ん張ってしまい、慢性的な腰痛につながるのです。

●反り腰が引き起こす症状

慢性的な腰痛以外にも、さまざまな不調が起こります。「太っていないのに、おなかだけぽっこり出ている」「むくみやすい」などといった女性に多い悩みの原因も、実は体型や体質ではなく反り腰だった

ります。反り腰でおなかの前に突き出たり、骨盤の歪みで血流が停滞し、体がむくみがちになるためです。

骨盤が開いた状態で歩くとき、脚にもなりますし、腰痛も出てきます。前傾姿勢を支えようと足先に力を入れて歩く癖がつくと「外反母趾」や「巻き爪」にもなってしまいます。



2 「反り腰」になる原因は？

●筋肉の衰えや柔軟性の低下

加齢や運動不足での筋肉の衰えは反り腰になる大きな原因。例えば、腹直筋などのおなか回りの筋肉が衰えると骨盤は前に傾いてしまいます。腸腰筋や太ももの大腿直筋の柔軟性が低下することでも、骨盤は前に傾きやすくなります。

●体型の変化

妊娠や体重の増加でおなかが出ると重心が前に傾くため、反り腰の原因となります。おなかの重みを支えて立とうとすると、無意識に腰を反らせる癖がつきやすくなるのです。

●ヒールの高い靴をよく履く

ヒールの高い靴を履くことも反り腰の原因となります。ヒールを履いた姿勢は「つま先立ちで坂道を下る」状態に近いからです。つま先立ちでは平らな道も歩きにくいもの。坂道を下るとなると、前につんのめるような状態になるため、倒れないように体の重心が後ろに

きがちになります。ヒールを履いたときも無意識に同様の姿勢をとってしまい、腰もどんどん反ってしまうのです。



3 「反り腰」かどうかチェックしてみましょう

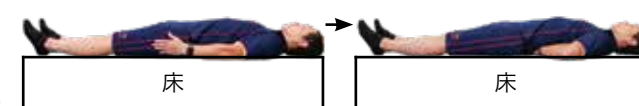
反り腰かどうかは簡単にチェックすることができます。慢性的な腰痛やむくみなどの悩みがある人は、一度チェックしてみましょう。

●仰向けでチェック

1 両手を体に沿わせ、あおむけになる

2 床と腰のすき間に手を入れる。手を入れても余裕がある人は反り腰

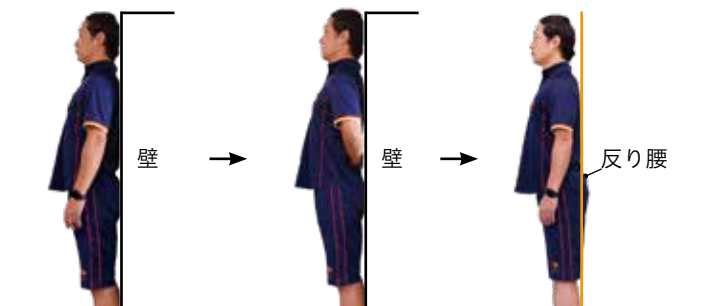
※あおむけでひざを伸ばすと腰が痛く、ひざを立てると痛みがやわらぐ人も反り腰である可能性が高い



●立った状態でチェック

1 素足になり、壁や柱からかかとを5センチほど離れた位置にまっすぐ立つ

2 壁に頭・背中・お尻をぴったりつけ、壁と腰のすき間に手を入れる。手を入れても余裕がある人は反り腰



4 「反り腰」を改善するには

反り腰が原因の腰痛は整体やマッサージで一時的に症状が和らいでも根本的な改善にはなりません。ストレッチやトレーニングで筋肉を柔らかくしたり、鍛えたりすることが重要なのです。無理のない範囲で体を動かして筋肉を伸ばしてあげましょう。

●イスに座ったままでできるストレッチ

イスに座った状態で腰を丸めるストレッチ。腰回りの筋肉がほぐされ、腰の動きがスムーズになります。

1 イスに浅めに腰かけて背筋を伸ばす

2 ゆっくりと息を吐いておなかをへこませ、へそを見るように腰を丸めて5秒間キープする

3 5秒かけて、息を吸いながら頭を真上に上げるように姿勢を戻す

4 2～3を10回繰り返す



●反り腰を改善するヨガポーズ

ヨガは血行促進や固まった筋肉をほぐして柔軟性をアップさせることに効果的。腰回りの筋肉をほぐすヨ

ガのポーズは、反り腰の原因である骨盤の傾きを正しい状態に戻します。ヨガのポーズで腹筋を鍛えれば骨盤を安定させられるため、反り腰の再発やぽっこりおなかの改善にもおすすめです。

①猫のポーズ

1 腹筋を使っておなかを内側に引き込みながら腰を丸める

2 背中を丸めた後、さらにおなかを引き締める



②合蹠のポーズ

1 足の裏を合わせて座り、腰やお尻、股関節周辺を緩めて、筋肉の固まりや力みをなくしていく

2 腰と背中を丸め、肩の力を抜いて体を前に倒す





悲痛な戦争体験を描いた絵画



武漢戦線にて

- 1_ メガマンガパネル。読んだことがない人もマンガの世界に入りこめる
- 2_ デビュー直後の作品『のんきな殿様』
- 3_ 初めての原稿料にびっくり



※支那ソバ...ラーメンのこと。



地域おこし協力隊 中尾 章太郎



地域おこし協力隊 高橋 颯希

【第2回】『風を描く人』内容紹介

〈第2章〉マンガ家修業時代

洋画家を目指し、意気揚々と上京した若き日の那須先生ですが、学費と生活費の出費で生活は苦しく、内職としてマンガの制作に取り組むようになります。根気強く原稿の持込を続けた結果「実業之日本社」でデビューが決定。以後、那須先生は同社専属の子ども向けマンガ家として、次々と人気作を発表していきます。

〈第3章〉軍隊時代①

マンガ家として生きていくことを決めた那須先生ですが、日中戦争の開戦で戦地召集を受けることに。二度目の出征となった中国武漢戦線で生死の境をさまよう経験をします。国家間の争いに翻弄される一兵卒としての怒りが、那須先生のさらなる創作の原動力となっています。

NEWS 3 那須先生の作品画像を無料で利用可能

まんが美術館に収蔵されている那須先生の作品画像を商品やポスターに利用できます。商用・非商用を問わず無料で利用可能。利用したいときは申請書を教育課に提出してください。くわしくは教育課に問い合わせるか、まんが美術館ホームページで確認してください。

教育課 ☎0966(43)2050



「都川の夜釣り」※原画展示中



「那須良輔『風を描く人』展」好評開催中

NEWS 1

「ひなの会」コラボでさらに充実

10月15日に「那須良輔『風を描く人』展」が開幕。まちが発行した那須良輔伝記マンガ「那須良輔物語ー風を描く人」のストーリーに沿って、貴重なマンガ原画をはじめとしたさまざまな展示を楽しむ特別展です。「ひなの会」(代表Ⅱ姉川美恵子さん)とのコラボも実現。大充実のマンガ展となっています。

NEWS 2

「出前まんが美術館」開催決定

第1回目は「肥後細川庭園」に

11月となり、湯前まんが美術館が開館30周年を迎えました。当館は、まちが誇る風刺マンガ家、那須良輔先生の原画作品を収蔵する資料館として平成4年に開館。「日本のマンガ文化」を広く伝える美術館として多くの人に親しまれています。

当館では開館30周年を記念して「出前まんが美術館プロジェクト」が始動。

那須先生の作品の魅力さをさらに多くの人に伝えていくために、原画作品を各地の美術館や公共施設へ貸出・展示するという、当館初めての取組です。

第1回目として、今月19〜27日に東京都文京区にある「肥後細川庭園」での開催が決定。熊本藩細川家の下屋敷だった同庭園は、現在も美しい池と緑が整備され、首都圏在住者の憩いの場として高い人気があります。展示会場は明治時代に学問所として敷地内に建てられた木造2階建ての「松聲閣」。美しい景色を見渡すことができる会場に、熊本の風景を描いた作品や子供向けのマンガ原画など、約20作品を展示します。展示の様子は来月号に掲載。お楽しみに！



図書だより

今月のおすすめ

中央公民館図書室 ☎0966 (43) 2050
平 日 AM8:30～PM5:00
土日・祝 AM9:30～PM5:00

剪定「コツ」の教科書



木下 透(著)
講談社

図解と動画で剪定の基本を解説。「安ければいい」「さっぱり切りさえすればいい」とするのではなく「正しい剪り方」を理解し、自分で切っても極力木を傷めずに翌年も健全に花を咲かせ、木が成長できるようにします。

伝説の家政婦
沸騰ワード10
レシピ2



タサン 志麻(著)
ワニブックス

伝説の家政婦、志麻さんの公式レシピ好評第2弾。志麻さん流のひとワザが効いたすばらしい家庭料理から斬新アイデアレシピ、身近な材料でアツと驚く副菜まで。志麻さんの「ひらめき」をトコトン感じられる1冊です。

ちくちくと
ふわふわ



なないろ(著)など
CHICORA BOOKS

誰かを・自分をHAPPYにする「ふわふわ言葉」。誰かを・自分をUNHAPPYにしてしまう「ちくちく言葉」。小さいうちから言葉の力を理解して言葉を選ぶ力を身につけられたら、という願いから作られた一冊。

くみたて



田中 達也(著)
福音館書店

「組み立て」と「見立て」で繰り上げられるミニチュア世界に目が釘付けになること間違いなし。身近な日用品が別のものに見えてくる驚きとおもしろさにあふれた写真絵本。子どもから大人まで楽しめます。

保健師だより

生活習慣の見直しでリスク回避を

糖尿病はインスリン作用不足が原因でなる慢性の高血糖状態のこと。放置することで動脈硬化が進み、全身の血管や神経が傷つき、合併症を引き起こします。予防や治療の継続が大切です。

熊本県の糖尿病患者数は全国3位と多め。本町は県平均よりも特定健診の有所見者が多く、特に40代男性に多い状況となっています。

※有所見者…健康診断で「正常ではない」数値が出た人

■湯前町:年齢別・性別でのHbA1cが5.6%以上の人の割合

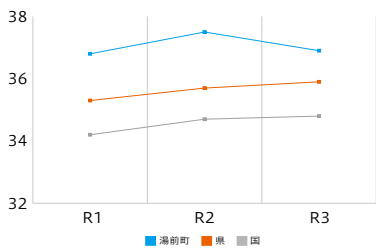
※HbA1c…ヘモグロビンエーワンシー。ヘモグロビンの一種

40代男性	50代男性	60代男性	70～74歳男性
1.74	1.36	1.24	1.12
40代女性	50代女性	60代女性	70～74歳女性
1.41	1.33	1.32	1.30

平成29年特定健診結果から(県平均を1として比較)

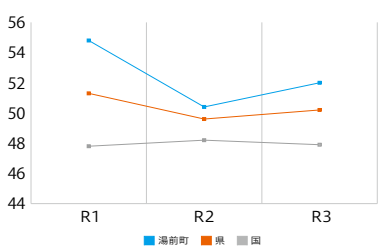
特定健診質問票から、下のグラフのような結果が出ました。両方とも国・県より高い数値が続いています。下の2つに当てはまる人は、糖尿病予防のためにも生活習慣を見直してみましょう。

■20歳時体重から10%以上増加(%)



特定健診質問票の回答結果から

■歩行などの運動を1日1時間以上していない(%)



特定健診質問票の回答結果から

体重管理は糖尿病予防の第一歩。おいしく・楽しく予防できる制度やアプリを紹介します。

■ブルーサークルメニュー



マークがある店では600kcal未満で塩分3g以下のメニューが提供されます

■くまもとスマートライフアプリ



熊本県オリジナルの歩数計アプリ
※登録無料・通信費は自己負担

保健師 東 和美

管理栄養士だより

歯の健康と糖尿病のつながり

11月8日は「いい歯の日」、11月14日は「世界糖尿病デー」です。糖尿病を患う人は歯周病になりやすいといわれています。反対に、歯周病になると血糖コントロールが悪くなるともいわれています。

口腔環境を整えて、糖尿病予防に努めましょう。

■ポイント

- ①ごはん・魚・肉・大豆製品・卵・野菜・海藻類・乳製品などをバランス良く食べましょう
- ②噛みごたえのある食材は、だ液の分泌を促すため虫歯の予防になります。早食いの防止にもなり、肥満対策にぴったりです



環境情報

ごみの「野焼き」はやめましょう

屋外でごみを燃やすことを「野焼き」といい「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で原則禁止されていて罰則があります。地面で直接焼却することだけでなく、素堀りの穴や十分な設備を持たない簡易焼却炉、ドラム缶、ブロック積みなどで焼却することも野焼きに含まれます。

野焼きが原因で「洗濯物が汚れる」「煙でのどが痛い」「悪臭で気分が悪い」「視界不良で交通の妨げになる」などの苦情が寄せられています。周辺住民とのトラブルやダイオキシン類などの有害物質の発生原因にもなりますので、違法な野焼きは絶対にやめましょう。

※罰則：5年以下の懲役か1000万円以下(法人は3億円以下)の罰金か両方



【11月】 不燃物収集	
2日 (第1水曜)	16日 (第3水曜)

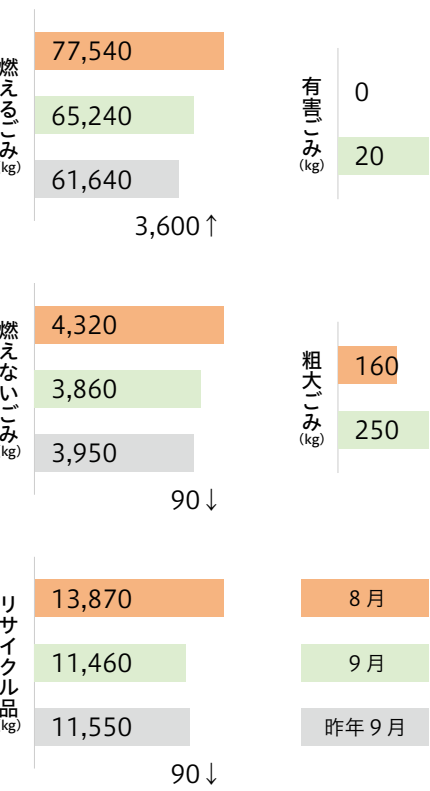


管理栄養士 田中 朋子

9月の一人当たりのごみの量は…

19.11kg(先月から3.44kg↓)

※リサイクル品を除く



子育てサークル日記 - Circle -

トリックオアトリート！イタズラなかわいさの仮装赤ちゃん



赤ちゃんたちがかわいく仮装

10月19日の活動には3組の親子が参加。ハロウィン仕様で寝相アート撮影をしました。

赤ちゃんたちはコウモリやカボチャなどの衣装に身を包み、ママたちが飾り付けしたスタジオでゴロン。最初は機嫌がよかった赤ちゃんたちでしたが、2回目のお着替えからご機嫌ななめに。ママたちは保育士の皆さんと協力し、あの手この手を使って必死に撮影していました。



今日の寝相アートなど、家ではなかなかできないことができるので楽しいです！

池島 智美 さん(上村)
みらい
未来 ちゃん

ゆのっこサークル

- 活動 毎月1～2回(水曜日)
- 対象 未就学児の親子
- 時間 午前10時～正午
- 申し込み ※要事前連絡
湯前保育園 ☎0966(43)2420



青年団だより - Youth -

3年ぶりの青年団文化祭に向けて猛練習中です！

12月11日、人吉カルチャーパレスで球青協主催の青年団文化祭が開催されます。新型コロナウイルス感染症の影響で、3年ぶりの開催となりました。例年は2日間の日程でしたが、ことしは1日のみの開催。私たちはダンスと郷土芸能(東方組太鼓踊り)に出場します。

残念ながら無観客開催ですが、新入団員も加わり、みんなで一生懸命練習しています。悔いの残らない文化祭にしますので、応援よろしくお願いします。



■新入団員募集中

「青年団」という言葉を聞いたことがある人もない人も、知っている人も知らない人も、ぜひInstagram公式アカウントをご覧ください！楽しく活動しています！町外からの入団も大歓迎です！



湯前町青年団
Instagram



広報部長 工藤 孝昭

B&G活動 - Sports -

球磨村の復興祭開催のためにボランティアで協力

熊本県B&G 地域海洋センター連絡協議会が9月27日と10月2日に球磨村立渡小学校での災害ボランティア活動を計画。球磨村の青年団や教育委員会職員のほか、県内各地の同協議会会員など、約30人が参加しました。

活動は10月23日に渡小で開かれた復興祭を前に、校舎周辺や校庭をきれいにしたいとして計画され、木材の解体・運搬作業や外に出されていた机や教科書などの備品を分別して教室に入れる作業など



1.3 本町の重機が大活躍 2. 祭りに来た村民が当時の思い出を思い出しつらくならないようにと室内に片付け

をしました。発災から2年以上経ちましたが、残された掲示物や机などは当時のまま。復興までの長い道のりを痛感しました。

2日間、全員で協力して作業し、お祭りの会場として使える状態となりました。球磨村にはB&G 関係施設はありませんが、縁あって連携・協力できたことにありがたさを感じました。



困ったときはお互い様で

1 好きなことを夢に

Topic 熊本市動植物園職員が小学校で講演

- 1 貴重な昆虫に目を輝かせる児童ら
- 2 熊本市動植物園にいる動物の紹介もありました



10月13日、湯前小学校で「夢創出事業講演会」が開かれ、全校児童182人が参加。自分のやりたいことや職業などを考えることで、将来への目標を持たせることを目的に開かれました。講師は熊本市動植物園診療教育班の松成忠広さんと白木みちるさんに依頼。動物園で働くことの喜びや苦労などを話す中で「何か好きなことから夢につなげてみて」と、将来に向けて児童らにアドバイスしました。

講演会ではヘラクレスオオカブトの展示もあり、児童らは興味津々で見つめたり一緒に写真を撮ったりしていました。

2 「働く」ということ

Topic 湯前中学校2年生が町内で職場体験

- 1 力加減に気を付けて
- 2 協力して手際よく袋詰め
- 3 少しの失敗は職人がカバー

ご協力ありがとうございました

- ①慈光こども園 ②湯前保育園 ③サンロード ④竹下建具製作所 ⑤庄籠製菓舗 ⑥レストラン徳丸 ⑦湯〜とびあ ⑧湯楽里 ⑨林酒造場 ⑩下村婦人会市房漬加工組合

湯前中学校の職場体験が10月19、20日に町内各地であり、同校の2年生が「働く」ということを体験しました。

体験先は地域学校協働本部が調整。ことしはサービス業や飲食業など10カ所が生徒を受け入れました。

竹下建具製作所では児玉力哉さん(中里1)と椎葉瑛登さん(上里1)、椎葉心美さん(野中田3)がイス作りを体験。あらかじめカットされた木材にノミで差込口を空けたり、角をカンナで削ったりして組み立て。椎葉心美さんは「ノミで



穴を空けるとき、ミリ単位で調整することが難しかった」と話し、ものづくりの精密さを感じたようでした。

庄籠製菓舗での体験には栗原実久さん(上里2)と財部恵奈さん(馬場)が参加。ロールケーキ作りや商品の袋詰め・品出しなどを体験しました。財部さんは「どら焼きを袋に入れるとき、まわりについたあんを拭き取るなど、販売のために細々した作業がたくさんで大変だなと思った」と話しました。

分かり合える・分かってもらえるあつまり

「ほんわり会」でそれぞれの介護を考える

参加してみたい人へ

講話や勉強会の後にグループで悩みや思いを話し合います。介護をしていないが興味がある、という人なども参加可能です。開催日時や申込方法などは旬報や回覧でお知らせします。



9月29日、湯前町保健センターで「ほんわり会」を開催。ほんわり会とは認知症や寝たきりの人を介護している家族や経験者が集まって、同じ立場の者同士で互いの悩みや体験を話し、経験や情報を分かち合い、励まし合う会です。

今回は「介護を通して家族と共に過ごせた日々」と題し、地内豊子さん(79 植木)に講話をしていただきました。

【講話より】

まずは保健センターに行き、保健師にありのままに相談しました。両親が福祉サービスを受けることになり、介護しながらでも自分の楽しみを続けたいと思って生活を

送っています。自立に向けた介護をしているときは、ユーモアを交えながら安心感を与えるようにしていました。

私は、農家に嫁ぎました。夫の両親を介護するときもユーモアを交えながら介護しました。介護する中で楽しいことや悲しいことなど、いろいろありましたが、家族と協力しながら続けてきました。

私のもとに「介護は大変」と相談に来られます。私は出会った皆さんに感謝しています。「ほんわり会」はいい会になっていると思います。

介護をしてきた自分たちが、介護が必要な年齢になってきていますが、これからまだまだいろいろなことにチャレンジしていきたいと思っています。

湯前町の福祉は充実していると思います。まずは保健センターに相談してほしい。辛いときは「助けてー」と発信してください。ときには手を抜くことも必要だと思います。

自分がホッとする時間や何かに挑戦する時間を大事にしてほしいと思います。

私は100歳まで生きようと思っています。これからも人生を楽しみたいと思います。皆さんも介護をしながらキラキラと輝いてください！

【参加者の声】

介護している人は周りとのつながりが大切だと感じた声を出して発信することが大切だと学んだ

「ありがとう」の言葉が大切

「100歳まで生きましょー」の言葉に元気が出た

・何歳からでも挑戦できるのだと思えた



「自分を大切にすること」を講話で伝えた



iPhone



Android

スマートフォンアプリ「マチイロ」でも広報湯前を読むことができます。

※アプリのダウンロード・登録は無料、通信料は利用者負担

▼ロアッソ熊本「タウンデイ」の取材でホームゲームを観戦しました。テレビでもあまりサッカーを観ない私でしたが会場の雰囲気やサポーターの熱気がすさまじく、心の底から「楽しい」「カッコいい」と思えました。野球一筋だけどプロ野球の試合を生観戦したことがない私。もし観戦できたら試合中だけでも子どものころの「目の輝き」「きれいな心」を取り戻せるんじゃないだろうかと思った一日でした。(右)

編集後記

ロアッソ熊本「タウンデイ」



ロアッソ熊本が5得点で快勝
まちをPRしながら勝利を後押し

10月8日、えがお健康スタジアム（熊本市）で「ロアッソ熊本」対「ザスパクサツ群馬」の試合が開かれ、湯前町タウンデイイベントとして本町から43人が観戦しました。

タウンデイは「火の国もりあげタイ！」プロジェクトの企画の一つで、対象市町村の住民をホームゲームに無料で招待するもの。特産品の販売など、まちのPRもできるイベントで、観光物産協会と下村婦人会、ユノカフェが飲食店エリアに出店しました。

試合開始前時点でJ2リー



©AC KUMAMOTO



©AC KUMAMOTO



グ4位と好位置に着いていたロアッソ熊本。長谷和人町長がキックオフ前のあいさつで「今日は絶対に負けられない試合。みんなで最後まで一生懸命応援しよう」と観客に呼びかけると、会場は大歓声に包まれました。

ハーフタイムでは本町からの参加者が、まちのPRのためにピッチへ。看板や旗を持って、ゆっくんを先頭にピッチを一周しました。

試合はロアッソ熊本が終始攻め立て、5-1で快勝。熱いプレーを見せてくれました。

町民憲章

Town's People Charter

- 一.健康で心豊かなまちをつくりましょう
- 一.平和・勤勉・明朗なまちをつくりましょう
- 一.自然を人を郷土を愛するまちをつくりましょう
- 一.活力があり未来あるまちをつくりましょう

私たちは湯前町民であることに誇りを持ち、豊かで明るく住みよい町にするために町民憲章をここに定めます。



11月の表紙

えがお、キラリ

9月25日に開かれた湯前小学校の運動会で、5・6年生は上級生らしい力強いダンスを披露。ダンス中のキラリと輝く笑顔が印象的でした。

■撮影場所 湯前小学校運動場