



志津南

3月号 news

志津南ホームページ
https://shizu373.net

志津南学区の人口 (1/31 現在)
世帯数 2,565 総人口 6,771 人
前月より + 12 人

発行
志津南学区まちづくり協議会
TEL 077-563-6206
FAX 077-558-6810
E-mail shizu373@machikyou.jp

被災地へのボランティア派遣等体験 災害ボランティアセンター運営訓練

草津市社会福祉協議会（清水和廣会長）は1月25日、「災害ボランティアセンター運営訓練」をさわやか保健センターで行い、志津南学区からまち協会長など3人が参加しました。

草津市では、災害発生後の復旧場面において、市の要請で市社協が「災害ボランティアセンター」を立ち上げ、運営することになっていきます。

ここでは、ボランティアの受け付け・登録、被災者よりの依頼聞き取りなどから、依頼内容と人員とのマッチング、人員派遣、作業の見とどけなど、一連のプロセスをすべて行います。

草津市全域から78人が参加しましたが、災害ボランティアセンターの存在やその役割の理解を深めることができた、参加者同士のコミュニケーションが図

れ連携体制に対する意識が高まったなどの声が聞かれました。訓練は、今後も年に一度実施する予定で、繰り返しすることで改善点を洗い出すとしています。

保険業務分担想定の実験参加者



ボランティア活動保険業務、必要資機材の貸し出しなども含まれるため、非常にたくさん役割りをこなさなく

人権教育推進委員会（森下ひろ委員長）は1月18日、まちづくりセンターで、町内学習懇談会報告研修会を開催、約30人が参加しました。写真。

他人事でなく自分事として



感じている方が多い印象でした。まず、他人事ではなく自分事として考えることが大切です。思い込みや無知が偏見や差別を生み出す事を皆がしっかりと理解すること、インターネットの不確かな情報に惑わされる事なく正しい知識を活用すべきであること。改めて大切なことを感じるきっかけとなった報告研修会でした。

各町内会総会日程

- ▽若草一丁目 4月6日(日) 10時 (若草一丁目集会所)
- ▽若草二丁目 3月23日(日) 10時
- ▽若草三丁目 3月20日(木祝) 10時
- ▽若草四丁目 3月22日(土) 9時
- ▽若草五丁目 3月23日(日) 13時

- ▽若草六丁目 3月22日(土) 13時
- ▽若草七丁目 3月20日(木祝) 12時
- ▽若草八丁目 3月20日(木祝) 14時
- ▽岡本町西 3月15日(土) 19時
- 若草二〜岡本西まで (まちづくりセンター)
- ▽かがやきの丘 3月23日(日) 9時30分 (町内会館「きんぎょ」)

- ▽コージーカーテン 4月13日(日) 10時
- ▽コージーカーテン自治会館 (1) 1月25日(土) 18時 (まちづくりセンター)
- ▽追分町田 1月25日(土) 18時
- ▽追分南 4月27日(日) 時間未定 (追分南会館)
- ▽まちづくり協議会 4月20日(日) 10時 (まちづくりセンター)

13町内では、それぞれ独自にパワハラや社会的弱者についてなど、町内で意見交換を行っており、その内容について報告が行われました。

今後はハラスメントの種類も増え、とても身近な問題であると



志津南まちづくりセンターのFAX番号が変わりました。新しい番号は次のおりです。077(5558)6810 尚、従来よりの電話番号に変更はありません。

FAX番号変更

電話 (077) 62206



体にやさしくおいしく減塩

志津南学区健康推進員連絡協議会(田井和子代表)は1月28日、志津南まちづくりセンターで「やさしい減塩食クッキング」を開催。初参加の7人を含め、14人が参加しました。写真。塩分の摂りすぎは、生活習慣病のリスクを上昇させること、日頃から減塩を心がけることの大切さを学びました。メニューは「鯖のトマトソース」

自分をも大切に思うこと、そして人とつながることが幸せにつながります。寝る前に一日3つの良いことを書くことと幸せセンサーが強くなり、当たり前前の幸せがきました。

浅井大介院長
福 祉 セ ン タ ー
自分をも大切に思うこと、そして人とつながることが幸せにつながります。寝る前に一日3つの良いことを書くことと幸せセンサーが強くなり、当たり前前の幸せがきました。



自分を大切に思うこと

志津南学区健康推進員連絡協議会(田井和子代表)は1月28日、志津南まちづくりセンターで「やさしい減塩食クッキング」を開催。初参加の7人を含め、14人が参加しました。写真。塩分の摂りすぎは、生活習慣病のリスクを上昇させること、日頃から減塩を心がけることの大切さを学びました。メニューは「鯖のトマトソース」

「絆」、民児協、まちづくりセンターの活動紹介の他、介護・障害福祉施設、行政機関、医療機関などの情報が載っています。これまで知らなかった場所や様々な活動を見つけ「ちよっとかけつくりになれば幸いです。」

「絆」、民児協、まちづくりセンターの活動紹介の他、介護・障害福祉施設、行政機関、医療機関などの情報が載っています。これまで知らなかった場所や様々な活動を見つけ「ちよっとかけつくりになれば幸いです。」

穂地域包括支援センターと共同で、関係者の協力を得て、昨年度から作成を進めてきたものです。社協の「地域福祉を考える会議」の中で、地域の福祉活動の状況を整理し住民に知らせるため、取り組んできました。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。



完成した福祉マップ

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。



センターでできる「こんな事、あんな事」。まとめてみました。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。

「煮」切干大根の胡麻和えもずくと豆腐のしょうがスープ」「さつまいものフルーツ茶巾」。でき上がった後、塩分測定器(減塩くん)でスープの塩分濃度を測ったところ、うす味に仕上がっていました。参加者から「作るのも簡単だったし、減塩されていて薄味だけれどおいしかった」など感想がありました。次年度もたくさんさんの参加をお待ちしています。



立命大女子陸上競技部の皆さん

杜の都駅伝
富士山駅伝



立命大女子2冠達成



村憲一監督は「両大会での優勝を掲げて一年間取り組んできました。村松灯選手を中心に4年生がチームをまとめ、目標としていた学生女子駅伝2冠を有言実行で達成してくれました。応援を力にかえ、チーム全員で勝ち取った優勝です。皆様からの応援は私たちにとって何よりも力になります。今後とも、女子陸上競技部への力強いご声援をよろしく願います」と選手へのねぎらいと、感謝の言葉を述べました。

感謝込め「ありがとうの会」



息の合った「感謝のダンス」

志津南小学校(川岸哲也校長)三年生は1月28日、地域学習でお世話になったダイキン工業、まちづくりセンター、学校ホラントピアの方々を招き、「ありがとうの会」を開きました。体育館では、児童の進行で会が進められました。児童代表の始めの言葉に続き、総合的な学習の時間を使って取り組みを進めている「SDGs」に関する歌を披露し、その後、学習の成

果を画用紙等で示しながら発表しました。ダイキンの方より、「以前応募した「未来のエアコンコンテスト」の表彰をしていたできました。手作りプレゼントを一人ずつ手渡し、感謝のダンスを披露。

楽しかったよみんなで昔遊び



志津南小学校一年生は1月30日、地域の方々と様々な昔遊びを楽しみました。写真。約20人の地域の方がこま回りのポスターやリーフレットを届けてくれました。

継続は力なり



児童の息の合ったダンスに、地域の方からお褒めの言葉をいただきました。地域の方々と一緒に学習した経験をこれからの学習や生活に生かしてほしいと思います。本当にありがとうございました。

「こまの紐の巻き方や、回すコツを教えてもらったので、初めてこまを回せました」「お手玉やあやとりの新しい遊び方を知って、うれしかったです」など、児童の感想から楽しかった様子が伝わってきました。学校と地域、子どもと大人が共に学ぶことができた貴重な時間となりました。



ほぼ一年がかりの大作です。琵琶湖面に写る空を描写するのが難しかったです。一年間、私たちの色鉛筆画を見ていただきありがとうございました。これからみんなで楽しく元気に描いていきたいです。いつでも見学できます。(つくしの会) (完)

立命館大学女子陸上競技部(村憲一監督)は、昨年10月の第42回全日本大学女子駅伝対校選手権大会(杜の都駅伝)、12月の全日本大学女子選抜駅伝競走(富士山女子駅伝)で優勝し、2015年以来9年ぶりの学生女子駅伝2冠を達成しました。優勝後のインタビューで、杉



手作りリーフレット

志津南小学校4年生が1月24日、志津南まちづくりセンターに「りょうぶの道」に関する手



りょうぶの道リーフレット

作りのポスターやリーフレットを届けてくれました。「りょうぶの道」は若草から青山の、牟礼山に続く自然遊歩道です。リーフレットには、子ども達の字や絵で「りょうぶの道」に生息する植物や生き物が紹介されています。センターの下駄箱の上に設置してあり、自由にお持ち帰りいただけます。これを手にし、りょうぶの道を歩き、植物や生き物を探してみませんか？

志津南学区社会福祉協議会(河辺達也会長)は1月27日、志津南まちづくりセンターで、立命館大学スポーツ健康科学部篠原靖司教授と学生さん達による「腰部トレーニング教室」を開催しました。写真。

定員30人に対し60人の申し込みがあったため二部制とし、腰痛の予防や改善に重要な次の三種類の筋肉のトレーニング方法を教わりました。①腸腰筋(椅子に座り自転車のペダルこぎや足踏みの動作)②臀筋群(仰向けでセラバンドをつけた膝を開閉する動作、うつ伏せで足首にセラバンドをつけた足を上げる動作)③腹筋群(椅子に座り両手を机に添えての足上げ、仰向けで膝を90度曲げおへそを覗くような動作、膝を曲げたまま足を軽く自分の方へ上げる動作)日常生活での腰のケアに役立つトレーニング方法を知る良い機会となりました。継続は力なり、身近な疾患である急性腰痛症(ぎっくり腰)などの予防のため、自分に合ったトレーニングを是非続けてください。

「絆」13周年 皆で祝う



たくさんの人で賑わう「絆」

和やかな笑顔で対応しました。「何年振りかでお会いできましたね」「子どもさんはどうされていますか」「家内が炊いて

太鼓の達人大盛況

追分南町内会「元氣くらぶ」(隅野義次・三谷輝男・高田稔 共同代表)は1月29日、いつものいきいき百歳体操に代わり、



真剣に太鼓をたたく参加者

※講座により一部個人負担有
▽申し込み 3月17日(月) 随時受け付け

▽問い合わせ 志津南まちづくりセンター 電話(563)6206

来年度はさらに学級生のみならず、

動していきたくと考えています。日々の生活に潤いを与え豊かにしてくれる「学び」で、生きがいを見つけてみませんか? 多数のお申し込みをお待ちしています。

- ▽対象 草津市在住60歳以上
- ▽開催日 5月から翌年3月 原則第4水曜
- ▽時間 13時30分~15時(予定) 講座終了後のサークル活動は16時ごろまで
- ▽会場 まちづくりセンター
- ▽参加費 年間1500円

くれたことを思い出します」など、話は尽きません。改めて居場所の大切さを感じました。「絆」では毎月絆だよりで利用の様子など紹介しています。気軽に立ち寄りください。

eスポーツ大会として皆で「太鼓の達人」を楽しみました。草津市長寿いきがき課および一般社団法人滋賀県eスポーツ協会からアドバイザーを招き、実施しました。

会場前方にゲーム機SWITCHとつないだテレビを配置し、あいみよんの楽曲「マリーゴールド」に合わせて二人ずつで順に対戦。真剣な眼差しで太鼓の面とフチとをリズムに合わせ叩き分け、得点を競いました。後ろで観戦のメンバーも、画面に合わせて、自分の手や足をたたき「面白い」「うまくいかない」「美空ひばりは無いの?」など、大盛況でした。

モルックにハマる

岡本西サロンの会(菊川洋祐代表)は、12月19日と1月16日、健康増進対策としてモルック競技会を行いました。

モルックとは、2チームに分かれ、木製の棒(モルック)を投げて、数字を書いた木のピン(スキットル)を倒し、点数を競うスポーツです。スキットル



モルックに夢中のメンバー



令和6年度賛助会員様のご紹介

令和6年度社会福祉協議会 志津南学区賛助会員

賛助会員名	住所
あさの内科クリニック	追分南 1-1-14
いうら皮膚科クリニック	追分南 1-1-14
(株)湖楓 かえで	追分南 1-7-3
かがやき歯科クリニック	追分南 2-1-9
コマダ珈琲南草津店	追分南 3-22-11
オリハラ歯科クリニック	追分南 3-26-11
(株)ナルディック	追分南 3-26-23
そうむらファミリークリニック	追分南 4-6-23
多喜歯科診療所	追分南 5-10-4
アサヒサンクリーン(株) かがやきの杜事業所	追分南 5-12-2
第二菖蒲の郷	追分南 5-18-8
あろは南草津	追分南 6-20-1
いしかわ矯正歯科	追分南 6-20-9
パイン(株)滋賀工場	追分南 9-1-1
スター(株)グリーンヒル店	若草 1-2-1
共和木材工業(株) グリーンヒル営業所	若草 5-8-6
草津若草郵便局	若草 5-8-22
薬師川眼科	若草 5-13-1
わかくさ耳鼻咽喉科	若草 5-13-1
プラス薬局	若草 5-13-3

(番地順)

うと50点に達するまで互いに投げ合います。初日は戸惑い気味でしたが、2日目には夢中になり、時間も忘れるほどでした。終了後、お茶とお菓子をいただきましたながらモルック話に花が咲き、今では全員がハマっています。

味のある方は、第3木曜日9時30分から11時30分まで活動していますので、まちづくりセンターにお越しください。お待ちしています。

地域福祉の推進には、福祉関係の専門職だけでなく、医療・住宅・建設・商工業などに携わる多くの皆様のご協力が必要です。この趣旨をご理解いただき、草津市社会福祉協議会賛助会員として、賛助会費のご協力をいただいている当学区内の会員様です。

心よりの感謝申しあげますとともに、今後とも変わらぬご理解・ご協力をよろしく願っています。

パソコンの駅
▽パソコンについての相談
▽3月25日(火)
4月25日(金)
13時~16時