

くらしの情報

火、火入れをしないようにしましょう。

- ・火入れを行う際、許可を必ず受けるとともに、十分な実施体制をとりましょう。
- ・たばこは指定された場所で喫煙し、吸い殻は必ず消しましょう。

●**問**
総合支所 農林振興課 林務係
☎ 0968・34・3111

お知らせ 「助けたい！」を行動に

ひとりでも多くの人に救命手当ての重要性を知っていただき、心肺蘇生法を覚えていただくために、救命講習会を下記のとおりに開催します。また、この講習会を修了した人には修了証カードを発行します。住民の皆さんの参加をお待ちしています。

●**とき**
12月15日(日) 午前9時～11時

●**ところ**
玉名消防署 2階会議室

●**内容**
成人に対応した心肺蘇生法（AED）を用いた救命講習）

●**定員**
先着15人
（事前に電話で申し込みが必要です。）

●**参加費**
無料

●**その他**
以前、普通救命講習会をうけたことがある人は、修了証カードをお持ちください。

●**問**
玉名消防署 救急係
☎ 0968・73・7117

●**問**
本庁 税務住民課 生活環境係
☎ 0968・86・5723

お知らせ 令和2年度「平和の礎」追加刻銘など

国籍を問わず、沖縄戦などで亡くなられたすべての人々を対象に、沖縄県で刻銘された人・刻銘をされていない人について、遺族からの申し出などにより、新たな追加刻銘者・修正者および削除の受け付けをします。条件がありますので、下記までお問い合わせください。

●**受付締切日**
12月13日(金)
※締切後の受け付けは、令和3年度の追加刻銘などとなります。

●**問**
本庁 健康福祉課 福祉係
☎ 0968・86・5724

お知らせ 山火事にご用心

山火事は、秋から冬にかけて発生しています。空気が乾燥し、森林内の落葉などが燃えやすい状態になっており、強風などによりたき火が燃え移り、山火事発生の危険性が高くなります。

山火事が一旦発生すると消火は容易ではなく、また、長い年月をかけて育てた貴重な森林を一瞬にして失うことになります。山火事にならないように次の点にご留意ください。

- ・枯草などのある火災が起こりやすい場所では、たき火をしないようにしましょう。
- ・強風時および乾燥時には、たき

メンターは、その育児経験を活かし、同じような発達障がいのある子どもをもつ親に対して、話を聞いたり情報提供を行い、共感的なサポートをします。

●**問**
本庁 健康福祉課 障がい福祉係
☎ 0968・86・5724

お知らせ ストップ温暖化！総ぐるみBDFキャンペーン

天ぷら油（家庭廃食油）の回収キャンペーンを実施します。家庭で出た廃食油を、以下の回収場所にお持ちください。回収した廃食油はBDF（バイオディーゼル燃料）となり、ディーゼル車両や発電機などに利用されることで、二酸化炭素排出量の削減につながります。

●**回収期間**
12月2日(月)～
令和2年1月31日(金)

●**回収場所**
役場本庁および総合支所

●**回収可能な油**
天ぷら油などの植物油
※家庭で出たものに限りです。
※動物油（ラードなど）、鉱物油（エンジンオイルなど）は回収できません。

●**回収方法**
天かすなどのゴミを除き、ペットボトルや油購入時のプラ容器などに入れてお持ちください。

●**特典**
キャンペーン中に天ぷら油をお持ちになった人には、オリジナルノベルティ（折りたたみロート）をプレゼント
※数に限りがあります。

●**申込方法**
KOIBANA ホームページのイベントお申込みフォームからお申し込みください。

●**問**
有明広域行政事務組合 KOIBANA 荒尾・玉名地域結婚サポートセンター
☎ 0968・57・5144
受付時間 午後1時～7時
定休日 火曜日、水曜日

催し 保護者をつなぐ茶話会

登校できない、授業中集中できない、友達とのトラブルが多い、気持ちの切り替えが難しい…など

何かしらの「生きづらさ」を抱える子どもたちを見守るお母さん、お父さん、茶話会に参加してみませんか。皆さんでお茶を飲みながらおしゃべりして、解決策のアドバイスをもらったり、ストレス発散したり、楽しい時間を過ごしましょう。お母さん、お父さん以外のご家族の方のご参加もお待ちしております。

●**とき**
12月10日(木) 午前10時～正午

●**ところ**
和水町中央公民館 1階和室

●**参加費**
無料
※申し込みの必要はありません。
当日会場へお越しください。

●**その他**
有明地域療育センターの福島相談員、ペアレントメンターも参加します。
※ペアレントメンターとは、自らも発達障がいのある子育てを経験し、かつ相談支援に関する一定の研修を受けた親を指します。

公益財団法人 熊本県環境整備事業団「エコアくまもと」
☎ 0968・78・4433
（平日午前9時～午後4時）
FAX 0968・53・8510
メール info@kksj.jp

催し クリスマスクルーズ party in 長洲

昨年は男女各50人で18組のカップルが成立したKOIBANAで一番人気の恋活イベントを今年も有明フェリーを貸し切って開催します。よしもと芸人「もっこすファイヤー」が司会としてイベントを盛り上げます。クリスマス直前に、思いっきりオシャレしてパートナーを探しませんか。

●**とき**
12月22日(日) 午後1時30分受付
午後5時終了予定

●**集合**
有明フェリー長州港ターミナル
（玉名郡長洲町長州2168-25）

●**参加費**
男女ともに2,000円

●**応募締切**
12月5日(金) 正午

●**応募資格**
男性20～49歳、女性20～49歳の独身者 各40人（抽選）
※12月1日(日)の事前セミナーに参加した男女各20人は抽選なしで参加できます。
※男性に限り、荒尾・玉名郡市に在住もしくは勤務をしている人。または、荒尾・玉名郡市の小中学校を卒業した人。
※会員登録が必要（当日の入会も可能。登録料無料）

催し どんぐりペイント & ブローチ作り

南関町にある熊本県公共関与最終処分場「エコアくまもと」では、どんぐりを活用した環境学習を行っています。今回は、このどんぐりを使った「ものづくりイベント」を開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

●**とき**
12月15日(日) 午前10時～正午

●**ところ**
エコアくまもと

●**対象者**
①どんぐりペイント
幼児・小中学生とその保護者20組
②どんぐりブローチ
中学生以上10人
（応募多数の場合は抽選）

●**内容**
①どんぐりにマーカーペンを使って好きな絵（トトロなど）を書きます。
②どんぐりを使ってオリジナルのブローチを作ります。



ブローチの例

●**参加費**
無料

●**応募方法**
参加者の住所、氏名、学年（年齢）、連絡先をはがきかFAXまたはメールで連絡してください。

●**応募締切**
12月5日(金)

●**問**
〒861-0821
玉名郡南関町下坂下4771-3

前原区にコミュニティ活動備品を整備

宝くじの社会貢献広報事業である一般財団法人自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用し、前原区が神楽活動の備品（狩衣、袴、鈴、笛、太鼓など）を整備しました。

今回整備した備品は、前原区において昭和30年代まで実施されていた神楽活動を復活させ、地域の伝統文化の継承や地域の活性化に向け活用されます。

10月13日に開催された前原区の秋祭りでは、小学生による舞いが披露され、区民の皆さんから大きな声援が送られました。

なお、この事業は宝くじの社会貢献広報活動の一環として、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。



始めてみよう！「お茶の間筋トレ」～vol.18～

10月号で「胸」、11月号で「腹」の筋肉を締めており、今月は内転筋（ももの内側）の引き締め運動を紹介します。

- ① 内ももの間（膝の少し上）にボールを挟み、両手を後方につき、足首を立てて構えます。ボールをつぶすときに脚を寄せてももの付け根に力が入る動きを10回行います。
- ② ボールの位置をくるぶし上に移し、同様の動作で10回つづきます。このときは、大腿（太もも）の一番下（膝に近いところ）によく力が入ることを意識して行います。

※呼吸の代わりに回数を声に出して数えましょう。

【注意点】 膝関節にボールを挟まないようにしてみましょう。

