

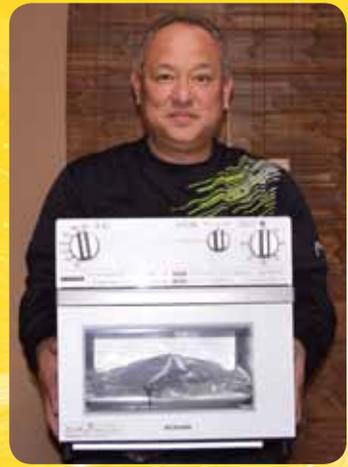
いつも熊本日日新聞をご購読いただきありがとうございます

とうとう3月に入りましたね。今月卒業を迎えられる、学生・児童・園児のみなさん、ご家族の皆様おめでとうございます!! これまでのたくさんの思い出や、成長をしみじみと感じられているところでしょう。次へのステップアップも、一緒に楽しみたいですね。



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いただけます。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。



[Arrange] <暮らしの生活情報>
あれんじ
 クイズに答えて
 プレゼントをあてよう

当選者
柳原 和英さん
 多良木町多良木

当選賞品
 リクック熱風オーブン

毎月第1、第3土曜日は「あれんじ」を楽しみに見えています。なかでも県内の観光スポットや、美味しい食べ物の紹介をしてあるので、その情報をもとに奥さんと観光に行って、美味しい物をお土産に買ってきています。今回は初めて応募しましたが、まさか当たるとは思っていなかったのびっくりしています。

母校の閉校惜しむ同窓会

3月2日に閉校した県立多良木高等学校・昭和62年度の卒業生による同窓会(本村有斗実行委員長、多良木町)が同日、くまがわ鉄道の1車輛を貸切って開催されました。50歳になる節目の年とも重なり、地元はもちろん関東や、海外(バングラディッシュ)から約30名が参加しました。久しぶりの再会や、閉校する母校のことなど、話は尽きない様子でしたが、人吉駅の名物弁当・栗弁当などをおつまみに、同窓会がスタートしました。

土肥ゆかりさん(多良木町出身)は「母校が無くなったのは、自分のアルバムの一部が無くなった様な気分です」と、寂しい胸の内を語られていました。



「第1回 夕野火顕彰俳句大会」開催のお知らせ

日時：3月23日(土) 13時から受付開始
 場所：多良木町 交流館石倉
 主宰：球磨人吉俳句協会 共催：「松」発行所
 後援：あさぎり町、多良木町、湯前町、水上村
 各町村教育委員会、各町村文化協会
 熊本日日新聞社、熊本放送(RKK)、人吉新聞社

内容：講演：「多良木町にある4つの句碑の物語」西村泰三氏
 入選作品披露及び表彰(小学生、中学生、一般など部門別)、、、など。
 夕野火先生が勤務された、あさぎり町、多良木町、湯前町、水上村の4中学校と、生徒が卒業した同町村にある12小学校、及び5高校や支援学校などに作品応募を呼び掛け、この大会の開催に至りました。

日本一女子柔道部の強さを体験



龍谷大学女子柔道部「団体日本一」祝勝会が2月22日、湯前町農村環境改善センターで行われ、町民や柔道関係者、保護者など約170人が駆け付け、その快挙を祝いました。その日本一となった大会は昨年10月に開催された「全日本学生女子体重別優勝大会」で、創部初の栄冠となりました。

同部の指導をしていた湯前町の明導寺

住職・藤岡教頭さんとの縁が現在も続いており、今年で14年連続14回目の合宿を湯前町で実施する機会に合わせての祝勝会開催となりました。優勝時に主将を務めていた米澤夏帆さんは、入学時に日本一になると監督と約束したが、「無理だろう」と全員がまとまらない時期もあったと言います。しかし自らの行動で示すしかないと自身を奮い立たせてきました。「結果、やっと日本一になれましたが、正直うれしいというより、ホッとしています」と、その並々ならぬ決意をした後の結果に、安堵している様子でした。



堀田幸宏龍谷大学柔道部監督(中央)と堀田いづみ同部コーチ(左)にメッセージを伝える藤岡教頭・明導寺住職(右)

また翌23日には、湯前少年柔道クラブ(小学生14名、中学生7名)との柔道教室が開催され、和やかな雰囲気の中でも、乱取りの場面では何とか技をかけようと、児童・生徒達は真剣に取り組んでいました。遠坂日菜向さん(湯前小2年)は「練習のときは怖い時もあったけれど、優しいお姉さん達でした。一緒に練習出来て良かったです」と話してくれました。

現在同大柔道部は既に新チームに移行しており、新主将の小林幸奈さんは「春の優勝大会と(今回優勝した)体重別優勝大会の2冠を目指して頑張ります!」と、新たな目標に向かって突き進みます。頑張れ龍谷大学女子柔道部!!



第48回 湯山温泉 桜まつり

3/17(日) 本まつり 10:00より 場所:汗の里公園

10:00	オープニング・総開会式	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
10:10	開会	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
10:30	強いもち投げ	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
10:35	くまモンステージ	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
10:50	保育所・小中学生ステージ	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
11:40	権原選手ステージ	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
12:10	川内平楽踊り	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
12:40	踊JOYバルーンアートショー	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
13:10	木ん馬レース	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
14:40	パフォーマンスタイム	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
15:50	木ん馬レース表彰式	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
16:00	権引抽選会	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
17:00	賞賛ステージ	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
17:30	強いもち投げ	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
17:50	白木神楽	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
18:20	水神守太鼓	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選
19:00	日本一早い大花火大会	●特別ゲストの講演・お楽しみ抽選

期間 平成31年 2月1日(金)～4月6日(土)
 会場 湯山温泉 市営ダム湖まつり広場

第48回湯山温泉桜まつりが、3月17日(日)に行われます。地元小学生による創作太鼓や、大人気くまモンのステージなど盛りだくさん。水上村親善大使の実愛ステージも開催。恒例の木ん馬レースは今年も白熱した戦いまちがいなし。\\(◎o◎)/
 (情報提供：水上村・水上村観光協会)

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

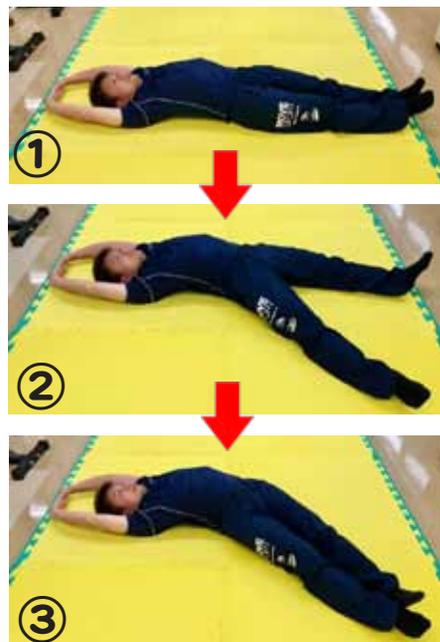
こんにちは!! 日常生活を快適に過ごせるカラダづくりを提供する「パーソナルトレーナーの村山直」です。それでは今月も「働きにくい筋肉」「サボっている筋肉」を目覚めさせ「使える筋肉」にする簡単なエクササイズをお伝えします。

【弓なり】

- ①仰向けになり両手をつないで伸ばします。
- ②右脚を横に開きます。
- ③上半身を弓なりにになり左脚を右脚に近づけていきます。
- ④両足がぴったりつかなくても良いですが、できるだけ近づけます。
- ⑤5往復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

体側全体の複合的なストレッチになります。
つま先と膝、おへそを天井に向けて行うとよりストレッチできます。
少しでも皆さまのお役に立てれば幸いです。



カラダ改善コンディショニング教室のお知らせ
「カラダを引き締めよう! ②」

日時: 3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

【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。

くめ保育園 さくら組8名



担任 源島有希先生

少ない人数ですが、とても団結力があるさくら組さんです。卒園式に向けて歌の練習を頑張っています。「くめ保育園で過ごす時間もあとわずか。挨拶がしっかりできる小学生になってほしい」と担任の源島有希先生。

慈光こども園 松組18名



担任 西ひろみ先生

発表会が終わり一段落の松組さん。打合奏など練習がハードで集中力も浮き沈みだったとか。それでもさすがの松組さん。本番ではばっちり決めてくれました。「ここ一番に強い子達です」と担任の西ひろみ先生。「入園時からずっと持ち上がりで担任。我が子同然の可愛く、しっかりした松組さんです」と話されていました。

お店紹介

ai nail



ai nail 代表 西田恵美子さん

「女性に対して癒しの空間を提供し、きれいになるお手伝いをしたい」と、昨年12月に多良木町の中心部にオープンした「ai nail(アイ ネイル)」さんを紹介します。

代表を務める西田さんは多良木町のご出身。JNECネイリスト技能検定1級、JNAジェル検定上級、JNAネイルサロン管理衛生士の資格を取得され後、広島でサロンで研鑽を積み、地元に戻り開業されました。

爪の形を整え、甘皮処理を施し、ハンドトリートメントをする「ハンドケアコース」を基本とし、人気の「ジェルコース」や「スカルプチュア」など施術可能。自分の理想とする爪が出来るそうです。

料金はアート代(施術時間)×パーツ代(材料代)の組み合わせによって変わりますので、事前に色々相談してみてください。雑誌やSNSで見かけた素敵なネイルを、LINEなどで画像を送って相談することも可能だそうです。また「ネイルサロンに行ったことが無いけれども行ってみたい!」「気になっているけれども最初の一歩を踏み出せない!」という方もいらっしゃるようですが、そういった方に対して「お試し価格」も検討してくれるとのこと。そんな西田さんの目標は、地域の方に愛されるお店を目指すこと。そして新たなネイリストの育成を掲げておられます。「人吉球磨地域が、気軽にネイルを楽しめる環境になれるように」と、頑張っておられます。

プライスリスト

- ハンドケアコース... ¥2,000
- ハンドケア+ポリッシュコース... ¥3,000
- フットケア+ポリッシュコース... ¥3,500
- クリアスカルプチュア1本(他アート代別途)... ¥700
- ラメスカルプチュア1本(他アート代別途)... ¥800
- 深爪矯正1回... ¥5,000~
- 足巻き爪矯正1本... ¥2,500

【ジェルコース】

- シンプルコース ¥3,900 ~ ¥4,900
- デザインコース ¥5,900 ~ 6,900
- トレンドコース ¥8,000 ~
- フットジェル ¥4,900 ~



多良木町多良木 985-5
連絡先(完全予約制となります)
TEL: 090-7506-3070
FAX: 32-9666
LINE@登録
ID/qqs9129q(QRコード)
E-Mail: ainail@ezweb.ne.jp
HP: <http://ainail.xyz>
営業時間: 9:00~19時
定休日: 不定休(日曜日)



お詫びと訂正

前回発行の94号で「多良木町しごと創生機構」様のドレッシング紹介で、販売価格の誤りがありました。(誤) ¥468 → (正) ¥432です。大変申し訳ございませんでした。

次回の発行日は3月23日(土)です。お楽しみに!!

