

熊本市城南老人福祉センター

住所 〒861-4202 熊本市南区城南町宮地1050 城南まちづくりセンター1階
電話 0964-28-3820
開館時間 9:00~17:00(入浴施設 火・木・土12:00~15:00 入浴料100円)
休館日 毎週日曜日・祝日・年末年始
利用対象 熊本市在住60歳以上の方



令和6年度 利用者団体一覧 新規会員募集中! 初めての方もどうぞ ※見学・体験もできます。ぜひお問い合わせ下さい。

講座名	曜日	月回数	開催時間	講座名	曜日	月回数	開催時間
童謡・唱歌の会	月	2	午前	なかよし会	火	毎週	午前
イキイキ健康教室	水	毎週	午前	ハーモニカ	木	2	午前
カラオケあじさいの会	土	2	午後	ブアカトリア	金	毎週	午前
イキイキ健康倶楽部	木	2	午後	カラオケ ひまわり	木	2	午後
囲碁愛好会	火・木・土	毎週	午後	レクダンスレインボー	月	2	午後
絵手紙愛好会	火	1	午前	健康マーじゃん	火・金	毎週	午後
オカリナ	火	3	午前	レクダンス すずらん	金	毎週	午後
おしゃめの会	水	毎週	午後	日舞・呉竹会	月	3	午後
民謡・華峰会	金	3	午後	ポパイケアロハ	火	毎週	午後
自彊術	月	3	午前	大正琴 遊琴会	水	3	午前
四半的弓道	金	1	午前	カ・ナニ・フラ	水	毎週	午後
R 八	月	2	午前	ウクレレ同好会	随時	毎週	午前
社交ダンス	土	毎週	午前	クラフト教室	月	2	午後
書道	木	2	午前	ギター・ウクレレクラブ	水	毎週	午前
民話の会	土	2	午前	マンドリン	火	2	午前
俳句の会	月	1	午後	カラオケ なかよし鈴愛	木	1	午後
城南よぼうクラブ	木	2	午前	城南書道	火・月	2	午前
ひよっとこ踊り	月	3	午後	木曜健康教室	木	2	午前
サクラ会自彊術	木	2	午後	3B体操	水	2	午前
小さな木の実の会	金	3	午前	唄声民謡	火	3	午後



快適な風呂空間



うたごえ教室



健康体操



豊田シルバー祭

詳細はお問い合わせ下さい。(電話:0964-28-3820)
<http://jonan-tomia-welfare.com/>

熊本市富合老人福祉センター

住所 〒861-4153 熊本市南区富合町木原2319
電話 096-358-1592
開館時間 9:00~17:00(入浴施設 月・水・金10:00~15:00 入浴料100円)
休館日 毎週日曜日・祝日・年末年始
利用対象 熊本市在住の60歳以上の方



~楽しい教室のご案内~ 是非一度参加してみませんか!!

講座名		開催曜日	開催時間
健康舞踊教室	無料	第2・第4土曜日	13:30~14:40
3B体操教室	無料	第2・第4火曜日	13:30~14:40
室内ペタンク教室	無料	第4月曜日	13:30~14:30
みんなで遊ぼう脳活塾	無料	第1・第3火曜日	13:30~14:30
書道教室	無料	第2・第3月曜日	13:30~15:00
健康マーじゃん教室	有料	毎週金曜日	13:00~16:00
囲碁サークル	無料	毎週水曜日	10:00~16:00
将棋サークル	無料	毎週火・木・土曜日	13:30~17:00
ギターサークル	無料	毎週木曜日	9:30~12:00
カラオケ利用	無料	毎週月・水・金曜日	11:00~16:30
		毎週火・木・土曜日	9:30~16:30
楽しい脳トレ学習会 / クラフト教室 フラワークラフト教室 / フェルト教室 ちぎり絵教室 / 手話教室		毎月、開催日が異なります。 毎月発行の行事予定表を ご確認下さい。	

~イベント・教室・サークル等のご紹介~



お楽しみ会



健康講座
(認知症予防について)



映画上映会



健康マーじゃん教室

熊本市南区

熊本市南部万年青会館

住所 〒861-4113 熊本市南区八幡6丁目9-25
 電話 096-358-7105
 利用時間 9:00~22:00
 HP <http://kumamoto-kaigo.net>
 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)



太極拳 第I期

開催日/4月4日~6月6日
 (毎月第1木曜日)
 時間/10:00~12:00
 受講料/1,500円
 (500円×3回)
 場所/多目的室



健康ダンス 第I期

開催日/4月9日~6月25日
 (毎月2・4火曜日)
 時間/10:00~12:00
 受講料/3,000円
 (500円×6回)
 場所/多目的室



ズンバ 第I期

開催日/4月2日~6月18日
 (毎週火曜日)
 時間/19:30~20:15
 受講料/5,000円
 (500円×10回)
 場所/多目的室



☆この他に「フラダンス、ビューティベル
 ヴィス、パワーヨガ、美尻体幹EX、ピラ
 ティス、手書き染め、フラワーデザイ
 ン、着物着付けとマナー、健康マー
 ジャン教室、健康料理教室」があります。

※無料体験は随時受付中です、
 お電話でお問い合わせください。



熊本市南区

熊本市立城南図書館 熊本市城南児童館

住所 〒861-4214 熊本市南区城南町舞原451番地9
 電話 0964-27-5945
 休館日 毎月第4水曜日(祝日の場合は翌日)・年末年始(12月29日~1月4日)



~イベントのお知らせ~

5月3日(金・祝) 「城南図書館・児童館 開館10周年感謝祭 ~こどもフェスタ~」を開催!
 図書館 児童館

【エントランス】

●10:00~ 本のリサイクル市(無料)

【児童コーナー】

●11:00~15:30 としょかんクイズ
 ※予約なしでも参加できます!(無料)

【多目的室】

●14:00~15:00
 モッチャんの「熊本のおもしろ昔話紙芝居」
 ※事前予約が必要です(無料)



◎他にもおたのしみ企画を用意しています。

【遊戯室】

<午前>10:30~11:45

●バルーンショー
 ●いちごくらぶコンサート

チケット代 200円(2歳以上~大人)
 3/25(月) チケット販売 ※定員に達し次第、チケット販売終了

<午後>13:30~15:30

●トランポリン体験 ●ハイハイ・かけっこ・ケンパレース
 ●ふれあい動物園 ●こいのぼりを作ろう! ※完全予約制(無料)
 (雨天中止) 3/25(月)来館予約開始、3/26(火)電話予約開始



詳しくは、HP をご覧になるか、お電話でお問合せください。

熊本市北区

熊本市森林学習館

住所 〒861-5535 熊本市北区真町小萩
 利用時間 9:00~17:00
 (11月15日~3月15日 10:00~16:00)
 電話 096-245-3157
 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)
 年末年始(12月29日~1月3日)

JR上熊本駅から、
車で10分!
標高200メートルの
高台から熊本市内が
見渡せます。



熊本市中央区

熊本市東区

熊本市南区

熊本市北区

熊本市近郊

~イベントのお知らせ~

熊本市森林学習館は森林とのふれあいの場を提供する、市の無料施設です。
 自然の中でいっぱい遊んで、熊本市の自然を楽しく理解しましょう!

★4月4日(木)

「初めての陶芸体験教室」

時間/10:00~12:00
 参加費/1,000円(税込)



★4月14日(日)

「桜満開の小萩園で
ボーイスカウトと探検しよう!
遊ぼう!」

時間/10:00~12:00
 参加費/無料



★4月27日(土)

「フラワーアレンジメント教室
端午の節句花づくりアレンジメント」

時間/9:30~11:30
 参加費/1,700円(税込)



★5月イベント

5月19日(日)
ネイチャーゲーム

時間/10:00~12:00
 参加費/無料

★6月イベント

開催予定



★6月2日(日)

小萩園で
チャンバラ合戦

時間/10:00~12:00
 対象者/年長以上
 定員/40名

★6月9日(日)

忍者で遊ぼう!
「忍者修行」

時間/10:00~12:00
 参加費/1,000円(税込)



※イベント開催は、都合により内容が変更になることもございますので、ご了承ください。

熊本市北区

熊本市武蔵塚駅前 自転車駐車場

住所 〒861-8001 熊本市北区武蔵ヶ丘6丁目3-1 電話 096-337-5004
 利用時間 5:15~24:00 利用料金 無料 休み 1月1日~1月3日
 収容台数 自転車1,000台 特徴 4階建て、ラック式

令和4年10月1日から
自転車利用者にヘルメット着用が
努力義務化されました。

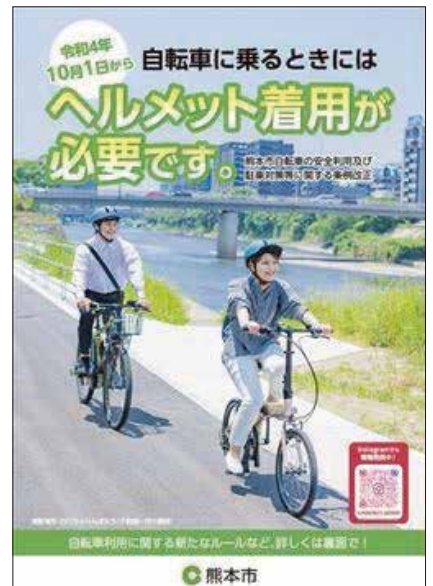


無料サービスを御利用ください。

- 傘・羽羽・チェーンロックの無料貸出しサービス
- 無料自転車・ベビーカーレンタルサービス
- 情報発信ボードの設置
(地域のイベント情報発信にご活用ください)
- パンク修理剤・潤滑油・簡易工具類の無料貸出し
- 熊本市内及び周辺公共施設情報誌の設置

自転車安全利用五則

- (1) 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- (2) 車道は左側を通行
- (3) 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- (4) 安全ルールを守る
- (5) 子どもはヘルメットを着用



熊本市北区

熊本市夢もやい館

- 住所 〒861-8003 熊本市北区楠1丁目20-5
- 電話 096-338-3210
- 開館時間 9:00~18:00(子育てつどいの広場)、
9:00~20:00(介護予防トレーニング室)
- 休館日 日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)



ホームページ



介護予防トレーニング室

対象/熊本市在住60歳以上の方(要登録)

コース制プログラム

全10回3,000円 + 施設利用料200円/日
開催期間はお問い合わせください



ヨガ&ピラティス

毎週月曜日
18:15~19:15

ヨガとピラティスを隔週で実施。一日の疲れをリフレッシュしましょう。

ピラティス

毎週木曜日
14:10~15:10

姿勢を改善し、バランスよく筋肉を鍛えます。しなやかな美ボディを目指しましょう。

子育てつどいの広場

対象/熊本市在住未就学児と保護者(要登録)

子ども向けプログラム

予約方法・参加費はお問い合わせください



子ども体操教室

年中長児 月曜日(月2回)
15:45~16:45
年少児 水曜日(月1回)
15:45~16:30

マット運動と鉄棒を行います。やさしく楽しくがモットーです。

ひらがな教室

火曜日(月3回)
15:30~16:00

対象/年中児・年長児
ひらがなの硬筆教室。先生による添削があります。

上益城郡 益城町

益城町町民憩の家

- 住所 〒861-2221 上益城郡益城町赤井2167
- 電話 096-286-4193 営業時間 9:00~21:00(入浴時間10:00~20:30)
- 入館料 益城町町内: 大人(高校生~64歳)/300円、65歳以上/200円、中学生/100円、小学生以下/無料
益城町町外: 大人(高校生以上)/400円、中学生/100円、小学生以下/無料
- 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)・12月29日~1月3日 ※令和2年1月より入館料等を上記に改定致します。



施設からのお知らせ

健康体操教室を実施中
健康運動指導士と一緒に、腰痛・ひざ痛予防や改善などの体操をしませんか?

参加費/100円
(入館料は別途必要)

日時/火・木・金曜日の10:30~11:30(1時間)



施設概要

ご利用者の健康推進を目的として設置された施設で、ゆったりとくつろげるロビー、ステージを備えた80畳敷の和室、軽い運動ができる多目的室、浴場には大浴場のほかサウナ室、ラジェニア浴、ジェット浴などの入浴設備を備え、「こころの湯、憩いの湯」としてお子様からお年寄りまで多くの町民の皆様にご利用されています。



益城町文化会館

住所 〒861-2242 上益城郡益城町木山381-1
 電話 096-286-1511
 休館日 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)・年末年始(12月29日～1月3日)
 HP <http://mashiki-culturehall.net/>



自主事業のお知らせ

『ましきde落語2024 三遊亭圓歌独演会』

日時 令和6年5月19日(日)
 開場 13:15 / 開演 14:00
 入場料 全席指定
 一般:4,000円 プルーム会員:3,500円



主催: 益城文化会館管理運営共同企業体

『アーミーサウンズinましき』

日時 令和6年7月13日(土)
 開場 13:00 / 開演 14:00
 入場料 全席自由 入場無料
 出演 陸上自衛隊西部方面音楽隊
 整理券 6月8日(土) 配布開始
 ※プルーム会員は6月1日(土) から先行配布



※未就学児のご入場はできません。※駐車場には限りがございます。公共交通機関のご利用やお乗り合わせの上、ご来場ください。

道の駅美里 佐俣の湯

住所 〒861-4412 下益城郡美里町佐俣705
 電話 0964-46-4111
 HP <http://samatanoyu-misato.jp>
 入浴料 大人(18歳以上)/600円、中高生/350円、小学生/250円(未就学児は無料)
 休館日 4/11(木)、5/9(木)、6/13(木)



公式LINE
ID:@502hgnee



@SAMATANOYU
インスタグラム



営業時間について 温泉: 10:00～21:00(最終受付20:30) 直売所: 9:00～18:00
 (令和5年4月より) レストラン: 月～金 11:30～15:00オーダーストップ 土日祝日 11:30～18:30オーダーストップ

慶事・仏事など 各種宴会予約受付中

『送迎付き宴会プラン』
 (8名より受付中)は
 食事・入浴料・室料
 3時間付きで、
 3,750円～。



写真は、送迎付き宴会プラン 6,500円の料理。

5月に「母の日」、 6月に「父の日」川柳を 今年も予定しています。

詳細や応募内容等については、
 HP・LINE・インスタグラムで
 お知らせします。



毎月第1木曜日はポイント 4倍デー
 お買物、お食事、入館ポイントすべてが4倍
 開催日/4/4(木)、5/2(木)、6/6(木) (毎月第1木曜日)

毎月26日はポイント 5倍デー
 お買物、お食事、入館ポイントすべてが5倍
 開催日/4/26(金)、5/26(日)、6/26(水) (毎月26日)



熊本市東区ほか

熊本市営墓地

桃尾墓園/小峯墓地/立田山墓地/浦山墓園/
花園墓地/城山墓園/清水墓園/桃尾霊堂

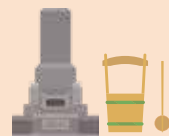
- 住所** 熊本市東区戸島町777(熊本市桃尾墓園・桃尾霊堂)ほか
- 電話** 096-388-0389(熊本市桃尾墓園・桃尾霊堂)
- 休館日** 無休(管理事務所・開所時間8:30~17:00)
※7月盆・8月盆、お彼岸などの時期は18:30まで開所(桃尾墓園・桃尾霊堂のみ)
- HP** <https://kumamotoshie-bochi.net/>



名称	住所	連絡先(管理事務所)
熊本市桃尾墓園・桃尾霊堂	熊本市東区戸島町777	096-388-0389
熊本市小峯墓地	熊本市中央区黒髪4-10-49	096-346-5962
熊本市立田山墓地	熊本市中央区黒髪7-763	096-346-5995
熊本市浦山墓園	熊本市中央区黒髪7-486	096-346-5995
熊本市花園墓地	熊本市西区花園4-13-75	096-326-7478
熊本市城山墓園	熊本市西区上代9-8-1	096-329-8447
熊本市清水墓園	熊本市北区清水新地7-5-37	096-338-4433

熊本市営墓地の
ホームページを開設しました!
<https://kumamotoshie-bochi.net/>

ご利用案内や手続きについて、
ぜひHPよりご確認ください。



桃尾墓園 / 墓地貸付について

豊かな自然環境に恵まれた桃尾墓園は、昭和49年に開設され、多くの市民の皆様にご利用いただいております。整然と区画整備された墓所を中心に、公園的色彩をふんだんに取り入れた近代的な墓地公園です。令和6年度の募集については、熊本市ホームページをご確認ください。
https://www.city.kumamoto.jp/hpkiji/pub/Detail.aspx?c_id=5&id=176



一支国博物館は開館15年目を迎えました



壱岐市立 一支国博物館
IKI CITY IKIKOKU MUSEUM

〒811-5322 長崎県壱岐市芦辺町深江鶴亀触515番地1

TEL 0920-45-2731 FAX 0920-45-2749

【開館時間】AM8:45 ~ PM5:00

【休館日】毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日休館)

GW 期間中は無休

- 福岡 ■博多港-芦辺港/高速船 65分・フェリー 130分
- 佐賀 ■博多港-郷ノ浦港/高速船 70分・フェリー 145分
- 長崎 ■唐津-印通寺港/フェリー 100分
- 壱岐 ■長崎空港-壱岐空港/飛行機 30分



九星気学 うらない

2024年
4~6月のあなたの運勢は？

生まれた年から、運勢を占う九星気学占いです。
9種類の星の上に明記してある年から、
生まれた年を探してください。
※1/1~2/3生まれの人は前年になります。



九星気学角先生

昭和11・20・29・38・47・56、平成2・11年生

一白水星

- 4月 スピード重視の月。忙しく次々と物事が動いていくでしょう。結果重視の内容が多いのでスピード重視を心がけて。
- 5月 楽しい月。欲しい情報はいち早くキャッチできます。人付き合いの大事さを感じる事も多いので感謝を忘れないで。
- 6月 人間関係が動く月。仕事・恋愛・友人関係に新たな変化が訪れます。よい影響力を受けるので自分を磨きましょう。

昭和10・19・28・37・46・55、平成1・10年生

二黒土星

- 4月 ラッキーな月。人間関係が好調で、楽しい社交の場も待っています。情報が集まる月なので積極的に行動してみてください。
- 5月 八方塞がりの月。やる事成す事、裏目に出やすいようです。自棄にならずに一つ一つを丁寧に行動するとよいですよ。
- 6月 文化に触れる月。心を磨くと集中力が増します。美術館や博物館、歴史に触れてみる旅行もすごくオススメです。

昭和18・27・36・45・54・63、平成9年生

三碧木星

- 4月 八方塞がりの月。欲張っているんな事に手を出し過ぎないようにして。二兎を追うものは一兎も得ずとなります。
- 5月 事故に注意の月。注意力が散漫になり他の考え事に気を取られやすいようです。ドライバーの方は気を付けて。
- 6月 社交性の高い月。飲み会の誘いも多く、気楽な友人とテーブルを囲む、楽しい月となるでしょう。暴飲暴食には注意。

昭和17・26・35・44・53・62、平成8年生

四緑木星

- 4月 ステップアップの月。楽に逃げ向き合うチャンスを見逃さないように。いまは自分自身と向き合うタイミングです。
- 5月 積極性を持つ月。委縮してチャンスを逃がすと自己否定が強まります。委縮しそうな時は上を向いて深い深呼吸を。
- 6月 リセットの月。不運が続いた人は好転するチャンスです。手放すものは手放して内側から断捨離するイメージです。

昭和16・25・34・43・52・61、平成7年生

五黄土星

- 4月 社交的な月。楽しく仲間内での交流を楽しむ月でしょう。暴飲暴食には気を付けて、公私のオンオフはキッチリと。
- 5月 変化変動の月。仕事や人に対する考え方が変化します。長い目で見た目的を見失わないでいられる関係性を大切に。
- 6月 出会いの月。新しい出会いのチャンスです。いつも人に見られる意識を常に持つておくとチャンスが近いですよ。

昭和15・24・33・42・51・60、平成6年生

六白金星

- 4月 変化変動の月。生活環境が変化する時です。周囲からのしがらみもあるので、周囲と調和を取りながら様子を見る事。
- 5月 公私ともに楽しい月。気分も高揚してやる気も絶好調です。今なら新しい事に挑戦して新天地を探してみましょう。
- 6月 心身のバランスをとる月。気力や体力が低下しがちです。温泉やリラクゼーションで自分メンテナンスを心がけて。

昭和14・23・32・41・50・59、平成5・14年生

七赤金星

- 4月 楽しい月。旅行や楽しいイベントなどの計画があります。思いっきり羽を広げて日頃のストレスから解放されよう。
- 5月 仕事の流れが好調な月。人間関係がスムーズなので仕事もすんなり進みます。今後の計画も前倒しで進めてみよう。
- 6月 ネガティブな月。ネガティブ思考に支配される前にストレッチや、運動など、体を動かすと毒素が抜けていきますよ。

昭和13・22・31・40・49・58、平成4・13年生

八白土星

- 4月 仕事運が好調な月。情報が多く、人の流れが良いので業績アップです。次のステージに向けての案も考えておく事。
- 5月 断捨離の月。溜まって滞っているものは、物も人間関係も断捨離しましょう。意識下で手放すだけでも大丈夫ですよ。
- 6月 不安定な月。社会的に評価を得ますが、色々な雑事も関わって面倒です。健康に不安のある人は早めに検診すること。

昭和12・21・30・39・48・57、平成3・12年生

九紫火星

- 4月 我慢が必要な月。小さな不満に気持ちがモヤモヤと刺激されます。興味のない事には目を向けられない事が回避のコツ。
- 5月 公私共に好調な月。仕事も順調で人間関係も豊かな幸運期です。大切な人のために頑張るとさらに運氣アップです。
- 6月 モヤモヤする月。ボタンが掛け違ふようなすれ違いを感じるでしょう。小さな事に反応しないで心を緩めましょう。

監修/易学鑑定士・東洋易学学会 教授/角 紅葉

ジュエリーショップがセレクトする上質な天然石を、易学鑑定士が一人ひとりに合わせてコーディネートしてくれるパワーストーン専門店「サンサーラ」(熊本市中央区水道町)代表。くまもと森都心プラザ 駅前カルチャー「幸せを引き寄せる占い講座」で講師も務める。

駅前カルチャー講座 4月開講講座 受講生募集!

- 「駅前カルチャー講座4月開講講座」の新規受講生を募集します。
- 受講料の他にテキスト代等が必要な講座があります。
- 申し込みが定員に達しない場合は開講を見送る場合があります。
- 各講座のくわしい内容等はHP、館内のちらしをご覧ください。

【申込み・問合せ先】

管理事務室（2階） TEL：096-355-7400

講座名	開催日	時間	受講料	申込み
かな書道	4/2、23、5/14、28、6/11、25 (火曜)	10:00～12:00	12,000円	3/10～
ペン習字	4/2、9、16、5/7、14、21、6/4、11、18 (火曜)	13:30～15:30	11,700円	
すみママの声美塾 <small>こえびじゅく</small>	4/8、15、22、5/13、20、27、6/3、10、17、24 (月曜)	20:10～21:10	13,000円	
韓国語(初級コース①)	4/9、16、23、5/7、14、21、6/11、18、25 (火曜)	20:20～21:30	16,200円	
韓国語(初級コース②)	4/9、16、23、5/7、14、21、6/11、18、25 (火曜)	19:00～20:10	16,200円	
韓国語(中級コース)	4/4、11、25、5/9、16、23、6/13、20、27 (木曜)	18:30～19:40	16,200円	
夜の占い 四柱推命(入門編)	4/4、18、5/16、30、6/6、20 (木曜)	20:00～21:20	12,000円	3/23～
やさしいピラティス	4/8、15、22、5/13、20、27、6/3、10、17、24 (月曜)	18:45～19:45	12,000円	
ピラティス	4/8、15、22、5/13、20、27、6/3、10、17、24 (月曜)	20:15～21:15	12,000円	
Let'sピラティス①②	4/11、18、25、5/9、16、23、30、6/6、13、20 (木曜)	① 9:00～10:00 ② 11:30～12:30	12,000円	
リラックスヨガ	4/11、18、25、5/9、16、23、30、6/6、13、20 (木曜)	10:15～11:15	12,000円	

来館者1000万人達成!

くまもと森都心プラザは平成23年10月1日の開館以来の来館者数が、令和6年2月10日に1000万人を達成し、記念セレモニーを開催いたしました。

1000万人目の来館者となられた熊本市西区からお越しの菅尾さん親子に、大西市長より1000万人目を記念した認定証や花束、記念品を贈呈させていただきました。

今後とも皆様のご来館を心よりお待ちしております。



2月10日記念セレモニーの様子

くまもと森都心プラザ

- 住所 〒860-0047 熊本市西区春日1丁目14-1
- 電話 096-355-7400
- 休館日 毎月第3水曜日・年末年始(12月29日～1月3日)
- HP <https://stsplaza.net/>

