

子育て支援センター

※新型コロナウイルスの影響により
閉館になる場合があります。

●開館日 月曜日～金曜日
●利用料 無料
10時～15時30分
☎0982(72)4511

7/28 骨盤底筋トレーニング

日之影町出身の理学療法士、坂口弥生さん(熊本市)を講師に迎え、出産などで筋力が低下していく骨盤底筋のトレーニングについて学びました。
※骨盤底筋群が弱ると、尿漏れや頻尿といったトラブルの原因となるため、骨盤底筋を鍛えることが改善策となります。



7/10 ハーバリウム製作

興梠千鶴さん(三田井北)を講師に迎え、ハーバリウム教室を開催。
作品は“センスが必要”とのこと。色合いなどを考えながらピンセットで位置を決め、オイルを入れて完成。
光が当たるとキラキラときれいな作品が完成しました。



たかちほの宝

令和3年12月・4年1月生まれ
※1歳6か月健診で保護者の許可を得て、
撮影・掲載しています。



ひかり
佐藤 光凜ちゃん



りゅうしん
興梠 琉心くん



あんな
坂本 杏奈ちゃん



えいと
興梠 栄翔くん



けんた
川越 健太くん



いまり
佐藤 今俐ちゃん



つきの
興梠 月乃ちゃん

■あなたの年代を教えてください(✓をつけてください)

- ☐10代 ☐20代 ☐30代 ☐40代
☐50代 ☐60代 ☐70代 ☐80代以上

■広報紙を読んでの感想やご要望を教えてください

■町へのご意見や質問、要望など何でも書いてください

ご協力ありがとうございました。内容を広報紙で紹介させていただく場合があります(その場合はペンネームを表記します)。
個人情報は質問などの回答以外には利用しません。

図書館から本のお知らせ



すこしずるいパズル

たつなみ【著】

「ずるい！」と言いたくなるけど
スッキリする謎解き系パズル。
ひとりでも大勢でも、大人でも子
どもでも気軽に楽しめる1冊。

脱スマホ脳かんたんマニュアル

アンデシュ・ハンセン、マッツ・ヴェンブ
ラード【著】／久山 葉子【訳】

スマホを使っているとき、脳には一体
何が起きているのか？知っておけば絶対
安心、スマホとかしこく付き合うための
1冊。



水害のサバイバル

パク・ソンイ【著】／韓 賢東【絵】

美しい海で話題のリゾート地・シャン
ティ島で水害が何度も起きるようになったのはなぜなのか？大きな台風が上陸す
ることとなった島の住民は、水害を乗り
越え、より良い未来を描けるのか？

高千穂産婦人科診療所が10周年を迎えました

平成25年8月に、高千穂産婦人科診療所を開設し10年がたちます。

私は、昭和63年に延岡市で井上病院を開業致しました。当時より西臼杵地区の患者さんが比較的多くおられ、遠くから大変だろうと思う中、高千穂町で唯一の田崎産婦人科が閉院となりました。患者さんの不便や、不安を思うとき、私共の病院として何とかできないかという思いから、当時の内倉前町長に相談したところ、今のよう形で開業にするに至りました。以来、前、現町長はじめ多くの役場職員の皆さまに大変お世話になりながら、また地域の皆さまには温かく受け入れていただきながら、現在に至っております。この10年は皆さまのおかげでもあり、心より御礼申し上げます。

私は、金曜日の診療を担当しておりますが、毎週高千穂町を走り回り、延岡まで片道50kmの距離を通院される患者さんへ思いをはせ、これからも事情の許す限り努めさせていただこうと思います。

井上 博



春満開の桜を見上げての昼食を楽しみに高千穂での診療を始めてはや10年となりました。

高千穂町出身の2人の看護師、事務職1人の4人体制で始まりました。

2人の看護師のおかげでよそ者の私も受け入れてもらい、高千穂行きが楽しみになっていったことを思い出します。1週間に2日、1日5時間という短い診療ではありましたが、徐々に受診される方が増え、現在では年間、30人前後の妊娠診断、180人前後の子宮がん検診(約5%の異常が見つかっています)などを行っています。

10年目を新たな起点として今後も西臼杵地区医療に少しでも貢献できればと思っています。

最後になりましたが、日頃の診療を支えていただいている高千穂町、西臼杵の各医療機関の皆さまに感謝申し上げます。

山尾 裕道

