

ホームページ http://www.sawayaka.or.jp (本誌の内容は、発行日の1週間後からホームページでもご覧いただけます。)



「孔子庵」にさりげなく飾られている日本画の作品

て行きましたね。後に日本画協会理仕事をしながら、絵を仕上げて持っきなさい』と言われ、昼間は木工ので始めるのに、20歳なら人の3倍描 努力することで、仲間もできます思います」。また、「完成を目指して たのは、そういう努力のおかげだと 事となり、審査員もさせていただい 影響も大きく、「20歳の頃、父と親し し、入門しました。『ふつう6~7歳 日本画の先生の作品を見て感動 芸術家との交流が多かった父の

から

2

骨粗鬆症 4

3

5 老化を防ぐ食生活

さわやか長寿財団からのお知らせ

6 さわやか知恵袋講座受講生募集 熊本さわやか大学校熊本校・八代校開講 熊本さわやかシニアくらぶイベント情報 さわやかボランティアーズまつりのお知らせ シルバースポーツ交流大会が開催されました。

熊本県シルバー囲碁・将棋大会を開催

〒860-0842 熊本市中央区南千反畑町3-7 (熊本県総合福祉センター1・3階)

さわや

さわやか大学校の講師から

好きなことをやっていただけで、評価された。 人生を楽しんでいるので、悔いはない! ―

聴覚障害とはどういうものか 理解を広めていきたい

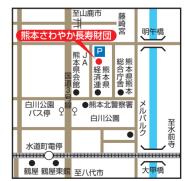
我が郷土、熊本の歴史について 楽しく学んでいただきたい!

さわやか健康通信

なるほど プラスワン情報

熊本県シルバー作品展開催のお知らせ

熊本県介護実習・普及センター からのお知らせ



好きなことをやっていただけで、評価された。 平成25年度さわやか大学校で講義をしていただいた中から今回は、3名の先生方を御紹介します。 持つのが大切暮らしの中で、感動する心を へ生を楽しんでいるので、悔 学校 の講 師

か大学校では長年、絵手紙の講師を芸品の指定も受けておられ、さわやには先生の作品が熊本県伝統的工 展覧会などを鑑賞して、感動する心 ね。絵がうまくなる秘訣は、幅広く く観察するくせが付くのが とで、季節の草花など身の周りをよ お願いしています。「絵手紙をやるこ いです

今までにも熊本県美術展、日本伝統

工芸展、西部工芸展などの作品展で

数々の受賞歴をおもちで、

、昭和55年

文化賞を受賞された戸田東蔭さん。今年1月、第24回くまもと県民

意欲が湧くからです」。 そう語られるご本

いはない

道と活動は多岐にわたっています。 さっています。「好きでやっていただ ド、カメラのコレクションなどもな また、手回し蓄音機やSP

熊本初の日本工芸会正会員

工芸家になったきっかけ

を伺

ものづくりの心は、父ゆず

…」と、恐縮されていました。

なのに、文化に貢献

たと言

てわ

木工芸·日本画家

泗水工房「木楽」・孔子庵主

戸田 東蔭 さん

まもと県民文化賞を頂

ほか、日本画や俳画、墨絵、工芸、茶 人は、木工芸の レコー

それで味わいが出る場合もあるんか? ゆがんだ焼き物でも、それは 私は違うと思う。我が子が思い通り に育たないからと言って、捨てます と割るシーンがあるでしょう。でも、 ラマなどで、焼き物を失敗したから 次に挑戦する姿が大事です。よくド 失敗しても、それを活かして、また

退されました。

するようになったとき、審査員を辞 躍中です。

息子さんが

県美展に出品 次男の友行さんは漆芸家として活 男の純一さんは木工芸や絵の作家、

を持ってほしい」と語る戸田さん

た「孔子庵」では、戸

は、戸田さんの作り公園をばに造られ

品

れ

菊池市の孔子

自転車

も自作するような人でした。

売公社の精密機械を管理しており、

受け継いだんで

しょう

á.

れ、受験すると合格

します。

か

ら、公社の試験を受けないかと誘わ き、帰熊。専売公社を退職した父か

父が専売公社の職員、兄と弟は教

と、専売公社を1

か月で退職。「父の

です

「自分が望んでいる仕事とは違う」

私はきっと父からものづくりの心を

部で、大人に混じって入選。「父が専12歳。15歳で熊日総合美術展彫刻のと、彫刻を習い始めたのが、なんと

には、荒尾「ふもと窯」の井上泰秋さに師事なさいました。試験場の同期

んがいらっしゃいます

その後大阪ヘデザインの勉強に行

考になります 見が合わなくても、 合ったのが勉強になりましたね。意 磋琢磨します。「夢を持って語り 「民工芸熊本」と 25歳頃には、15~ いう会を作 、他人の 16名の仲間と 意見は参 り、切

けられて

います

す

べて自分の

生き方に、 さわやか

た六角堂や、小さな茶室なども、設報』2003年10月号で紹介され

飾られています。庭には、『婦人画 蓄音機などのコレクションの数々が だけでなく、お茶の道具やお茶席、

菊池市の「孔子庵 生の感動が凝縮した

ない。今の若 「人生を楽しんでいるので、悔い 人にも、 そういう希望 は

ます」。

自分をよく見せよう

とすると邪 、田さん。

れ本

紙。真心で描い

たら下手でも通じ

その喜びを友人に伝えるのが絵手

人生に感動していただきたい。

の受講生の皆さんにも、

自然を愛

大学校 感動す

る心が現れます。

挑戦することで仲間もできる

人の3倍もの努力。

動

しましたね」。当時、県の工業試験

出会ったんです。木目の美しさに感 と呼ばれた指物師、佐官正斎先生に しかし、「父の知人で、木工芸の神様

会正会員となり

木光虎氏と共に熊本初の

本工芸

回入選を果たし、小川哲男氏、 選。その後も出品を重ね、

なる人が多く、作家になる人は少な時も、「美術大学に行っても教員に

い」とアドバイスされ、大学は断念。

する道を選んだのです。

。大学受験の

たも出さんな』と言われました」。 は県美展などに出品しており、『あ 同期の井上君も独立していたし、彼 助けもあり、21歳で独立しました。

日本伝統工芸展に初出品で

見事

定時制に行き、勉学と彫刻を両立

験の時に進学するか彫刻家になる 員になったような家で育ち、高校受

か迷います。考えた末、熊本高校の

ご自身で建てられた六角堂。

当に好きなことを追求して来ら たからこそのお言葉でした。 気が入る、とおっしゃる戸

100年前のSPレコードの音が聴ける蓄音機。 昔の人のものづくりの心意気を感じる

風が心地よい空間だ

聴覚障害とはどう 理解を広め ていきたい

しは、 手話通訳者を介して行いました。

は明るく笑います。け込んでいるんですよ」と、小野さん



一般財団法人

熊本聴覚障害者総合福祉センター 熊本県ろう者福祉協会

理事 総務部長 小野 眞理子 さん

広がります。 話奉仕員養成事業」を加えた結果、 平成25年度からは国が「市町村の手 小野さんたちの仕事も市町村まで れた障害者保護支援法が改正され、 語(手話を含む)」の一節が盛り込ま 成23年、障害者基本法の条文に「言 障害者権利条約が きっかけで、

本づくり条例」を制定し、県議会やのある人もない人も共に生きる熊ら。熊本では平成3年7月に「障害 態勢が取られています。 業として認められたのは昨年度か 始されます。しかし、市町村まで事 の厚生労働省)の委託事業として開 戦間もない昭和25年に、厚生省(今実は、手話奉仕員養成事業は、終 市議会へ手話で参加できるような 実は、手話奉仕員養成事業は、

手話奉仕員養成事業を

成25年度から市町村でも

に理解を求めることですね」。

ん』と意思表示して、周囲の人たち「大切なのは、『私は聞こえませ

社会環境づくりに取り組む必要が です で、ますます手話を広めていきたいての第一言語として認められたの ての第一言語と、いうで、聴覚障害者にとって来ました。でも、聴覚障害者にとって来ました。 る人もない人も共に暮らしやす 「今まで、手話は単なる手 ね」。これからも聴覚障害があ まねや、

応じたコミュニケーショ様々な障害の状態に ・ションを

事務等総務全般の ンターで手話通訳の養成や、相談、 ご自身も、 熊本聴覚障害者総合福祉セ ろう者である小野さ 仕事をされてい

ケーション方法は色々あっていい筆記、口話、身振りなどコミュニ様々なケースがあります。手話、高齢のため耳が遠くなった方など 聴者、 どういう状態なのか。ろう者、 者への理解を広めるための講義を のです」。 しました。『音が聞こえない』 「さわやか大学校では、 重度重複聴覚障害者、 聴覚障害 また とは 難

手話」と様々です。このように、ニケーションも、「指点字」や「触害も併せ持った人たちとのコミュ害も、聴覚だけではなく視覚障 その人たちのニーズに応じたコ ミュニケーション方法を選ぶこと

情報に障害がある聴覚障害者人と人とのコミニケーション、

取り残される』と言われるんです また、『聞こえないことで情報から 害はパッと見ただけではわかり な、とわかりやすいですが、聴覚障車椅子に乗っていれば脚が不自由だ ん。「『人と人との間に障害がある』、 杖を持っていれば目が不自由 ませ

できる言語です。

にとって、最も精神的にリラックス 語である手話は、聞こえない人たち

人と人との間に障害があり、第一言

またコミュニケーションの面でも、

報に頼らざるを得ません。いかにも供がない場合、耳に代わる視覚的情情報。聴覚障害者への的確な情報提 ことに、健常者は気付きません。何 不便だなあと思われがちですが、本 きます。「世の中は、9%が耳からの の音楽などの情報を得ることがで「雨が降りそうだ」という声や、流行 気なく道を歩くだけでも、通行人の された情報をもとに行動している よって思考し、行動に移 の台風情報など、耳 したたかに明るく健常者社会に溶 人は自らの知恵と経験を生かして、 聞こえる人たちは、例えばラジオ からの情報に します。保障



の歴史に

学ん

でいただきた

横井小楠記念館の館長に校長退職の翌日から、 きでしたが、本格的にやり始めた 教育委員会にいた頃も文化財が好 社会科の教員となられます。

の館長となった菅秀隆さん。もと 日(4月)からは横井小楠記念館 会の会長を務め3月末に退職、翌 もと熊本大学で地理歴史を専攻 平成9年まで熊本県小中学校長 が3月31 31 の館長になるように推薦されては のは、実は退職後だそうです。 たのですが、 「退職前から、横井小楠記念館 日で、 校長を退職したの 翌日の4月1日か

ら館長就任。

新米館

花園市民センターでの講義風景。豊富な資料でわかりやすく説明してくださる 馬などについて質問 時を振り返ります。 に郷土史は」と、 勉強しましたね、特 せん』と言うわけに された時に『知りま ら横井小楠や坂本龍 長ですが、 いきません。猛烈に 館長を退職し、 お客様か 平 当

御殿が修復工事中で 本城学習アド またとない機会。 た。「ちょうど本 を務められまし バイ 丸

成14年~18年は、

熊

もたちにお話をなさいました。 しい」と働きかけ、3万人の子ど ひ熊本市の小学生に学習させてほ

表彰を受ける熊本県文化財功労者として

提寺である妙解寺跡)などにも行間や、北岡自然公園(細川家の菩 ですよ。水前寺公園の古今伝授の どしていないか県内を見て回るん 私を含めた4人の指導委員が毎 化財保護指導委員を務めました。 熊本城学習アドバイザ きました」。 てくれましたね。その後熊本県文 が、私に勉強するチャンスを与え 「この横井小楠記念館の館長と 国・県・市の文化財が破損な 。 の 2 つ

熊本市の市政だよりにも歴史に関 化財功労者として表彰も受けら する記事を連載されていました。 ました。また豊富な知識をもとに、 それらの功績を讃え、 熊本県文 n

熊本県文化財功労者 熊本城学習アドバイザー 秀隆 さん

多くの県民に、熊本の歴史を

りや

すく説明

年はがんばりたいですね」。 という決まりがあるので、 私は昭和12年正月生まれの77歳。 的に学ばれる方々ばかりですよ。 者、 ます。 公民館の自主講座講師は80歳まで 6~70代の方が中心ですが、意欲 県の歴史に関するお話をされてい 民館を皮切りに、現在6館で熊本 の講義もスタート。 校長退職と同時に、 もと警察署長などもおられ、 「受講生はもと校長や経営 熊本市中央公 公民館講座 あと3

用意してくださるなど熊本の歴史図入りの観光パンフレットなどを 生は興味津々。「できるだけ現地 について、 に足を運んでほしいから」と、地 ピソードを混じえた講義に、受講 力的な講義です。 さわやか大学校では菅さんのエ もっと知りたくなる魅







胃 鬆症を知る

熊本県医師会 樽美 光一さん

気です。我が国の骨粗鬆症患者数は、 考えられています。 30%弱、70歳以上の女性の40%以上が骨粗鬆症と 万人と推定されており、女性に多く、 や日常生活の些細な動作で骨折を起してしまう病 運動不足などが原因で骨が脆くなり、軽微な外力 骨粗鬆症とは、閉経や加齢、カルシウム不足や 約 1 60歳女性の 1 0 0

平均寿命は84歳で世界最長、男女別では女性が87 てついに、 歳で1位、 014年度版「世界保健統計」によると、日本人の 我が国は、世界最高水準の長寿国でWHOの2 2007年より国民の4人に1人が65歳 男性が80歳で8位となっています。そし

> ぎ、骨を健康に保つ事は重要です。 族にも大きな負担となることから骨粗鬆症を防 因の上位にいつも転倒、骨折が上がっています。ま てしまうと、 寝たきりを予防し、健康で在り続けることが大事 以上という超高齢社会に突入しています。年を重 た、寝たきりは認知症を招きやすく、 くなります。実際、高齢者が要介護状態となる原 ですが、骨粗鬆症によって大腿骨や脊椎を骨折し ねても生き生きと自分らしく生活するためには、 そのまま寝たきりとなる危険性が高 介護する家

同様に常時、 「骨が脆くなるのはなぜか?」骨も他の組織と 新陳代謝を繰り返しています。 古く

> は減少し骨粗鬆症を発症してしまいます。 骨形成を上回り続けると骨の密度は低下し、骨量 強さとしなやかさを維持できます。ところが、 骨形成のバランスが保たれていれば、骨は新鮮さと 胞によって再生されます(骨形成)。この骨吸収と 収されます(骨吸収)。そして壊された骨は骨芽細 いろな要因によってこのバランスが崩れ、骨吸収が なった骨は、 破骨細胞によって壊され血液中に吸 いろ

がある⑥牛乳、乳製品をあまりとらない⑦小魚や ころから月経不順だった、または卵巣摘出手術歴 がいる④糖尿病、胃腸の手術歴などがある⑤若 閉経後の女性②体格が細身③家族に骨粗鬆症の てはまる数が多いほどリスクが高くなります。 にはどんなものがあるか?」以下の項目の中で、 大豆製品をあまりとらない⑧緑黄色野菜や海藻類 では、「骨吸収と骨形成のバランスが崩れる要因 当 1

密度測定検査の他、腰部レントゲン検査、 病気などで日光に当たっていない⑬ステロイド剤 けることが勧められます。検査方法としては、骨 が当てはまる方は、医療機関で骨粗鬆症検査を受 を服用している。これらのリスクファクターの多く をあまりとらない⑨タバコをよく吸う⑩お酒をた くさん飲む⑪運動や身体を動かすことが少ない⑫ 血液検

腺ホルモンの注射剤(テリパラチド)なども使われ 険性の高い重症の骨粗鬆症に対して、 は進んでいくと思われます。 ており、今後も更に効果的な治療薬の研究、開発 ストロゲンなどがありますが、最近では骨折の危 ルシトニン、カルシウム剤、ビタミンK2製剤、エ フォネート製剤、ビタミンD3製剤、SERM、 合わされます。骨粗鬆症の治療薬には、ビスフォス に応じて、内服薬や注射剤などの薬物療法が組み 動療法、日光浴などです。これに検査結果や症状 ヒト副甲状 力

骨粗鬆症になると治療も大切ですが、 些細なこ

> 歩行装具を使う。 やカーペットを敷かない。④外出時には杖などの には手すりや滑り止めをつける。 重要になります。 し、段差にはスロープをつける。③滑り易いマット とで骨折を起さないように転倒を予防することも などの工夫が必要です。 ①家庭内で浴室やトイ ②足元を明るく ・レや階段



カー検査などがあります。

骨折を予防します。 取などの食事療法、体操やウォーキングなどの運 骨粗鬆症と診断されたら早期に治療を開始し、 治療の基本は、カルシウム摂

から老化を防止しましょう。 身体は正直者!もっと真剣に健康づくりの基本、食べる、

9:

止のヒントありです。 運動へと積極的に生活を変えていくこと(実践)に老化防 め早めに気づき、栄養ある食生活、ストレッチなど適度な ましょう。ロコモテイブシンドロームも気になる言葉。早 が重なると認定される。そこで早めに気づき、生活を見直し 疲れやすくなる、歩くのが遅くなる、体重が減るの3要件 イル」(frail:もろい、虚弱な、等)と呼ぶ事にしたそうです。 日本老年医学会は、健康と病気の中間的な段階を「フレ

陣内ヒロミさん

た分だけ必ず身体は応えます。 欲ある継続こそ老化防止です。身体は正直者です。 中でも「食生活」如何で、健康な身体を作ります。その意 生活の中心に健康づくりに取り組む事が全てに優先します。 その実践の一つは、栄養、運動、休養のバランスある生活 健康づくりは、生涯の自己実現の最大の優先課題です。 病気も健康も毎日の生活(特に食生活)の結果です。

(公社) 熊本県栄養士会会員 管理栄養士

特に強調したいのは、「食は命」で、食事 (口から食べる)

> 長寿を証明しています。 こそ命です。日本人の長寿の疫学的調査でも、海のもの、 今更ながら温故知新を重ね、今日の良い食生活習慣が健康 産地消、四季の食材、豊かな行事食、祭り、生活の知恵など、 和食の形を中心として摂ってきたことが証明され、又、 謝して食し、万年現役でよく働き、いわゆる一汁三菜など 山のもの、野のもの、などをバランスよく食習慣化し、

緑黄色野菜120グラム以上)の野菜摂取。野菜の機能性 います。特に死因一位のがん予防に発ガン抑制効果大です。 更に緑黄色野菜に多く含まれる各種カロテノイドを薦めて 成分の抗酸化ビタミン、カリウム、カルシウム、食物繊維、 の摂取量の増加を掲げています。 健康長寿維持に、最近の栄養・食事の課題として、野菜 「まごたちはやさしい」食事バランスを!添加物は吟味? 1日350グラム以上(内

話!」「笑う門には福来る」などで明るく愉しく心豊に! そして暮らしは、「おばあさんの知恵袋!おじいさんの自慢 老化防止間違いなし!あなたのからだは正直者ですから。 みそ汁を一 ・野菜は350グラム以上を!雑穀食!などなど。 歩きや

会 定

43名(最少催行人員36名)

◎応募が多い場合には、抽選とさせていただきますのでご了承ください。

必要事項を御記入の上、はがき、封書又はFAXにてお申込みください。 ①参加イベント ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④郵便番号

◎万一、イベント中に事故が発生した場合、団体加入傷害保険の範囲内での対応となります。

⑦携帯電話(お持ちの場合) ※別に申し込みのお連れ様があればその旨、お知らせください。

◎ご夫婦、お友達など複数でのお申込みの場合、便箋等に必要事項をまとめて御記入の上、お申し込みください。

学と試飲を楽しみます。

・実施日

平成26年9月25日(木)

午前8時30分

交通センターボウリング場下

帰路に山都町浜町にある酒蔵「通潤酒造」を訪ね、酒蔵見

シュロの皮などで造られた大造り物が町中に展示されて

おり、そのうちの数体を見物し、国の重要文化財であり、石

-チ水路橋の通潤橋の迫力満点な放水(有料事前予

料理を味わい

野菜を使いおばちゃんたちが、丹精込めて作った自慢の手 田や緑の山々を眺めながらこの地で育ったお米や新鮮な後、6~7軒の農家座敷等にて、黄色く色づいた美しい棚

棚田と通潤橋(放水)を訪ねる旅山都町菅集落「里山レストラン」・

()

内

(概ね60才以上)です☆対象はシニア

======|

全国棚田1

00選にも選ばれた菅集落を訪ね、棚田見学



(予定行程)

*交通センター出発(8:

30) →甲佐·美里経由→

霊台橋「見物・トイレ休

憩」(10:00~10:20)→

山都町中大造り物見物 (10:40~11:00) →通潤

橋 (11:00~11:40) →菅

集落棚田見学 (12:00~

12:30) →縁側カフェ・昼

食(12:30~14:30)→通

潤酒造 (14:50~15:30)

→甲佐ろくじ館「トイレ

休憩・買い物」(16:10~

16:25)→熊本交通セン

◎お問い合わせ・お申込み先

ター (17:00) 到着予定

さわやか長寿財団からのお知らせ

申し込み・問い合わせ先

፼覺熊本さわやか長寿財団

〒860-0842 熊本市中央区南千反畑町3-7 (県総合福祉センター3階) TEL 096-354-3083 FAX 096-354-3103 ホームページ http://www.sawayaka.or.jp

がることを目的としています。

また、新しい趣味や特技にとお考えの

方も大歓迎です。

を大切にし、

楽しく学んで行きたいと思います。」 な皆様との新たな『交流の機会』

と誓いの言葉を述べられました。また、

4 月 15 日

八代校入学式では、

小原タヅヨさん

会いを元気に楽

んでいきたいと思います。」

「志を同じくする皆様と共に、新たな

生を代表して佐土原俊之さん(87歳)が、

「経

(木)の熊本校の入学式では、

を迎え、それぞれ入学式が行われました。

八代校に15期生40名(平均年齢60歳)の入学生

ました。熊本校に23期生9名

(平均年齢69歳)

□受講資格 県内在住者で60歳以上の方(平成26年4月1日現在)

熊本県総合福祉センター 熊本市中央区南千反畑町3-7

□参 加 費

(このほか材料費等講座に必要なものは、実費負担となります。)

記入項目(住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番 号·受講希望講座】

10月2日(木曜日)当日消印有効 □申込締切

さい。

講座名	月	曜日	В	時間	定員
南京玉すだれ	11	火	4 · 11 · 18 · 25	10 時~12 時	20 名
折り紙	11	水	5 · 12 · 19 · 26	10 時~12 時	20 名
マジック	11	木	6 · 13 · 20 · 27	10 時~12 時	20 名
ハーモニカ	11	木	6 · 13 · 20 · 27	13 時 30 分~	20 名

「さわやか知恵袋」に登録をされている高齢者及び各分野の

流にその遊びや技術を活用い は、ボランティアとして子ども達をはじめ地域の方々との交 専門家が講師となり、伝承遊びや技術を伝承します。受講後 ただくなど、地域活動の輪が広

旳としている「熊本さわやか大学校」が開講し

受講生募集!

700円

□申込方法 ハガキ及びファックスによる申込とします。

応募多数の場合は抽選とさせていただきます。 なお、締め切りが過ぎても定員に満たない場合は、定 員に達するまで受け付けますのでお問い合わせくだ





TEL 096-352-5800 FAX 096-352-5565 営業時間 平日8:30~17:30 土曜12:00 休み/日曜・祭日



さん企画しています。

に『さわやかボランティアーズまつり』を9月27日 か長寿財団共催)で、子ども達と世代間交流を目的 機等、子ども達と一緒に作って楽しめる内容をたく (土) に県立熊本農業高校で開催します。 今年も竹細工・紙細工・皿まわし・ストロー飛行 子どもさんも御 緒に遊びに来てください

ホランティア さわ ーズまつり

「さわやかボランティアーズ」主催(熊本さわや







平成26年度

熊本さわ 熊本校 生きがい再発見、 社会参加を目

開



熊本さわやか大学校熊本校入学式

八代校入学式







県民総合運動公園を主会場として開催しま ツ交流大会」を、

今年の大会には、 16競技で熱い戦いが繰り広げられまる参加があり、13日(火)の「弓道」を 県内各地から約200







[ソフトボール]



[グラウンド・ゴルフ]

[ラージボール卓球]

[なぎなた]



元気いつばい! 楽しみました。

[ソフトバレーボール]

[太極拳]

[サッカー]



[テニス]

[健康マラソン]



[ダンススポーツ]

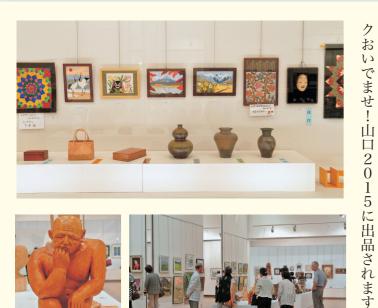




が開催されまし







第26回熊本県シルバー囲碁・将棋大会結果表

西

3 位 村平 頼宣 66

優勝吉田 武 69 3 中級 A 準優勝 天野 頴輔 74 3

寺尾 申三 81

松永 勇 68 2

上野 卓哉 87 1級 熊本市

優勝 花田 武久 70 3

3 位 宇都 房男 71 3 優勝橋本三吉77初

優 勝 工藤 律子 74 5 準優勝 酒井ちはる 64 5

3 位 村上 恭子 70 4

宮本良一

3 位 河野 巖 73

3 位 山口 惠三 60 4

優勝後藤悦子842級菊陽町

花田 達子 76 3級

栗津 和丸 62 5

堀内 眞也 68 2

上野 正勝 70 2

二塚 和哉 68 初

村上 信幸 81 3級

博 79 6

79 3

伊東 英治 80

氏名

優勝宇佐見孝道 68 6

準優勝 松野 正彦 72 5

79 5

3

嶋田 丈夫

優勝 小柳初之輔 76 6 小山 哲夫 79 5

> 石原 良三 76 5 前田 成昭 75 6

> > 紀昭 72 5



熊本市外

熊本市 A

上級

熊本市 B

熊本市

熊本市外

熊本市内

3 位

準優勝

3 位

優勝

準優勝

3 位

女子上級 優 勝 財津 早雪

優 勝 田村

優

準優勝

優勝

準優勝

中級 B 準優勝



合志市

熊本市

熊本市

熊本市

熊本市

菊陽町

熊本市

八代市

宇土市

合志市

熊本市

熊本市

合志市

第26回

開催のお知らせ 熊本県シル

 $\Pi\Pi$

展

者の皆さんの思いがこめられた素晴らしい作品が多数 .品されています。多くの方々のご来場を心よりお待 の熊本県立美術館分館です 日本画、洋画、写真、書、彫刻、工芸の6部門に、高齢 (日)まで開催されます。会場は熊本市中央区千葉城「熊本県シルバー作品展」が8月26日 (火)から31

れました。

町 日

ちしております。

なお、各部門の上位入賞作品は、来年のねんり

んピッ

多く 展開されました。 した対 上位 \mathcal{O} 対戦を対人達が国 を熱問

の試合では、 心に観響 戦み ž

第26回 · 将 第26回熊本県シル

将棋大会を選集を

(熊本市民会館) で開催さ 市民会館崇城大学ホ将棋大会が6月27 大会を開催 1 日 囲

代表として出場されます

があり、各クラスで熱戦が59名、合計213名の参加めて154名、将棋の部にめ子7名を含





れていました。また、大会の皆さんに御協力をいただの皆さんに御協力をいただいております。 •

「第26回熊本県シルバースポーツ交流大会」各競技の優勝者一覧

	男子Aクラス	クラス別	● 優 勝 ・ 小笠原 亨 (八代市)		
ラージボール卓球	男子Bクラス		佐々木 秀之(天草市)		
	女子Aクラス		福島 芳子(玉名市)		
	女子Bクラス		渡辺 妙子(熊本市)		
	男子ダブルス		山田 實(熊本市)/栗原 隆昭(熊本市)		
テニス	男子ダブルス 7	'O 歳以上	加藤 公一(荒尾市)/有水 憲一(荒尾市)		
	女子ダブルス		下池 智恵子(八代市)/佐藤 美恵子(八代市		
	メリンフルス	男子ダブルス	井元 正人(菊陽町)/田代 佳行(熊本市)		
	作士目の前				
	熊本県の部	女子ダブルス	郡野 靖子(八代市)/宮本 由美子(八代市)		
		男女混合ダブルス	宮本 昭博(人吉市)/宮田 照美(八代市)		
ソフトテニス	熊本市の部	男子ダブルス	古財 敬之(熊本市)/山崎 桂介(熊本市)		
		女子ダブルス	山下 博美(熊本市)/安楽 信子(熊本市)		
		男女混合ダブルス	藤原 あつこ(熊本市)/森 征四郎(熊本市)		
	男子ダブルス 7		清田 悦夫(益城町)/前村 國弘(熊本市)		
\ /¬! += !!	カエタノルヘノ	0 成以上			
ソフトボール			ASエンゼル古閑出(代表:谷岡 末利)		
ゲートボール	Aブロック		益城津森(代表:森本 文則)		
J 17N 7V	Bブロック		肥後丸(代表:廣瀬 土哉)		
ペタンク	熊本県の部		和仁B(代表:大久保 敬博)		
	熊本市の部		SC仲の上(代表:岩屋口 透)		
	31/1-4-114-7014	60 告い下の部			
ゴルフ・	熊本県の部	69歳以下の部	原 三紀夫 (玉名市)		
		70歳以上の部	植杉 乾蔵 (人吉市)		
_,,,,	熊本市の部	69 歳以下の部	村上 一也(熊本市)		
	原の日本派	70 歳以上の部	髙以良 英雄(熊本市)		
	3 km 70 歳未済	尚 男子	宮本 敏久(合志市)		
	3 km 70 歳以		村上 巧(熊本市)		
	3 km 70 歳未済		石田 千鶴子(多良木町)		
	3 km 70 歳以_		野口 ミナ子(熊本市)		
	5 km 70 歳未済	尚 男子	浜崎 明彦(相良村)		
/## 	5 km 70 歳以_	上 男子	鈴木 鑛満(南関町)		
健康マラソン	5 km 70 歳未済	苗 女子	未永 知子(熊本市)		
	5 km 70 歳以		高橋 礼子(八代市)		
	10 ㎞ 70 歳未		佐藤 勝義(合志市)		
	10 km 70 歳以	上 男子	髙塩 生也(熊本市)		
	10 km 70 歳未	満の女子	小牧 陽子(熊本市)		
	10 km 70 歳以	上 女子	吉川 紀代子(八代市)		
	男子の部		池﨑 勝利(宇城市)		
弓 道	女子の部		安村 身千代 (玉名市)		
	Aクラスの部		別府 ヨリ子(あさぎり町)		
剣 道	Bクラスの部		徳永 惇一(熊本市)		
	70 歳以上個人	戦	森田 精一(菊池市)		
	65 歳以上個人	戦	川口 茂(菊池市)		
	64歳以下個人	戦(熊本県の部)	續 和 (菊池市)		
	64 歳以下個人	戦(熊本市の部)	恒松 安丸(熊本市)		
	赤グループ		池田 政美 (山都町)		
	青グループ				
			畑中 勝士 (宇土市)		
グラウンド・ゴルフ	黄グループ		小川 チヅエ (菊陽町)		
	赤'グループ		浦田豊正(菊陽町)		
	青'グループ		小西 恭栄 (上天草市)		
	黄'グループ		山口 光男(菊陽町)		
	試合競技		大曲 妙子(熊本市)		
なぎなた	演技競技(2人	1 細)	森山 純子(熊本市)/大曲 妙子(熊本市)		
	個人戦:入門の				
太極拳			緒方 光子(宇城市)		
	個人戦:初級の		戸畑 敏子(熊本市)		
	個人戦:24式	の部	久野 和江(熊本市)		
	敢闘賞:24式	(90歳)の部	星子 キヨコ(山鹿市)		
	団体戦		レインボー山鹿(代表:田中 美知子)		
	熊本県の部		益城M·S·V(代表:堀田 和子)		
ソフトバレーボール	熊本市の部		インパルス (代表: 城下 和子)		
H.u.+.	はないことが				
サッカー		11 > 100	熊本オールドキッカーズ(代表:増永 正幸)		
ダンススポーツ - -		ルンバ	辻 和芳 (八代市) / 辻 和子 (八代市)		
	熊本県代表戦	チャチャチャ	辻 和芳(八代市)/辻 和子(八代市)		
		ワルツ	島村建治(菊陽町)/島村洋子(菊陽町)		
		タンゴ	島村建治(菊陽町)/島村洋子(菊陽町)		
	熊本市代表戦	ルンバ	赤星 大輔(熊本市)/平川 妙子(熊本市)		
		チャチャチャ	福田 正秀 (熊本市) / 福田 いき子 (熊本市)		
		ワルツ	赤星 大輔(熊本市)/平川 妙子(熊本市)		
		タンゴ	赤星 大輔(熊本市)/平川 妙子(熊本市)		
		ルンバ	大津 英治(合志市)/原之園 美枝子(熊本)		
	D / bil > -3%	チャチャチャ	大津 英治(合志市)/原之園 美枝子(熊本)		
	ロイヤルシニア戦 - -	ワルツ	大津 英治 (合志市) / 原之園 美枝子 (熊本市		
		タンゴ	大津 英治(合志市)/原之園 美枝子(熊本)		
		ルンバ	谷口 正弘(熊本市)/外浦 久仁子(菊池市)		
	スーパーシーア戦	チャチャチャ	谷口 正弘(熊本市)/外浦 久仁子(菊池市)		
	スーパーシーア靴				
	スーパーシニア戦	ワルツ	谷口 正弘(熊本市)/外浦 久仁子(菊池市)		



[ソフトテニス]



[ゲートボール]



[剣道]



[弓道]



[ゴルフ]

ました。お詫びして訂正

させていただきます。

〈お詫びと訂正〉



トラブルでお悩みの際は

「相続・遺言」 相談が無料に なりました。

1回30分

5.000円前

多重債務相談 無料



熊本県介護実習・普及センター 福祉介護用具展示品の紹介

★歩行時、バランスは保てていますか??

【名称】【種類】







※長期に使用されるときは、ゴム先に注意して下さい。

ありますか? 溝が減っている時は 交換してください。

★杖の正しい持ち方、正しい高さは!?(高さの調節については、購入時にお問い合わせください。)









太ももの付け根の骨の出っ張り

(参照) テクノエイドHP、東京都福祉財団HP、楽天HPより

熊本県介護実習・普及センター

開館時間 午前9時~午後4時 開館日 月曜日~金曜日(ただし、祝日、振替休日、年末年始除く)

〒860-0842 熊本市中央区南千反畑町3-7(熊本県総合福祉センター1F)

Tel: (096) 354-3091 Fax: (096) 325-8083 ホームページ http://www.sawayaka.or.jp



ず~っと

これからも

暮らしていきます。

暮らしてきた

銀行です。

皆様といっしょに

ず~っと

たくさんの人と くまもとの

つながっています。



肥後銀行旧本店

