

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 ～今年も親子連れで賑わう～

第15回サイテック祭2018(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2日に多良木町民体育館で開催され家族連れで賑わいました。今年から多良木高校野球部がスタッフとしての協力ができなくなり、準備等心配されましたが、キャプテンの平野君とマネージャーの税所さんが参加し、南稜高校野球部のキャプテン上原君と平野君(多高野球部キャプテンの弟)に指導し、来年開催のために引き継ぎました。今年から木村電機(株)人吉営業所様も協賛され、年々拡大されていくサイテック祭は、1030人の球磨人吉の子供たちが来場し賑わいましたが、郡市外の高校からの参加希望もあり来年も楽しみです。



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

球磨人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。



サイテック祭2018



お店紹介



熊本さがらとんこつらーめん ちくぢ

10月4日にオープンした熊本さがらとんこつらーめん「ちくぢ」さんを紹介いたします。こだわりの豚骨スープをベースに、地元の野菜を使って豚骨特有の臭みを消したオリジナルスープが決め手。麺の硬さやトッピングも選べ自分好みのラーメンを提供。3種類のラーメン白(とんこつ塩)・黒(とんこつ焦がしにんにく)・赤(とんこつピリ辛)の他に、お客様からの要望で考案された赤黒も新メニューとして発売開始。

16歳から大阪の飲食店で修業を積み「お世話になった地元へ恩返しを」と店主の内村翔也さん(34)、奥様の星さん(23)。地元へ愛される店を目指し「みなさまの意見を聞いてより良いラーメンを提供していきたい」と話されていました。自分好みのオリジナル一杯、是非ご賞味あれ。



多良木町多良木 1112-1
☎ 0966-42-5085
【営業時間】・【年中無休】
11:00 ~ 14:30
17:00 ~ 22:00



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「働きにくい筋肉」「サボっている筋肉」を目覚めさせ「使える筋肉」にする簡単なエクササイズをお伝えします。



【肩インナーローテーション】

- ①横向きに寝て、上側の肘を90度にしてカラダの側面に置きます。
- ②肘の下にタオルなどを置き、脇を締めながら肘を開いていきます。
- ③前腕を上下させる動作を丁寧に行い、肩の深部に刺激が入るのを感じましょう。
- ④左右20回程度を目安に自分の体調に合わせて繰り返します。



ワンポイント

肘を開くときは脇を締めカラダから離れないようにしましょう。細かい動きになるので丁寧に行いましょう。肩のインナーマッスルを鍛えることで、安定した肩の動きができるようになります。

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の
お問合せ・ご予約はお気軽にご連絡下さい。

カラダ改善コンディショニング教室のお知らせ

「肩・腰・膝を改善しよう! ②」

日時: 12月22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

第5回人吉球磨新聞感想コンクール表彰式



熊日人吉球磨店主会主催の「人吉球磨新聞感想文コンクール」の表彰式が11月23日に、人吉市の東西コミュニティーセンターで行われました。「活字離れ」「若者の新聞離れ」を受け、普段より時間がとれる夏休みを活用して、新聞に慣れ親しんでもらおうという主旨のもとに毎年開催しており、今年が5回目の開催。郡市の全小・中・高等学校に呼び掛けたところ、20校より過去最多となる1,033作品の応募がありました。

今回最優秀賞に輝いたのは、多良木小5年の太田稚菜さん。太田さんは野生化する猫が引き起こす問題や、自らが飼っている猫に対しての責任について述べました。また小学生の部門では、湯前小2年の服部はるかさんが優秀賞を受賞。行方不明の幼児が無事発見された記事から、命の重さは皆同じで、人の命より重いものはないとつづりました。その他、当販売センター管内にお住まいになっている、または管内の学校へ通学されている児童・生徒さんで、優秀賞・入選は以下の通りとなりました。

部門	賞	学校名	氏名	選んだ記事
全部門	最優秀賞	多良木小学校5年	太田 稚菜	ネコ野生化 止めニャン
小学生の部	優秀賞	湯前小学校2年	服部 はるか	山口不明2歳児 無事発見
	入選	久米小学校4年	青木 優依	初の夏越し 大敵い
中学生の部	入選	多良木中学校2年	前田 和成子	不戦の誓い 次の時代へ
	入選	湯前中学校3年	宮原 舞華	幸せとは長い忍耐
高校の部	優秀賞	多良木高校3年	森屋 夏美	表現豊かに 英語劇25年
	入選	球磨中央高校1年	洲田 希美星	使い捨てに法規制必要だ
	入選	球磨支援学校3年	坂元 美南海	名物タコ 8品で味わう

おめでとうございます!

たらぎ保育園



きく組 丸山 春奈先生

小池 百合さん

1年生になったら、たし算とひき算を頑張りたいです。そして友だちをいっぱい作りたいです。

那須 蒼祐くん

久米小でも友だちいっぱい作って、漢字のテストで100点をとりたいです。バレーボールが大好きです。

犬童畔 エッグアート展~夢みるたまごたち~

期間: 12月12日(水) ~ 22日(土)

時間: 9時~17時まで

場所: 旧白濱旅館1階

☆Fancy Egg 特別体験レッスン☆



期日: 12月16日(日)と19日(水)

時間: 両日共に10時と14時

各回15名程度、要予約 材料費¥3,000

問合せ先: 多良木町観光協会

☎ 42-7111

2days shop ishigura*



12/22(SAT)~23(SUN)

10:00~15:00

多良木町交流館石倉

おなじみの小物・雑貨・アクセサリー・子ども服にお菓子とトータル42ブースのお店が出店!! 今回も各ブースからのプレゼント抽選会があります。

【初出店】ハーブソルトやアロマスプレーのワークショップ、韓国雑貨、このイベントでしか手に入らないオリジナル雑貨や、Big dreamの天草バーガーなど。飲食ブースも充実しています。

2日目のみのお店も。2日目にはC棟でマッサージやピラティス教室があります。詳しくはインスタグラム chocotto.taragiへ

次回の発行日は12月22日(土)です。お楽しみに!!