

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

サイエンスとテクノロジーの祭典 今年も最多入場者数更新

第14回サイテク祭2017(主催:多良木町青少年育成会議、松下正壽会長・尾前祐二実行委員長)が、12月3日に多良木町民体育館で開催され、1,125名の来場者で賑わいました。今年は17の団体が参加し会場を盛り上げました。錦町から参加された親子は「多良木町でこんなすごいイベントがあっているなんて知りませんでした。入場料も要らないし、1日中遊べるしそのうえで勉強になる、来年は学年行事に提案したいと思います」と大変満足そうに話されていました。



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。



多良木高校野球部マネージャー



カルメ焼き



われないシャボン玉を作ろう!



LEDライトでアクセサリ作り



農産物販売



スライムづくり



ロボット操作



クリスマスツリーを作ろう!



クレーンロボット



Legoのレースカー



町保連 子どもの「宇宙人」絵画展



バケツスライムづくり



プログラミング



水中ポンプシャボン玉



発電の仕組みを知ろう!



ボクシングロボット



ミニ四駆コーナー



ラジコンドリフトカー操作体験



葉脈標本しおり作り



光の万華鏡をつくろう!



スーパーボールをつくろう!



ペーパークワットグラフイー



空気砲で遊ぼう!



自転車発電機で発電体験



ミニ熱気球を飛ばそう!



ロボットとマイコンカーの実演

多良木中学校昭和38年度卒業 古稀同窓会



11月23日に昭和38年度多良木中学校卒業生の古稀同窓会があり、関西や東海地区からも多くの同級生が駆けつけ、久しぶりの再会で盛り上がった。
この同級生は、30周年、40周年、還暦、古稀まで待てん同窓会も催され、今回で5回目の同窓会だった。実行委員長の松本朝顯さんを中心に、24名で数回話し合いを設け「気軽に楽しく集まろう」と呼びかけ、128名の同級生で遅くまで賑わった。校歌の斉唱や、今までの写真を編集し、スクリーンに投影したり、マジックショーやカラオケなどで賑わった。最後に那須利寛副委員長が万歳三唱で閉めた。また「喜寿で会いましょう」と参加者から再会を期待される声が多く聞かれました。

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。町中のあちらこちらのイルミネーションが目を楽しませてくれる季節になりましたね。それでは今月も簡単なエクササイズをお伝えします。



【開脚プランク】

- ①両手を肩幅程度に開き両手とつま先でカラダを支えます。
- ②カラダをまっすぐに保ったまま、ジャンプして足を開きます。
- ③次に開いた足をジャンプして閉じます。
- ④なるべく上半身は固定したまま足の開閉をリズムよく20回繰り返していきましょう。



ワンポイント

- ・股関節の動きを意識して行いましょう。
 - ・お尻が上にあがらないようにしましょう。
- 少しでも皆さまのお役に立てれば幸いです。

【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。

スポーツ愛・I・アイ

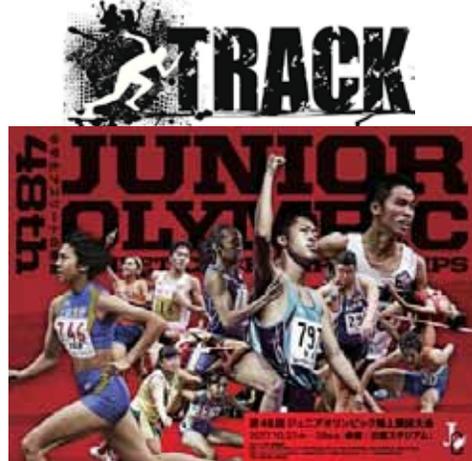
第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会出場
池田ひなたさん(14) 多良木中学校2年

多良木中学校2年生、池田ひなたさんが、第48回ジュニアオリンピック陸上競技大会(横浜市・日産スタジアム10月27日)に出場し、2年生になる。全中やジュニアオリンピックで全国の強豪とのレースを経験し、足の回転が速いピッチ走法が特徴だが、高身長のリーチを生かしたスライド走法を取り入れたレース後半のタイムを縮める練習を行っている。「全中やジュニアオリンピックで全国の強豪とのレースを経験し、足の回転が速いピッチ走法が特徴だが、高身長のリーチを生かしたスライド走法を取り入れたレース後半のタイムを縮める練習を行っている。」

「県中学短距離界を引っ張る選手を目指す」



伸び、熊本県中学校陸上短距離界のトップ選手として今後の活躍に注目が集まる。100Mのベストタイムは12秒66と同年では敵なしのタイムだが、池田さんは更なる飛躍に向け今シーズンオフの取り組みを見直している。指導する岩本教諭も「真剣に取り組む姿勢や態度は立派で、足りないものに気付いた」と池田さん。普段の練習も一切、手を抜かない姿勢や、生活面の充実も競技に影響すると考へ、「精神面の強化、礼儀の大事さを多良木中で学んでいる」と語った。木中の活躍を大いに期待している。来季は県の短距離選手になり、池田さんとの決意を述べた。



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!! さよならポッコリお腹エクササイズ」

日時：12月23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

人吉球磨新聞感想コンクール表彰式



「第4回人吉球磨新聞感想文コンクール」の表彰式が11月25日に、人吉市の東西コミュニティセンターで行われました。このコンクールは、人吉球磨地域の全小・中学校と高校に呼びかけ、夏休みを活用し、新聞を読んで社会や地域に関心を高めてもらおうと、人吉球磨の熊日販売センター8店で企画したものです。今回は19校から700点の作品応募がありました。

この日は最優秀賞に輝いた中島さくらさん(人吉一中)の他、小学校、中学校、高校の3部門から優秀賞を1名ずつ、またこれらの3部門から入選者24名に、表彰状が手渡されました。

当熊日多良木・湯前販売センター管内に在住、または通学されている受賞者は、以下の通りです。

	【小学校の部】	【中学校の部】	【高校の部】
優秀賞	那須 唯菜さん (久米小4年)	淵田 希美星さん (湯前中3年)	田崎 晃貴さん (多良木高3年)
入選	小出 拓摩さん (多良木小4年)	荒木 彩葉さん (あさぎり中2年)	八反田 隆志さん (球磨支援2年)
	石橋 愛菜さん (岩野小4年)	前田 和成子さん (多良木中1年)	
	尾前 優心さん (湯山小5年)	椎葉 晴基さん (湯前中1年)	

また、優秀賞の3作品に関しましては、次号以降に紹介する予定ですので、お楽しみに。



幸野みかんの収穫をしました



岩野小学校の4年生と5年生が、11月24日の総合的な学習の時間に幸野みかんの収穫を行いました。当日は、桜の里の入所者さんと岩野保育園の年長さんも招待して、和やかな雰囲気の中でのみかん狩りとなりました。児童が園児の収穫を手伝ったり、収穫したたばに入所者の方にプレゼントしたり、貰ったおじいちゃんはニコニコ顔で喜んでおられました。梅田義樹君は「みかんが沢山なっていてかたんだと思っていただけ、とげが沢山あって痛かったし、取りにくかった」とちょっと手が痛そうな表情で話してくれました。

次の発行日は12月23日(土)です。お楽しみに!!