第７１号　平成３０年３月１０日発行

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

TARAGI YUNOMAE MIZUKAMI OKAHARU
球磨んタイムズ
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
㈹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。

水上村のひなまつり

先月発行した「球磨んタイムズ　第６９号」ではお伝えできなかった水上村のひなまつり会場（それぞれ期間は４月１日まで。見学時間は１０時～１７時）のご案内をいたします。

メイン会場は水上荘。市房山に登りお宮参りをした「お嶽さん参り」を表現した飾りつけや、チェーンソーアートで作られたおひな様が、みなさまのお越しをお出迎えしてくれます。また九州各地で作られた土製人形など、珍しいおひなさまも展示されています。土曜日・日曜日限定でおしるこの振る舞いや、おひな御膳（２日前までに要予約）などを召し上がることができます。　その他、農家の宿茶乃実や、市房（いちぼう・要事前連絡）などで、ひな飾りをご覧頂けます。期間中の３月１８日には、湯山温泉桜まつりも予定されております。桜がダム湖に咲く前に、ゆっくりとご覧になってみてはいかがでしょうか？

園児紹介　慈光保育園

松組　高木翔太 先生

元気あふれる団結力がある子供たちです。跳び箱を 13 段（160cm）に挑戦しています。先日の発表会ではエイサーと体操を披露しました。現在卒園式の練習を頑張っています。

お店紹介　炭火焼の店「旭屋」オープン

多良木町の八栄街入口に３月１日に、旭屋がオープンしました。地鶏や魚料理（刺身は日替わり）に季節料理など、幅広いメニューを準備しています。女性に人気のドリンクも数多く揃えていますので、気軽にお越しください。若い人からお年寄りまで気軽に来れるお店になるよう、スタッフ一同努力してまいりますので宜しくお願いします。

炭火焼 旭屋
営業時間　18：00～
23：00 オーダーストップ
団体さま　30 名まで
20 名以上は貸し切りとなります。
店休日　日曜日（4月～）　☎42-1417

ゆのまえ温泉　湯楽里

20th Anniversarry

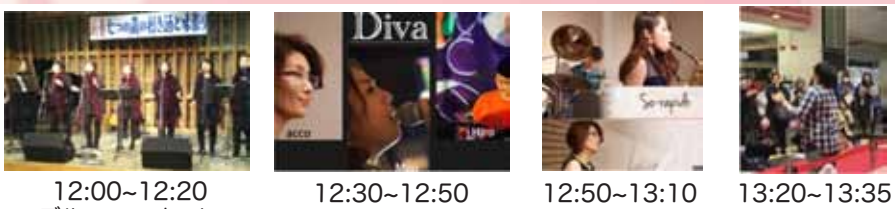
感謝祭

2018.3.10（土）
10：00～

～ 20 年の感謝を込めてスペシャル企画～

11：00 ～ 14：00
「ランチバイキングと温泉と音楽を楽しむ
春の湯ったり湯楽里」

11：00 ～　ランチバイキングスタート（スイーツ付き）
ソフトドリンク飲み放題（アルコールは有料）
12：00 ～　今をときめく地元３グループのライブ!!
地元のパフォーマーのショータイム！
13：40 ～　湯楽里ペア宿泊券が当たる大抽選会



12:00~12:20
<デル・フィオーレ>
多良木・湯前・人吉の８人の女性たちによる異色のコーラスグループ。
ゴスペルの楽しさをお届けします。

12:30~12:50
< Diva >
ディーバ
しなやかに
時にパワフルに
聴かせる MUU の魅惑の Voice

12:50~13:10
< So-rapido >
ソラピド
人吉球磨では珍しい ちょっと jazzy でオトナなバンド

13:20~13:35
<チャーリー西>
湯前が誇る
泣く子も黙る
大道芸人
（ジャグラー）

（ライブはチケット無しでもご覧いただけます）

当日券 2,500 円　入浴券付き（こども 1,000 円 小学生以下）

・当日券、席に限りがございます。入浴券は後日利用できます。（有効期限あり）

～玄関前広場では～
10:00 ～　湯前名物「骨かじり」ふるまい
10:30 ～　和太鼓演奏「一期一会」
10:00 ～ 16:00「湯のマルシェ」オープン !!
菓子工房 HANA（チーズ饅頭）・庄籠製菓舗（かりんとう饅頭他）
おかしのいえ（かわいいパンや焼き菓子 etc）・ふきだまり（総菜）
MI-TO（ハンドメイドアクセサリーと小物、ヘアアクセサリー etc）

＊当日は入浴料 100 円で入浴できます＊

「創立２０周年記念の特別イベントです。入浴料 100 円や骨かじりの振る舞いなど、日頃の感謝の気持ちを込めて、盛りだくさんの内容となっております。皆様のご来館、心よりお待ち申し上げます」と栗須貴久支配人代理よりお話しいただきました。

皆さんお誘い合わせの上、お出かけください。

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。それでは今月も眠っている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。

【ハーフニーリングツイスト】

①片膝立ちになり、腕を伸ばして何か重りを持ちます。
②身体を左右にひねります。
③リズムよく交互に左右２０回程度を目安に自分の体調に合わせて数回繰り返します。

＊ワンポイント＊

脚は両膝とも９０°になるようにしましょう。
骨盤はなるべく正面を向いたまま行いましょう。
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 /

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、お客様お一人お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。

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の
お問合せ・ご予約はお気軽にご連絡下さい。

「筋バランスコンディショニング」

日時：3月17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

小学校に入学しても仲良くね

２月21日にあさぎり町岡原北のもぞか保育園で、同園が取り組んでいる食育の日にちなんで、専立寺保育園の年長児と合同でうどん作りをしました。園児は坂下栄養士の作り方の説明を聞いたあと、小麦粉を練ったり、生地を足で踏んだり一生懸命作りました。園児たちは自分たちで作ったうどんを嬉しそうに「美味しい」と言いながら食べていました。

また、２月28日には専立寺保育園で、食材となる生き物の命の大切さを学ぶために、もぞか保育園と合同でブリの解体ショーを見学しました。ハピストの種村社長が8kgのぶりの内臓や脳などの部位を説明しながら解体していきました。園児は骨を切るときに出る大きな音に合わせて、「おー、おー」と大きな声で叫んでいました。ばら組の樫山夏未さんは、「８kgのお魚が獲れるのが凄い。ドンっと大きな大きな音で切るのでビックリした。ブリの脳みそは小さかった。今度ママに作ってもらいたいです」と沢山感想を話してくれました。

ドナルド・マクドナルドがやってきたよ

２月20日、多良木町第３保育所にドナルド・マクドナルドがやってきて、親子交通教室が行われました。「シートベルトの着用」「横断歩道の渡り方」「知らない人にはついていかない」の３点を大きな絵のパネルを使って説明。園児たちは交通ルールを、面白楽しく学びました。途中にはマクドナルド体操を一緒に踊って楽しみ、最後にはマクドナルドと記念撮影をしました。小学校に行っても交通ルールを守って元気に登校してね～。

漫画家 那須良輔収蔵展 開催中！

湯前まんが美術館にて、那須良輔収蔵展が開催中。寒さも少しは和らいできたこの季節、湯前町が生んだ漫画家那須良輔氏の作品に触れてみてはいかがでしょうか？

また、人吉球磨に大変ゆかりのある人気俳優・中原丈雄さん主演映画「明日へ」の舞台挨拶で、第30回ひとよし映画祭に来球磨されます。「仏の教えの第一は『不殺生』人の命を損なう戦争は罪悪である」と題した作品「明日へ」は注目の映画となっております。

第30回ひとよし映画祭

主演の中原丈雄さんの舞台挨拶があります！

3月31日（土）カルチャーパレス
①10：00～　②14：00～
③18：30～
4月1日（日）あさぎり町せきれい館
①10：00～　②14：00～

【観賞券発売中！】
一般・シニア
1,000円（当日1,300円）
小・中・高は当日のみ　500円

次回の発行日は３月２４日（土）です。お楽しみに!!