



9月、10月
100歳おめでとうございます

100歳を迎えた人に、市長からお祝い状とお祝いが贈られました。



まつい てるこ
松井 テル子さん
(大正15年9月13日生まれ)



※本人の希望により掲載していません

かわの しずえ
河野 静江さん
(大正15年9月17日生まれ)



いと なが よしのぶ
糸永 吉信さん
(大正15年10月7日生まれ)



6、7月 南ヶ丘小学校・西合志南中学校の棋士6人
小・中学校将棋団体戦に出場

文部科学大臣杯第22回小・中学校将棋団体戦県大会(6月)で小・中学校の各部が優勝。代表として出場した西日本大会(7月)では、惜敗。今後の飛躍が期待されます。

小学校の部(前列左から)

きのした はると
木下 陽翔さん(4年)
うえむら まさ
上村 真輝さん(5年)
さくら かわ
桜木 和花さん(4年)



中学校の部(後列左から)

なかしま ゆいと
中島 唯翔さん(3年)
やまぐち けいた
山口 慶太さん(3年)
よこやま こうすけ
横山 浩侑さん(3年)

9月5日 菊池郡市陸上競技協会
中学生対象の体幹トレーニング講座

西合志南中学校で行なわれ、本市など菊池郡市で陸上競技に取り組む中学生約200人が参加しました。日本オリンピック委員会強化スタッフで熊本学園大学社会福祉学部の高橋恭平准教授から効率的に走る動作などを学んだ参加者からは、「普段使えていない筋肉の動きがわかった」などの感想が聞かれました。



体幹の鍛え方を
実践的に学びまし
た

食生活改善推進員さんの
健康食レシピ



【栄養価】(1人当たり)
エネルギー…63kcal
たんぱく質…3.6g 塩分…1.1g

きのことショウガのかきたまスープ

たっぷりのショウガを使った、体が温まるスープです。肌寒くなるこれからの季節にぴったりの一品です。

材料(4人分)

小松菜 …… 2分の1束(120g)
ショウガ …… 40g
しめじ …… 2分の1パック(40g)
ごま油 …… 小さじ1
水 …… 600mL
中華だしの素 …… 小さじ2分の1
料理酒 …… 大さじ2
塩 …… 少々
こしょう …… 少々
卵 …… 2個

作り方

① 小松菜を3cm幅に、ショウガを千切りにする。しめじは石づきを取り、ほぐしておく。
② 鍋にごま油を熱してショウガを入れる。香りが立ったら小松菜としめじを入れ、さっと炒める。
③ 水、中華だしの素、料理酒を加えて4～5分煮る。
④ 塩とこしょうで味をととのえ、沸騰したところに溶き卵を回し入れる。

認知症の人が安心して暮らせるまちへ



令和8年度ささえ愛ネットワーク **認知症本人視点体験**

～VRで感じる『心の声』、みんなでつなぐ『地域の安心』～

申問市社会福祉協議会 地域福祉課(ふれあい館) ☎096-242-7007

認知症になると、どんな不安を感じ、どのような景色が見えているのでしょうか。

これまでのように、認知症を『学ぶ』のではなく、VR(バーチャル・リアリティ)でその世界を『一人称で体験する』。本人の視点に立つことで、日々のすれ違いに気づき、新しい関係づくりのヒントが見つかります。体験のあとは、感じたことを共有します。また、もしもの時の備え『どこシル伝言板』などについても紹介します。

あなたの『知る』が、地域の『安心』へとつながります。



と き 11月14日(土)
午後1時30分～3時45分(予定)
と ころ 市役所防災センター棟1階 避難所1
参 加 費 無料
申込締切 11月6日(金)
定 員 80人(先着順)
申込方法 電話、申し込みフォーム



▲申し込みフォーム



体験会のイメージ

1人で悩まず話しましょう
認知症家族のつどい

認知症の人を介護している家族が集まり、日頃感じていることや、抱える「想い」を一緒に話し、リフレッシュしてもらう場所です。認知症による症状に困惑したり、対応に悩んだりしていることがあれば、同じ介護をしている仲間と話してみませんか。

▶と き 11月25日(水) 午後2時～3時30分
▶と ころ 総合センター「ヴィーブル」2階 研修室3
▶参 加 費 無料
▶申込方法 電話または窓口
▶申込・問い合わせ 市社会福祉協議会 地域福祉課(ふれあい館)
☎096-242-7007

