

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。

早いもので、もう師走となりましたが、いかがお過ごし
でしょうか？今回の表面は先日開催された『多良木町サイ
テク祭 2015』のスナップ写真特集です。

TARAGI YUNOMAE MIZUKAMI OKAHARU

球磨ん のムズ

地域と読者の架け橋

OKAHARU TARAGI YUNOMAE MIZUKAMI

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

当社のホームページがリニューアルしました。
上記ドメインもしくは「熊日多良木販売センター」
を検索してみてください。

サイテク祭 2015 サイエンス&テクノロジーの祭典

今月6日に「多良木町サイテク祭 2015」が多良木町民体育館で開催されました。こどもフェスタか
ら数えて12回目の開催。16のブースで雨にも拘らず過去最高の868名の入場者で賑わいました。



新聞記事感想コンクール表彰

先日開催された記事感想文コンクールで、小学生の部で入選した湯前小6年の中華美咲さんは、「空き家」について書かれた記事を選択し応募。「身近な問題を取り上げたのが、(入賞に繋がり)良かったのかな。とてもうれしいです」と、喜んでいました。今年に入り、空き家の持ち主に自治体などが、指導や命令ができる「空き家対策特別措置法」が施行されました。これにより周辺住民の暮らしに影響がある場合、市町村は「特定空き家」として、所有者に撤去や修繕を勧告、命令できるようになりました。例えば壊れて倒壊しそうな場合や、ごみが放置され悪臭がしたり、ねずみやハエが発生したりする場合などが想定されています。中華さんの身の周りにも空き家が増えてきていることに、この記事を読んで改めて気づいたようで「火事や害虫などの被害が発生する可能性があるから、(空き家は)あまりない方が良い」と話しています。ただしそれだけでは留まらず「空き家」を生み出さない方法を、独自の視点で述べてありますが、内容にとっても説得力があったところが、入選したポイントだったのではないのでしょうか。

湯前小学校6年 中華美咲さん

私の家の隣には五
六年前までおばあ
ちゃんだけが住んで
いました。年をと
り病気がなると息
さんのお家へ引っ越
されたので、今は空
きた家となつていま
す。この記事を見つ
けるまで、正直「空
き家」というものが
に気がつかなかった
という事が火事や倒
壊・害虫・犯罪等の
問題があると驚きと
共になるほどと思
いました。

空き家にはいくつ
かの原因があると思
います。一、子供達
が都会などで独立。
家主が高齢により住
めなくなったもの等
です。二、家自体の
老朽化が進み住
一にしても二にし
ても家主の管理が重
要であるが、住んで
くれる人がいれば一
番いいんですが、地
域が活性するよう
な仕事の確保、子
育てしやすい環境
作り等々、自治体
の働きが大切だと思
います。生まれ育
った町が魅力ある
町にしたいと思
います。



次のページへどうぞ

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！
疲れないカラダづくりのアドバイザー「パーソナルトレーナーの村山直」です。
パーソナルトレーニングではあなたの目的や目標に合わせたプログラムでトレーニングをすすめることができます。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。

それでは、引き続き股関節と腰部の安定性を目的としたエクササイズをご紹介します。

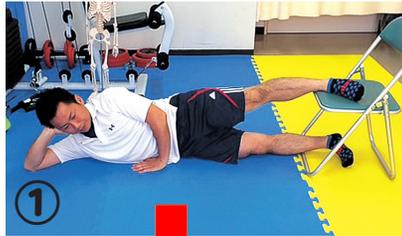
【アクション】股関節内側の筋肉

- ①右側を下に横向きに寝て、左脚をイスに乗せます。
- ②右脚をまっすぐ伸ばしたままイスの座面裏に付けます。
- ③20回繰り返したら反対側も同様に繰り返します。

ワンポイント

両方の力カートをくっつけるように脚を上げていきます。上げて5秒キープすればよりよく効いてきます。

少しでも皆さまのお役に立てれば幸いです。



現在、パーソナルトレーニングを受けている方々の目的・目標には

- ・機能改善（股関節・膝関節・肩関節の違和感）
- ・リハビリ（手術後の体力回復）
- ・姿勢の改善（美姿勢）
- ・健康増進（旅行に行きたい、登山に行きたい）
- ・スポーツコンディショニング（競技力向上）
- ・身体美容（美脚、シェイプアップ）などがあります。

プログラムも更新中です！！

多良木 トレーナー直

で検索下さい。

球磨郡公立多良木病院 ストレッチ&トレーニングルーム
パーソナルトレーナー村山直 Mail: lungateo3kai@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。

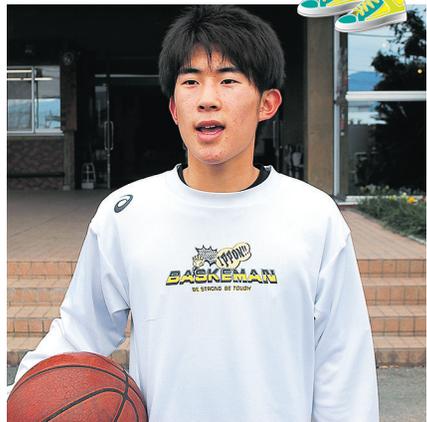
スポーツ愛・I・アイ

「自分を活かす為に選んだ道」

多良木町 前田慧也くん (15) 多良木中3年

今年20年ぶりに人吉球磨中学生大会を制し、県大会に出場した多良木中男子バスケットボール部。司令塔としてチームを牽引した前田慧也くん(15)に話を聞いた。身長166センチと小柄ながら、運動能力の高さとフィジカルの強さで、他校の有望選手

「可能性に賭ける決意と覚悟」



高い大会に出場したことに「自分分には足りない部分があった」と感じた。しかし「体が強くなりたい」という思いが、自分を強くしたいという決意へとつながり、「覚悟」が読み取れる。来春より熊本市の強豪校への進学を目指し、日々の自主練に汗を流す。「自分の持ち味を最大限活かせる学校に行きたい」という思いを胸に、自分を熟知し進むべき道を選んだ。親元を離れ、自律心の向上と技術取得への意気込みにも意識が高まっている。「今まで好きだった両手に感謝したい。高校では身の回りの事も全て自分でやりたい、親の有難味も感じない」と少しハニカんだ笑顔で話した。小さな体格だが、しっかりと前を見据えた表情に「走りまわりたい」という大きな「決意」と「覚悟」が読み取れる。当面は高校に向け走り込みや体作りといった「基礎」をしっかりとこなし、「自信をもって進学したい」という思いを話した。技術指導にあたる一門教師も「間違いない上でのやり方、ハンドリングなど課題はあるが、周りを見れば『足』が」と少しハニカんだ笑顔で話した。小さな体格だが、しっかりと前を見据えた表情に「走りまわりたい」という大きな「決意」と「覚悟」が読み取れる。当面は高校に向け走り込みや体作りといった「基礎」をしっかりとこなし、「自信をもって進学したい」という思いを話した。技術指導にあたる一門教師も「間違いない上でのやり方、ハンドリングなど課題はあるが、周りを見れば『足』が」と少しハニカんだ笑顔で話した。



秋の褒章受章



11月2日に政府より秋の褒章が発表され、水上村江代の山中美智代さんが「藍綬褒章」を受賞されました。平成7年から篤志面接委員されており、20年間の矯正教育（ボランティア活動）が評価されて今年の表彰となりました。音楽講師の山中さんは、国立少年院人吉農芸学院で月に1、2回音楽の授業をしながら、生徒との個人面接や、一昨年度から出院間近の子供たちの保護者会で、保護者の方にも参加してもらって音楽指導も始められました。また近年の矯正教育について「20年前と犯罪の内容や、子供たちの性格なども変わってきていて、対応は難しくなっている」と話されています。それでも自分の子供のように、また同じ子を持つ親として、生徒や保護者と面接されています。今回の表彰について「人吉農芸学院の先生がたの協力があって、受賞することができ感謝しています」と話されていました。

※篤志面接委員
全国の矯正施設（刑務所・少年院など）に収容されている受刑者や少年院在院者などに対して、それぞれの施設において面接や指導、教育を行い、その改善更生と社会復帰を手助けする民間ボランティアです。法務省から正規の委託を受けて活動されています。



大きな笑い声が響いた人形劇



公益財団法人すぎのこ劇団（東京都）による巡回公演が、12月3日に専立寺保育園きらきら館で行われ、同保育園と岡原保育園の両園児達が公演を楽しみました。アンパンマンの作者・やなせたかしさん作のお話し『そっくりのくりのき』と『なかよし』の人形劇が公演され、会場は熱気と園児達の大きな笑い声が飛び交う楽しいひとときとなりました。

チャリティーダンスパーティー

日時：12月12日（土）18:00～21:00
場所：湯前商工会館2階
会費：1,000円（軽食、飲み物あり）※飲酒運転禁止
主催：湯前町社交ダンス愛好会
問い合わせ：社交ダンス愛好会
会長 那須清文 090-9601-7135
講師 稲田 實 090-1591-8309



1day shop ishigura* 開催告知

日時：12月20日（日）10時から15時まで
場所：多良木町交流館石倉C棟
内容：ハンドメイドの布小物、洋服、雑貨、アクセサリなど。シフォンケーキとベーグル屋さんも来ます。ワークショップは、スタンドグラス、しめ縄、ネイル、Tシャツ（子供）