

いつも熊本日日新聞をご愛読いただきありがとうございます。

今回早くも、第3号の発行となりました。第2土曜日発行号には公立多良木病院 総合健診センター職員の村山直さんがおすすめる、家庭でできる「簡単エクササイズコーナー」や「スポーツコラム」や「お店紹介」を掲載してまいります。少しでも皆様のお役に立てれば幸いです。皆様からの率直なご意見やご感想をお待ちしております。



編集・発行
熊日多良木販売センター
球磨郡多良木町大字多良木 356-1
TEL 42-3355 FAX 49-1726
http://www.taragi.com/
熊日湯前販売センター
球磨郡湯前町中里 1830 TEL 43-2151
代)小出堅太郎 石田敏郎 尾前竜二
那須信一 編集：岩水由香
facebook 始めました。「熊日多良木・湯前販売センター」で検索してみてください。また当社のホームページもご覧下さい

ご結婚おめでとうございます!!

大声で、球磨弁まる出し賑わう



多良木町多良木
成松悠輔さん 31歳 成松建設(株)専務取締役
幸美さん 28歳 (旧姓：原田さん)
あさぎり町岡原出身

昭和50年に多良木中学校に入学し、坂梨(深堀)優子先生が担任された1年1組と2年4組の同級生が、退職祝いを4月18日に行いました。先生と同級生は8歳しか離れていないためか、誰が生徒か先生かと思われるくらいでした。1次会はあっという間に時間が過ぎ、2次会は深夜まで賑わいました。参加した同級生は「また集まろうね、また企画してね」と楽しかった様子でした。

本日5月9日に、人吉市の「アンジェリーク平安」で、成松悠輔さん・幸美さんのお2人は、交際約2年半を経てめでたく結婚式を挙げられます。「決断力があり、頼りがいがある」(幸美さん談)、「笑顔がとても素敵」(悠輔さん談)と、お互いに相手の好きなところを教えてくださいました。

現在幸美さんは、保育士として活躍中ですが「これから先は2人で協力して結婚生活も、またゆくゆくは会社も盛り上げていきたい」と抱負を述べておられます。末永くお幸せに!!

春の山野草展 開催



4月18日・19日の2日間、あさぎり町岡原のもみじ館にて「春の山野草展示・即売会」(主催：球磨川山野草愛好会 清水正秋 会長・村山嘉典 事務長)が開催されました。会場には、出品者9名の約400鉢の山野草が所狭しと並び、来場者の心を癒していました。年々、出品者の技術が向上しており、質の高い品が多いことで有名。そのため、会場は賑わっていました。清水正秋会長は「会員みんなの山野草の育て方・アイデアを活かした植え込みの方法などで毎年珍しい作品が出てきている。特にこの会は女性会員の尽力が大きく、盛り上げてもらっています。これからもみんなで和気あいあいと仲良く、毎年大盛況となるよう頑張っていきたい」と、力強く話されていました。

お店紹介



おっばいマシュマロ
6ヶ入 500円(税別)
苺・メロン・柚子
(3種類あり)

おっばいまんじゅう
10ヶ入 900円(税別)

お店紹介第1回目は、湯前町の庄籠製菓舗さんのおすすめ商品を紹介します。

毎年春先に開催されるゆのまえ潮おっばい祭り。町おこしの一環として誕生、もう15年愛され続ける「おっばいマシュマロ」。淡いパステルカラーのマシュマロは、程よい弾力と口どけの良さが特長。どこか懐かしくやさしい味わい。去年の春にマシュマロがリニューアルされたと同時に誕生したのが「おっばいまんじゅう」。しっとりとしたビスケット風の皮とミルク風味のあんがマッチして、とろけるような味わいです。

これから先のおすすめは、暑くなる時期にぴったりの「麩まんじゅう」。お麩生地が青のりがたくさん入っていて、やわらかいこしあんを包んだ、さっぱりとしたおまんじゅうです。(2ヶ入 240円、5ヶ入 600円 どちらも税別)

いろんなお菓子の味が堪能でき、心和む空間です。一度、足を運んでみてはいかがでしょうか?

庄籠製菓舗 湯前町 1830-5
TEL/FAX: 0966-43-2119
http://www.facebook.com/siomamedaifuku



第2回新緑の九州名草展開催

期日：5月15日(金) 10:00~17:00
// 16日(土) 9:00~17:00
// 17日(日) 9:00~15:00

場所：多良木町町民体育館
入場券300円(3日間有効)

葵野草の会主催による山野草の大展示会と即売会もあります。また、チャリティーオークションが16日(土)14:00~開催予定です。

お問い合わせ：あいあいスポーツクラブたらぎ事務局(竹下)
TEL: 42-4040



(写真は昨年の名草展風景)

直がオススメする 簡単エクササイズ



みなさん、こんにちは！！
 疲れなカラダづくりの専門家「パーソナルトレーナーの村山直」です。
 私は現在パーソナルトレーナーとして、「なりた」と思うスタイルや、目標を持っている方、「自分のカラダを改善したい」と思っている方等に対して、その目標や希望を実現し、日常生活を笑顔で楽しく過ごせるように、全力で運動指導をサポートさせていただいております。より多くの方が少しでも笑顔で日々を過ごしていけるお手伝いができればと、少しずつですが、様々なカラダを改善する運動を紹介させていただこうと思います。

まず初回ということで、簡単に寝ながらできる、軽いストレッチをご紹介します。

約2分で、ウエストすっきりストレッチです。

両手を頭の後ろで組み、みぞおち（胸の少し下）からクルッとカラダをねじり呼吸を繰り返します。

ワンポイント

腰から捻らないで、胸から捻ってくださいね。何回か繰り返すと、ウエストがスッキリしてくると思います。

お試し下さいね！少しでも皆さまのお役に立てれば幸いです。



パーソナルトレーニングでは、あなたのカラダの歪み、目的に合わせたストレッチ、トレーニングをマンツーマンでケア、メンテナンスしていきます。日常生活を笑顔で楽しく過ごせるよう、全力でサポートさせていただきます。

パーソナルトレーニングには多良木町、水上村、湯前町、あさぎり町、相良村、錦町、人吉市、宮崎県西米良村から来ていただいております。

球磨郡公立多良木病院 総合健診センター『コスモ』
 カラダ改善コンディショニングルーム

パーソナルトレーナー村山直 MAIL: lungeato3kai@gmail.com
 TEL: 0966-42-2410 お問い合わせ・ご予約はお気軽にご連絡下さい。

スポーツ愛・I・アイ

「大学野球日本一を目指す」

藤本王将さん(18) 湯前町

「敗戦を機に多くを学ぶ」

去年、熊本の高校野球界を沸かした投手の一人、藤本王将さん(18)が、湯前町人吉高出身の湯前大(1年)を目指し、大学日本一を目指す。

湯前大は、東亜大を倒し、全日本選手権で優勝した。藤本さんは、この優勝に貢献した。藤本さんは、この優勝に貢献した。藤本さんは、この優勝に貢献した。



藤本さんは小学

「必ず日本一を獲ります」と決意を話す藤本さん=湯前町

藤本さんは小学

「必ず日本一を獲ります」と決意を話す藤本さん=湯前町



「必ず日本一を獲ります」と決意を話す藤本さん=湯前町

藤本さんは小学

「必ず日本一を獲ります」と決意を話す藤本さん=湯前町

藤本さんは小学

「必ず日本一を獲ります」と決意を話す藤本さん=湯前町

園児紹介

光台寺保育園

ひまわり組 15名

担任 古澤由美先生・藤本 綾先生



散歩が大好きで、自然に触れ合い、草花をつかった外遊びをやってま〜す。元気いっぱいひまわり組さんです。



湯前町社会福祉協議会

湯前保育園

さくら組 14名

担任 森下典子先生



明るく、仲良く、元気なクラスです。何にでも、色んな事に挑戦してほしいと思います。

湯山小 ふれあい交流で地域の先輩から学ぶ



4月20日・22日・23日の3日間、湯山小学校(竹田龍二校長)の家庭訪問期間中の、午後の時間帯を利用して「ふれあい交流」が行われました。この行事は10数年前から続いており、児童が湯山校区老人クラブの方と、グラウンドゴルフをして交流を深めるとともに、人生の先輩の知恵や技術などを学ぶ機会にと始まったそうです。グラウンドゴルフをするのが初めての子もいましたが、教わりながら友だちのように和気あいあいと仲良くプレーしていました。「お互い楽しんで交流できて嬉しい。何よりも地域の方が温かい。交流して児童がいろんな事を学んでくれたらと思う。これからも続けていきたい」と竹田校長。いろんな交流がこれからどんどん増えていき、地域活性化にも繋がってくれたらと思います。



最後までおつきあいいただきありがとうございました！