



▼町公民館主催講座

野菜づくりを学ぶ「園芸教室」

町公民館では、平成22年度主催講座「園芸教室」を年3回開催します。講師は、瀬戸口幸一さん(川尻農園)で、第1回は4月27日(火)に町生涯学習センター研修室で開催。初心者から経験者まで受講生28人が、安心な野菜づくりを目指して集まりました。

▶説明する瀬戸口さん



「やさしい家庭菜園」と題し、菜園の基本的事項を中心に春野菜の植え付け、管理を学習。土づくりや畝(うね)のたて方、種まきや肥料の使い方などについて詳しく説明がありました。

▶主催講座「子ども講座」  
お手玉遊びに挑戦!

5月15日(土)町生涯学習センター・ホールで、子ども講座「お手玉&ジャグリングに挑戦!」を開催しました。

講座では、初めてお手玉の講師・福永かつみさん(大町区)の技を見学。次に、大町



▲大学生に習って、お手玉を練習する子どもたち

生たちによるジャグリングの模範演技を見ました。ジャグリングとは、ボールを使ったり、ディアポロ(中

国ゴマ)と呼ばれる道具を高く投げたりひもにからませたりする技。デヴィルスティックと呼ばれる棒をたいて、宙に浮かせて回転させる技なども披露され、初めて見る巧みな演技の数々に、子どもたちから思わず大きな歓声が起こりました。

その後、お手玉を実際に手に取って基本から練習。最後に、みんなで歌を歌いながらお手玉の演技をしました。

▶主催講座「町民大学」  
熊本ラーメンを世界に

5月18日(火)町生涯学習センター・ホールで、平成22年度第1回町民大学の開講式および講演を開催しました。

講演は、「熊本から世界へ味千ラーメン」と題して、重

光産業(株)取締役広報室長の重光悦枝さんを講師に迎えて開催。重光さんは、42年前に創業したときの苦労話や、現在



▲海外進出など事業展開について語る重光さん

12か国576店舗に拡大して海外でも事業を展開していることを紹介しました。

今後について、「先代からの熱い思いを引き継いで、将来的には2,000店舗が目標。熊本の味千ラーメンを世界の人々に食べていただき、共存共栄の発展を願っています」と熱く語りました。

LIBRARY

私が紹介する本は、『だるまてんぐのあかてんくろてん』です。あかてんとくろてんは、とても仲のいい兄弟です。

ある日のこと、二人は自由に風をつくることのできる不思議なうちわをこっそり持ち出してしまったのです。うちわを試してみるとあかてん

今月の案内人



田中れいなちゃん  
(山出区)

の体がふわりと空に浮いています。くろてんがかわってよ!と言ってもあかてんはしらんぷりです。そんなあかてんを見てくろてんは怒って

~ My Favorite Story ~  
私のおすすめ図書

『だるまてんぐのあかてんくろてん』(廣嶋 玲子著)

だるまのお母さんとてんぐのお父さんの血を引き継ぐ、だるまてんぐの兄弟・赤天と黒天が織りなす楽しいお話絵本。兄弟2人の愉快な冒険がいっぱいの一冊。

しまいました。しかし、おしっことばしの決着が終わっていませんので、あかてんを探しに行くことになりました。あかてんも一人では楽しくないのでくろてんを探し始めると、大きいクモの巣に引っかかってしまいました。くろてんも巣にひっかかっています。そしたら、悪口が始まりけんかになりました。けんかをしてい

ると巣から落ちました。そして、二人は仲良くいっしょに帰りました。私にも妹と弟がいます。私たちは、毎日のようにけんかをするからずぐにあかてんくろてんみたいに仲良くやさしい兄弟になれたらいいなあと思いました。



元気いっぱい  
こうさっ子!



渡邊 さくらちゃん  
(上早川三区)

つばさ兄ちゃんと、いつも  
仲良く遊んでいます。

〈父・洋一さん 母・裕美さん〉

## HEALTH CALENDAR

## 6・7月の保健活動

- ❖ 4か月・7か月児健診  
6月17日(木) 午前9時  
7月15日(木) 午前9時
- ❖ 1歳6か月児健診  
7月6日(火) 午後1時
- ❖ 3歳児健診  
7月6日(火) 午後1時20分
- ❖ ポリオ予防接種  
6月1日(火) 午後1時30分  
6月3日(木) 午後1時30分  
6月8日(火) 午後1時30分  
6月18日(金) 午後1時30分  
※6月18日(金)は予備日。
- ❖ BCG予防接種  
7月9日(金) 午後1時30分
- ❖ 3種混合予防接種  
7月22日(木) 午後1時30分
- ❖ 2種混合予防接種  
7月27日(火) 午後1時30分  
7月29日(木) 午後1時30分
- ❖ 特定健診・がん検診・後期高齢者健診  
6月21日(火) 午前7時  
～  
6月29日(火) 午前7時  
※6月24日(木)を除く。
- ❖ 甲友会  
6月16日(水) 午前10時  
7月21日(水) 午前10時

## ❖ メタボ予防のための特定健診

平成20年度からスタートした特定健康診査(特定健診)。メタボリックシンドローム(メタボ)に着目したこの新しい健診は、国民健康保険加入者で40～74歳のすべての人が必ず受けることになっています。

健診は、生活習慣病を始めとする病気を防ぐために欠かせないものです。そもそも病気になってしまうと、支払わなければならない医療費がどんどん増えてしまい、家計にも心身にも大きな負担となります。

また、健診を受けて病気を未然に防ぐことで、医療費の抑制にもつながります。

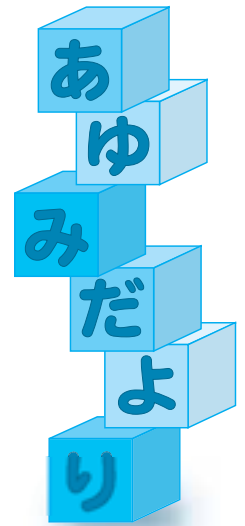
対象の人は、特定健診を必ず受けて、健康づくりに生かしましょう!

## ❖ 平成22年度特定健診の実施

## ● 健診期間

6月21日(月)～29日(火)

6月は健康診査の時期です!!  
～年に1回は必ず受診を～



町総合保健福祉センター  
町地域包括支援センター  
TEL 096-235-8711

※24日(木)はありません。  
●対象者  
国民健康保険加入者

※社会保険加入者については、保険者発行の受診券が必要となります。

●対象年齢

40歳～74歳

●健診会場

町総合保健福祉センター

●注意事項

普段病院にかかっている人も、特定健診を受ける義務があります。65歳以上の人は、生活機能評価(無料)も併せて受診します。

※4月に町から対象の世帯に配布します。

した「健康診査希望調査票」で特定健診の希望を出していない人も、健診までに早めに連絡いただくと、健診を受診できます。

※特定健診の日程と合わせて、後期高齢者健診とがん検診も実施します。

▼無料子宮頸(けい)がん検診の対象者  
平成21年4月2日～平成22年4月1日に、40歳になった人

▼無料乳がん検診の対象者(マンモグラフィのみ)  
平成21年4月2日～平成22年4月1日に、40・45・50・55・60歳になった人

## ❖ 本町での健診受診状況

平成20年度特定健診受診率は、上益城郡の5町の平均が38・7割であるのに対して、本町は29・9割です。平成21年度の受診率は、本町は現在34・35割(推定)です。

受診率を向上させるためには、皆さんのご協力が必要です。