



第50回熊日学童オリンピック 空手道競技 優勝

11月10日、菊池市総合体育館で第50回熊日学童オリンピック空手道競技が開催されました。
琉心館（緒方大作代表）所属の緒方琉王さん（西合志東小2年）が個人形で優勝しました。
緒方さんは「共に対戦した選手へ敬意を払い、感謝の気持ちを忘れずにこれからも努力していきます」と話しました。



賞状を持つ緒方さん

菊池恵楓園交流活動 市民・協力団体による清掃ボランティア

11月23日、市の呼びかけにより、包括協定団体の大学生、市ボランティア連絡協議会、市社会福祉協議会、市職員互助会などが、園内の落ち葉拾いを行ないました。これは、平成27年から行なっている交流活動で、当日、市長は、「歴史資料館までは来園される人も多いが、そこから中に入る機会はあまりない。今日は参加者に菊池恵楓園を感じてもらいたい」と挨拶をしました。



参加した168人が、落ち葉を拾い集め通路や植え込みがきれいになりました

認知症への理解と地域のつながり実感 声のかけ方や通報のやり方を訓練

11月30日、市と市社会福祉協議会は、合志南小学校区で『ささえ愛ネットワーク模擬訓練2024』を開催しました。市民約40人が参加し、ひとり歩きしている人への声かけや、認知症高齢者の見守りシール『どこシル伝言板』の読み取りを体験しました。参加者からは、「ひとり歩きしている高齢者が“もしかしたら認知症かもしれない”と考えるきっかけになった」との声がありました。



行方不明者役(左)への声かけを体験する参加者

100歳おめでとう ございます

11月に100歳を迎えた3人に、市長からお祝い状とお祝い金が贈られました。



坂井 エイ子さん
(大正13年11月15日生まれ)



安藤 文子さん
(大正13年11月16日生まれ)



吉住 堅さん
(大正13年11月29日生まれ)

第78回 国民スポーツ大会 SAGA2024 なぎなた競技(少年女子)に出場

10月12日～14日、第78回国民スポーツ大会SAGA2024が開催されました。本市出身の前田衣鞠さん、大森舞柊さん、濱崎彩華さんが出場し、健闘しました。これは、6月に開催された県高校総体の上位3人が県代表として選ばれ、8月の九州ブロック国体を勝ち抜くことで出場できる全国大会です。3人は「全国大会の経験を生かして、これからも頑張ります」と話しました。



左から、前田さん(熊本第一高校3年)、大森さん(熊本西高校2年)、濱崎さん(必由館高校3年)

須屋コミュニティパトロール隊 犯罪の起きにくいまちづくり団体表彰

10月18日、くまもと犯罪の起きにくいまちづくり県民大会で功労団体として表彰されました。須屋コミュニティパトロール隊は主に西合志南小学校区を青色パトカー3台で巡回。こどもたちの登下校の見守り活動とあわせ、総勢100人程で地域の安全を見守っています。これからも、こどもたちに元気をもらいながら安心して暮らせる安全なまちづくりのためパトロールしていきます。



奥左から、でぐちますほ 出口増穂区長、くりさかずゆき 栗崎和幸区長、かしおともゆき 柏尾智之区長、こにしよしこ 小西淑子区長
手前左から、にしのよしあき 西野良昭区長、たかきけいすけ 高木圭介区長、ふみたけし 富田欣生区長

『ぼうさいこくたい2024』で 市防災士連絡協議会が取り組みを発表

10月19日、市防災士連絡協議会は、熊本市で開催された日本最大級の防災イベント『ぼうさいこくたい2024』で、『SP(スペシャル)防災士育成プロジェクト』について発表しました。プロジェクトは地域防災力の向上施策として今年度から始めたものです。協議会は、防災活動に携わる全国の関係者を前に、防災士のスキルアップのための訓練や研修について説明しました。



会場で説明する高山祐二郎会長(右)と木村一三支部長

食生活改善推進員さんの健康食レシピ

サツマイモ入り赤飯

お祝いの日の主食として食べられてきた日本の伝統食の赤飯。
下準備をすれば、蒸すだけですのでお正月に作ってみてはいかがでしょうか。

材料(3人分)	作り方
もち米 …… 250g	① もち米は洗って一晩水につけておく。
小豆 …… 25g	② 小豆は少しかために煮る。煮汁はとっておく。
サツマイモ …… 150g	③ サツマイモは皮つきのまま1.5cm角に切り、水にさらしておく。
小豆の煮汁 …… 50g	④ 水切りしたもち米、小豆、サツマイモを混ぜて30～40分蒸し器で蒸す。
塩 …… 小さじ1	
砂糖 …… 小さじ1	
黒ごま …… 小さじ1	

⑤ ④をボールに返し、煮汁、塩、砂糖を入れてよく混ぜる。

⑥ ⑤をもう一度蒸し器に入れて10分間蒸す。

⑦ 器に盛って、黒ごまを振る。

栄養価(1人当り) エネルギー…291kcal たんぱく質…5.8g 塩分…2.0g