

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。

「三寒四温」とは、3日間の寒い日と4日間の暖かい日が続く。その寒暖が繰り返される現象の事を言います。元々は中国や朝鮮半島などに現れる現象で、冬の気候を表すものとして使われていました。やがて日本にも「三寒四温」という言葉が伝わりましたが、日本では3月から4月にかけて段々暖かくなって行くといった、春先を意味する言葉に変わってきました。時代の変化や場所と共に、言葉の意味合いが変わって行く事があります。いよいよ寒い冬も終わり、暖かい春を迎えます。



2月27日に多良木町の交流館石倉で、ひなまつりイベントがありました。女の子の健やかな成長を願う行事にちなみ、町内の保育園児が集まり歌や劇などの発表をし、会場は大きな声援と拍手に包まれました。



お店紹介

おすすぬ!

しおぱん 1個 70円 (税込)

がとーしょこら 1個 200円 (税込)

かつぶしふおん 1個 160円 (税込)

今回のお店紹介は、湯前町の「おかしのおいえ」さんを紹介いたします。去年の12月22日にオープンしたばかりの当店。店頭にはスイーツ(焼き菓子、ケーキなど)がたくさん並んでいます。その他イラストケーキの注文も承っています。5日前までにご注文をお願い致します!! ご予算に応じたケーキ作製ができますので、お気軽にお電話下さい。

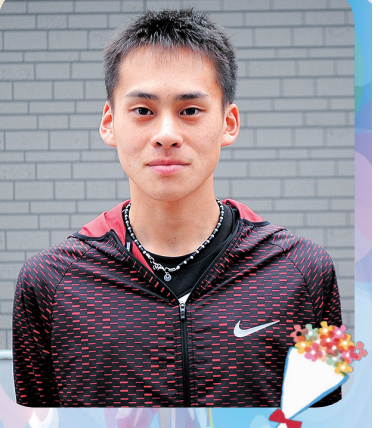
おかしのおいえ
 湯前町 1777-2
 TEL080-7986-6998
 定休日 不定休
 営業時間 12:30 ~ 19:30

卒業
 おめでとう!

この春、親元を離れ新たな道に進む高校卒業生に、今後の抱負や今の気持ちを聞かせてもらいました。

上田 結也さん 湯前町 九州学院卒

4月から創価大で箱根駅伝を目指して頑張ります。親には苦勞をかけた分しっかり結果で恩返ししたいと思えます。地域の方々にもたくさん応援していただき感謝の言葉しかありません。今後も応援される選手になれるよう精進します。本当にありがとうございました。



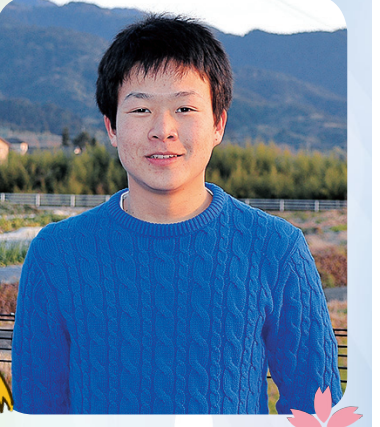
富田 夏音さん あさぎり町岡原南 南陵高校普通科卒

進路を悩んでいた時に、父や先生から「好きなことをやってみれば」と背中を押され、ファッション系の専門学校に進学し、スタイリストを目指します。これまで母がいつも相談に乗ってくれ、助けてもらうなど支えがあったけれども、これまで教えてもらったことを、自分なりにやっていきたい。感謝しています。



荒木 啓佑さん 多良木町 球磨工業高校卒

公務員なので、都民の方への奉仕の心を忘れずにしっかり頑張ります。将来は役職について部下をまとめ、東京都の発展に貢献したいです。また東京オリンピックの成功に向けて、携われたら嬉しいです。



甲斐 映妃美さん 水上村 球磨商業高校卒

熊本学園大学・外国語学部・東アジア学科で韓国語と中国語を学びます。たくさん勉強をして留学するのが目標です。今まで部活や勉強、生活面でも支えてくれた両親に本当に感謝しています。恩返しできるよう勉強を頑張ります。



1000名様に当たる! 2016年2月16日(火)~3月15日(火) 受付中!

詳しくは、熊日紙面をご覧ください。

食考プレゼントキャンペーン

食考くまもとキャンペーン賛賞企画 県産食材・食品を抽選でプレゼント!

Wチャンス!

全学連主催セット (250名様) 自営部会作ったクッキー3種 (250名様)

A賞 あしきた牛モモ焼肉用 800g B賞 健康茶 3点セット C賞 熊本物語 D賞 馬角煮飯の素 2個セット

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



【ベントオーバー フロントレイズ】

背中の筋肉

- ①脚幅は肩幅ぐらいにします。
- ②股関節を曲げながらお尻を後ろに引き、膝を少し緩め背筋を伸ばします。
- ③肘を伸ばしたまま親指を上にして両手を前に伸ばしていきます。
- ④同じ軌道を通りながら繰り返します。

ワンポイント

動作中の上半身はやや反る感じです。少しでも皆さまのお役に立てれば幸いです。

ストレッチ&トレーニングルームは腰痛、ひざ痛、肩こりなどの慢性症状の改善、ボディメイク、スポーツパフォーマンス向上などお客様の目的や目標に合わせた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きます。

ブログも更新中です!!

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: lungeato3kai@gmail.com TEL: 0966-42-2410
お問合せ・ご予約はお気軽にご連絡下さい。



「女性のトレーニング初心者講習会」

日時: 3月20日(日) 17:00~18:00

場所: 多良木町トレーニングジム

内容: 何キロの重さですればいいの?

何回繰り返せばいいの?

週何回トレーニングすればいいの?

料金: 500円

お問い合わせ(申込):

あいあいスポーツクラブたらぎ

電話: 42-4040

おしらせ

スポーツ愛・I・アイ

「高校柔道日本一! オリンピックへ」

竹内勇伸くん(15) 水上村 水上中3年

「攻めのスタイルを貫く」



高校柔道日本一を目指し、名門大成高校(愛知県)へ進学を決めた竹内勇伸くんは、柔道が大好きな小外刈りを得意とし、一本を取る柔道がスタイル。マイナス90キロ級と全国的に激戦と将来性は抜群。

「日本一に一番近い逸材」と関係者は話す。全国中学校体育大会柔道競技・通称全中柔道3位入賞。当時注目選手だった関東1位選手に勝利し、一躍全国区に名乗りを上げた。

小学1年から競技を始めたが、体もさほど大きくなく「本当に弱くて

負けてばかりでした」と話し、母親に引くられ稽古に行くくらい稽古練習嫌いな「とにか」柔道が嫌で逃げました(笑)。

当時を振り返ると、それが小学4年選ばれる強化選手に選ばれる「少しづつ柔道への意識が変わっていきまし

た」と話す。県中優勝・全国3位と大成高校を選んだ最大の理由は「自分が目指すスタイルが一緒」人間的な成長を期待したい。



KUMAMOTO CASTLE MARATHON 熊本城マラソン2016



赤池 寛子さん 湯前町

【女子総合】

順位 12位 / 2666人中

タイム 3時間15分23秒

熊本城マラソンはレベルが高い。球磨郡で自分より年上の方が頑張っていて、その人たちから良い刺激を受けながら練習を頑張っています。「自分に限界を作らない」この気持ちを大事にしています。来年は入賞(8位以内)を目標に頑張ります。



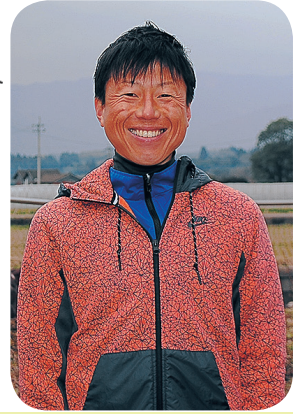
作田智宏さん 多良木町

【男子総合】

順位 49位(年代別21位)

タイム 2時間45分06秒

今回初出場とあって、上位選手に比べスタートに15分のロスタイムがあったが、それでも年代別21位の好成績を出せました。来年以降に期待したいと思います。とにかく沿道の応援がすごくて、気持ちよく走れました。



東北や信州地方で作り始められたお雛さん



多良木町久米の米谷慎一郎さん宅に、大正10年8月頃に作られたお雛さんがありました。1860年に建てられた由緒あるお家で、元々は造り酒屋だったそうです。布を木目込んで裏に新聞紙を張り付けた「押絵雛」です。衣装人形とか衣装絵とよばれていたものが、江戸時代中期には押絵と呼ばれるようになり、雛祭りが盛んになるにつれて、押絵雛を作るようになったそうです。「熊本市外横手村、野田製」の印鑑が押し、球磨地方では竹串をさつま芋に刺して飾っていた所もあるそうです。

妹さんの遺志を継いで



あさぎり町岡原北の宮原みとかさんが、見事なアメリカンフラワーを作っておられました。アメリカンフラワー(トウペティップアート協会)の教室をされている人吉在住の姉さん(師範特級)に、妹さんが習っておられました。しかし妹さんが亡くなったので、遺志を継ぎ習い始めて2年になるそうです。農作業の合間に教室に通うくらいですが、去年はアメリカンフラワー九州店に出展された腕前です。これからは、季節に応じた花や、お祝い会場でも映えるような大きな作品、そして娘さんの結婚式のブーケを作りたいと話されていました。

次回の発行日は3月26日(土)です。お楽しみに!!