

いつも熊本日日新聞をご購読いただきありがとうございます



### 見事な絵画個展

馬場須磨子さん(89歳)＝多良木町＝の個展が、肥後銀行多良木支店(川上浩信支店長)のロビーで開かれています。これまで介護施設内などで展示されたことはありましたが、公の場では初開催となります。今回水墨画が4点、水彩画が5点の展示になっていますが、どこかで見たことのある絵があります。そのことを馬場さんにお聞きすると「新聞などに掲載された写真や絵などを題材にしています」とのこと。確かに地元企業の広告や、有名画家の絵に似ており納得出来ました。

馬場さんは小学生の頃に、全国紙が主催する絵画コンクールで入選するほどの腕前だったそうですが、13歳の頃一旦筆を置かれます。そして70年以上経ち、時間に余裕が出来たので、2年前に町の生涯学習講座を数回受講し、その後独学で絵を描くことを再開されました。実際に絵をご覧頂くとおわかりになると思いますが、細かいところまで表現するために、現在は虫眼鏡を使用しながら描かれるそうで、そのこだわりにも脱帽させられます。

今回の個展に際して馬場さんは「嬉しい反面、こっぴどかしい。穴があったら入りたい!」と、はにかまれておられますが「現在は新聞を読むことと、絵を描くことが張り合いです」とお話になられるように、今後も素敵な絵を描かれていくことなのでしょう。なおこの個展は、11月一杯開催されています。是非ご覧になってみてください。



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 那須信一  
編集：岩水由香  
球磨んタイムズは当社ホームページでもご覧頂けます。またfacebookではコーナーごとに掲載中。「熊日多良木販売センター」を検索して下さい。

### 古い農具を使った、農作業を体験



10月27日に岩野小学校の全生徒が、元禄期から伝わる農具を使って脱穀体験学習に参加しました。毎年学校がJA青壮年部の協力で行っている学習で、5・6年生が田植えをし稲刈り後に竿掛けをしたもち米を、千歯扱ぎや足踏脱穀機そして脱穀機と年代順に体験しました。参加した6年生の蔵座楓くんは「千歯扱ぎは、するすると抜けて気持ち良かったけど、足踏脱穀機は強く踏まないと稲が取れないので難しかった。昔の人は手作業で頑張っていたので、大変だったろうなと思いました」と話していました。脱穀されたもち米は、12月に行われる持久走大会のときに、保護者の方に餅をついてもらって食べるそうです。

### 子どもたちで賑わせた岡原霧島神社秋季大祭



あさぎり町の岡原霧島神社の秋季大祭が10月29日と30日に五穀豊穡と商売繁盛を願って行われました。30日は、もぞか保育園と専立寺保育園の子供みこしで始まり、ダンス、専立寺太鼓、球磨川福笑会によるひょっこ踊り、岡原小学校生による、子供みこし、なわとび、おてだま、こども相撲で賑わいました。子供すもうの1年生の部で優勝した桜井大悟くんは「相手は強かったけど、負けたくなかったので、頑張ったら勝てたので嬉しかったです」と喜んでいました。

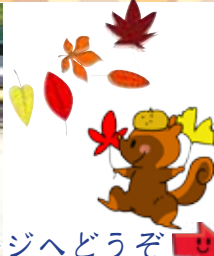
### 黒肥地保育園



年長児

久保田 恭子先生  
椎葉 恵先生

虫を捕って遊んだり、季節に応じた遊びをする、自然が大好きな子どもたちです。



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

こんにちは！！日常生活を快適に過ごせるカラダづくりを提供する「パーソナルトレーナーの村山直」です。11月に入り朝夕はひときわ冷え込むようになりましてね。それでは今月も寒さに負けず筋肉を目覚めさせる簡単なエクササイズをお伝えします。



【バックエクステンション】

- ①うつ伏せになり、両腕を伸ばします。
- ②両ひじを曲げながら肩甲骨を寄せていきます。
- ③15回を目安に繰り返し背中をスッキリさせていきましょう。

\*ワンポイント\*

- ・下腹部に力を入れて両足が浮かないようにしましょう。
  - ・お尻にも力が入るのでヒップアップにも効果があります。
- 少しでも皆さまのお役に立てれば幸いです。



①



②



③

【過去のエクササイズはこちらからご覧下さい】

<http://www.taragi.com/>  
直がオススメする簡単エクササイズ/

球磨郡公立多良木病院  
パーソナルトレーナー 村山直  
Mail: lungeato3kai@gmail.com  
TEL: 0966-42-2410

パーソナルトレーニング、パーソナルストレッチのお問合せ・ご予約はお気軽にご連絡下さい。

ストレッチ&トレーニングルームはカラダ作りに欠かせない体幹トレーニング、バーベル、ダンベル、自重などを使ったレジスタンストレーニング、脂肪燃焼度の高いサーキットトレーニングなどを組み合わせて、お客様一人一人に合わせて短時間でも効率よく効果の高いプログラムでトレーニングを行うパーソナルトレーニングジムです。現在の日常生活に変化を求めている方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いています。

「その場で実感！太ももスッキリ！エクササイズ」

日時：11月18日（土）  
9:30~10:30  
場所：多良木町6区の3公民館  
（町民体育館横）  
料金：500円

～お問合せ（申込）～  
あいあいスポーツクラブたらぎ  
電話：42-4040

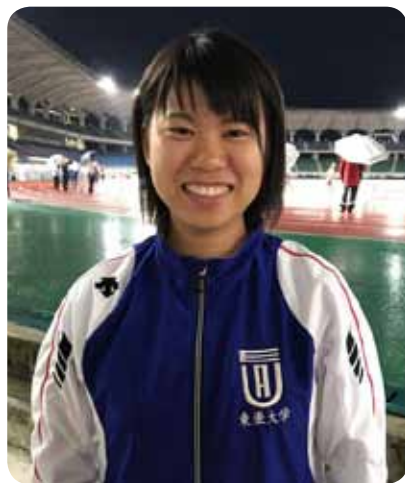
スポーツ愛・I・アイ

杜の都  
全日本大学女子  
駅伝

全日本大学女子駅伝大会出場

栗原 緑さん(19)

湯前町 東亜大学1年



主に千原、高町、日伝、れ都、都仙10、月、に、杜、の、買、強、ム、を、牽、引、勝、負、を、負、つ、た、。



待活チンてる楽対変る自管た。走、し、躍、1、バ、い、毎、し、心、化、大、主、理、高、た、を、ム、1、る、日、さ、走、る、も、の、指、導、ま、で、話、を、大、が、若、過、実、喜、手、導、ん、だ、の、し、に、後、心、い、ご、感、び、く、の、メ、し、す、。

お店紹介



10月29日、湯前町にユノカフェがオープンしました。湯前駅横のレールウイング内に、モダンでおしゃれな店内の造りとなっていて、若い女性を中心に子供からお年寄りまで幅広いお客様で賑わいを見せています。おすすめメニューの自家製ハンバーガーは、パンズから手作り。スイーツ各種も全て手作りで人気の品。ドリンク類も充実で、ハーブティーは県産の蝶豆の花を使ったこだわりの一品。湯前町にお越しの際は是非ご来店下さい。

ユノカフェ

湯前駅横レールウイング内  
営業時間 10:00~16:00  
ラストオーダー 15:30  
定休日 火・木  
※只今、電話回線の工事中です。



スタッフの桑原やよいさん(右)  
森田真音香さん(左)



秋の山野草とコケ玉展



草びより草友会（竹下保正会長、20名）が主催した「秋の山野草とコケ玉展」が、10月24日、25日に多良木町にある国指定重要文化財「太田家住宅」で開催されました。コケ玉、コケ盆景、山野草など約130点もの作品が揃い、来場者達は熱心に見て回りました。3回目の開催となりましたが、これまでと同様に来場者に気に入った作品に付箋を貼ってもらい、一番多く付箋を貼られた作品から、金賞・銀賞・銅賞などを付け表彰しました。



またこれらの賞については宮元酒造場（多良木町）や林酒造場（湯前町）など蔵元や、池田鮮魚店（多良木町）など、地元商店から提供されています。また太田家住宅がある中原地区のグループ「仲良しいききサロン」（16名）の作品も、合同で展示されましたが、今回は入賞者が複数出るなど、地域での取り組みの成果も現れてきているようでした。竹下会長は「日頃の管理が徹底しているから、素晴らしい作品になる。個人個人の技術が向上している表れでしょう」と評価されていました。

現在草びより草友会は、毎月第3水曜日の午前9時30分から例会を行っているそうです。「コケ玉や山野草に興味のある方、どうぞお気軽にお越しください」と、仲間を募集されています。連絡先は竹下会長 080-1713-8757。

上位入賞者は以下の通り  
金賞＝東 日出邦さん  
銀賞＝熊幸子さん  
銅賞＝星原充子さん



金賞受賞の東 日出邦さん

次回の発行日は11月25日(土)です。お楽しみに!!