



▼上益城郡チームの結団式で、力強く選手宣誓をする栗田競技者



上益城郡チームは3位

第37回郡市対抗熊日駅伝大会

2月13日（日）第37回郡市対抗熊日駅伝大会が開催され、3連覇を目指した上益城郡チームは、5時間30分2秒で3位となりました。

14区間105・3区間で争われた同大会に、本町からは郡代表として、9区・栗田嶺（熊本工高3年・上早川一）、11区・梅本祥太（甲佐中2年・和田内区）、12区・岡本峻悟（宮崎産業経営大学2年・古閑区）、13区・梅本龍太（甲佐中2年・和田内区）、荒田昇輝（甲佐中3年・浅井区）の5競技者が選出。栗田競技者が8・5区を25分41秒で力走し、区間賞の走りを見せました。

また、1月30日（日）第28回熊日郡市対抗女子駅伝大会が7区間30分で行われ、本町から郡代表に、2区・田上舞花（甲佐中2年・上早川一）、5区・米村絵里香（東稜高1年・芝原区）、甲斐友莉江（甲佐中1年・下豊内区）の3競技者が選出されました。郡チームは1時間50分33秒でたすきをつなぎ、昨年の15位から10位に成績を上げ、躍進賞を受賞しました。

体調管理で便秘を予防

健康づくり講演会

2月10日（木）町生涯学習センターで、健康づくり講演会を開催しました。

高齢者の体調管理について学習することを目的に、甲佐町健康クラブと町公民館の町民大学が共催。高野病院（熊本市）の高野正博医師を講師に迎え、「高齢者の便秘予防と解消」をテーマに講演。約60人が受講しました。

講演では、大腸の基本的な機能や働きについて学び、便秘の原因やマッサージ方法を受講。高野医師は「早起きと朝食を取る習慣が、大腸を活性化させるので重要」と説明しました。



▲便秘の原因と予防・解消法について講演する高野医師



◀県職員の指導の下で木工に取り組み児童たち

木の大切さに触れ合う

白旗小で木について学ぶ木工教室

2月14日（月）白旗小学校で、木工教室が開催されました。同教室は、木と触れ合うことを目的に、県の事業の一環として実施。県上益城地域振興局職員が講師となり、6年生14人（上土井恭子教諭）と木工製品を製作しました。

初めに、木の役割について講習を受講。木の長所や特徴、育て方、木と地球温暖化の関係について学習しました。木工教室では、間伐材を利用してプランターを製作。児童たちは、のこぎりやかなづちなどの使い方を習いながら完成させました。教室を終えて、女子児童が「木を切ることは自然を破壊することかと思っていたけど、大切に使うことで地球温暖化の防止に役立つことを学びました」と感想を述べました。

高齢者の事故を防ごう

高齢者交通安全教室を開催

2月16日（水）町生涯学習センターで、高齢者交通安全教室を開催しました。

高齢者の加齢が原因となって発生する交通事故の防止を図るために、町が主催。熊本県交通安全協会から講師を迎えて、上豊内区、下豊内区の高齢者23人が参加しました。

教室では、交通安全に関するクイズや反射神経を鍛えるゲームを行い、夜間での反射材の利用方法を紹介。また、高齢者歩行システムを使って、道路横断のときに必要な時間を測定し、道路の安全な渡り方について学びました。



▲高齢者歩行システムで道路横断時に掛かる時間を測定



◀糖尿病を予防する献立について学んで調理

楽しく気楽に健康づくり

食生活改善推進員協議会が健康らくらく教室

1月22日（土）、2月5日（土）町総合保健福祉センターで、「健康らくらく教室」が開催されました。食を通じた健康づくりに取り組み、明るく健康に暮らすことを目的に、甲佐町食生活改善推進員協議会（水足輝子会長33人）が主催。「糖尿病予防」をテーマに25人が受講し、生活習慣の改善について学びました。教室は、講話と調理実習、運動実技で構成。講話で生活習慣の改善方法や糖尿病予防について理解を深め、調理実習では調理法を工夫し体に良い味付けを心掛けて、栄養バランスのとれた献立を調理。サケのホイル焼きや根菜の中華風炒めなどを作り、健康に配慮した食事を楽しみました。また、運動実技では、気軽に取り組める運動や体操を実践しました。

自転車競技で全国大会へ

田上大貴選手（下横田区・千原台高1年）



▲3月26日（土）～29日（火）北九州市ほかで開催される第34回全国高等学校選抜自転車競技大会に出場する田上選手（写真中央）

3月26日（土）～29日（火）北九州市ほかで開催される第34回全国高等学校選抜自転車競技大会に、田上大貴選手（下横田区・千原台高1年）が出場します。

同大会は、北九州メディアドームで、スプリント競技やケイリン競技などのトラック競技と、一般道をコースにして開催されるロード競技が実施されます。

田上選手は昨秋の県新人戦で、トラック競技のポイントレースに出場して優勝し、全国大会の切符をつかみました。ポイントレースは、1周500mのバンクを48周・24^{キロ}周回し、2^{キロ}ごとに通過した順位でポイントが加算され、合計ポイントで争われます。

小学5年生から自転車競技を始めた田上選手は、同時に水泳や陸上、トライアスロンなどにも取り組んでいましたが、高校入学から本格的に自転車競技に取り組んでいます。

大会に向けて、「練習では、あきらめずに積極的に前に出て走ることを心掛けています。大会では、ポイントレースでは予選通過、ロード競技では優勝を目指します。今後の目標は、インターハイのロード競技で優勝することです」と抱負を述べました。