

# 滋賀学区 健康推進員さん 募集



## ☆健康推進員とは？

地域で組織的に健康づくりを推進する「ヘルスポランテア」です。  
「私たちの健康は私たちの手で」というスローガンのもと栄養・運動・休養・健診・生きがいの5つを基本に活動しています。  
大津市が開催する「健康推進員養成講座」を受講後、健康推進員になっていただきます。年間10回ほどの講習で、受講料は無料です。詳しくは「広報おつ5月1日号」をご覧ください。

## ☆地域におけるこれまでの活動

健康教室・料理教室・おやつ作り・ふれあい給食お弁当作り他



現在9名の推進員が和やかな雰囲気での地域の活動に取り組んでいます。  
健康について考え、一緒に活動してみませんか！

食生活で市民の健康づくりを支援しています！



令和3年度の募集に興味をお持ちの方は下記まで  
問合せ・連絡先 ☎077-522-5702 大田智子

第426号 令和3年4月15日発行

発行 滋賀市民センター (077-522-2180)



# 四季のたより



滋賀学区自治連合会ホームページ  
HPアドレス <http://www.shiga-jichiren.jp/>

滋賀学区 世帯数 7,790 世帯  
人口 合計 16,755 人  
男 8,011 人  
女 8,744 人

## お疲れ様でした

令和2年度、滋賀学区自治会長の皆さん、一年間ありがとうございました。  
令和3年度、自治会長の皆さん、よろしくお願いします。

※ 令和3年度の滋賀学区は「32自治会」で運営します。各自治会の会長の  
方々は以下のとおりです。(敬称略)



## 滋賀村プロジェクトローモ NO.10

### 大津京(近江大津宮)と三上山



私はいつも我が家の近くの田んぼから三上山を見るのがとても好きです。近江富士と呼ばれる所以はここに有り眺めこみ悦に入っています。この景色に魅了されたであろう人物が、井上靖著「額田女王」(ぬかたのおおきみ)に出てきます。

それは教科書での遷都は白村江の戦に敗れて・・・云々となり、もちろん基本はそうですが、小説には先に大津宮に遷った天智(中大兄皇子)の後から来た額田王がこの琵琶湖の眺めを見て、この地に決めた理由が分かったと言うくだりがあります。それだけで遷都した訳ではありませんが、少なくともこの景観が一因であったと思われる内容で、そう思いたい私は思いました。なぜなら、造都の必須条件として岩盤であることを重んじていますが、まずそれから外れ条理も作れない狭い土地なのになぜ・・・ますますこの地を選んだ理由が分からなくなります。

ここで天智天皇の妻さが分かる書物に出会いました。古代史推理「近江志賀京」長谷川修著で、これはまだ「まぼろしの大津京」と言われていた頃に書かれたものですが、この地に遷都された理由に「三山三角形の重心位置に皇宮の位置」とあり三上山が重要なポイントとなってきます。今回はこれまで、次回をお楽しみに・・・



## Bunkyo ガラリー

### 4月展示

ここに居る私(コラージュ展)  
~コラージュが運んでくる私物語~  
コラージュを楽しむ会

### 5月展示

色鉛筆画作品展  
田中 章代さん



## 大津市立滋賀公民館利用団体・サークル会員募集のお知らせ

問合せ先 Tel 077-522-2180 Fax 077-522-4111 メール [otsu2411@city.otsu.lg.jp](mailto:otsu2411@city.otsu.lg.jp)

※興味のある方は滋賀公民館までお問い合わせください。

利用者団体名	活動内容	活動日・時間	会費(月)
くれない会	毛筆による漢字かなの練習	①③ 金曜 9:00~12:00	3,000円 入会時500円
詩吟さざなみサークル	哲泉流詩吟の練習	毎週 火曜 13:00~17:00	2,500円
千草会	琴伝流大正琴の練習	②④ 月曜 13:00~16:00	3,100円 年6,000円
コール Bouquet	女声コーラス	①②④ 月曜 9:00~13:00	3,500円 随時1,500円
花園コーラス	童謡・唱歌・抒情歌を歌い健康維持を保つ	②④ 金曜 13:00~16:00	1,000円
詩舞藤袴サークル	哲泉流詩舞	毎週 月曜 13:00~16:00	2,500円
さつきダンス同好会	社交ダンス(初心者不可)	毎週 木曜 13:00~16:00	6ヶ月 1,200円
ダンススポーツコスモス	ダンススポーツの練習(入門から中級)	①③④土曜・②日曜 13:00~17:00	1,500円
滋賀コミュニティ 社交ダンスクラブ	初、中級向け社交ダンス	毎週 火曜 13:00~17:00	1,500円
健康体操	ゆっくり呼吸しながらのストレッチ	毎週 金曜 10:00~12:00	3ヶ月 3,000円
ヨガサークル健やか	ヨガの呼吸法でゆっくり体を動かす	①③ 水曜 9:00~12:00	1,000円
親子リズム たんぽぽ班	リズム体操・工作・手遊び・歌 お誕生会など	毎週 火曜 10:00~12:00	1,100円

※ コロナウィルス感染症拡大予防の為、活動を休止する場合があります。

## 2021年度 子育て教室 『あゆみ』

子育て支援活動の一環として、0歳~就園前の親子を対象に、地域の方々の協力を得ながら、子育て教室を実施しています。おじいちゃん、おばあちゃんとの参加も大歓迎です。(参加費無料)

★ 10時~11時30分頃 滋賀市民センター3階大ホール(077-522-2180)

4月19日(月)

はじめまして!  
(こいのぼり)

5月17日(月)

ありがとうって

6月21日(月)

たなばたまつり!

9月13日(月)

みんなで楽しく

10月18日(月)

ハロウィン

11月15日(月)

みんなで楽しく

12月20日(月)

サンタの国へ

2月21日(月)

おひなさま

3月14日(月)

入園おめでとう!

★感染予防の為、保護者の方はマスクの着用をお願いします  
★皇子が丘保育園の先生とリズムあそび♪をするよ!  
★おうちのおもちゃ・お菓子や貴重品は持ってこないでね!

ご予約・お問合せ  
すぐにご返信ができない場合もあります

＜メール＞  
[ayumi.shiga.otsu@gmail.com](mailto:ayumi.shiga.otsu@gmail.com)  
＜FAX＞ 077-524-4822  
①参加者全員の氏名

Twitter 開設しております

主催 滋賀地区民生委員児童委員協議会

## らくらくピアノ

月2回 第1・3金曜日  
らくらくピアノ A  
2階小会議室 10:00~12:00  
らくらくピアノ  
2階中会議室 13:30~15:00

独自の楽譜を使用しますので、音符が読めなくても大丈夫です。  
指を動かして「脳トレ」をしながら音楽を楽しみませんか。

問合せ先  
上田恵 090-7754-8996

## しなやかな筋肉を作ろう!

### 練功姿勢美の会

筋肉を支えるバランス、柔軟性をきたえ  
正しい歩行と美しい姿勢を手に入れよう!

毎月第1・3金曜日  
1階和室 10:00~12:00

市民センター  
をご利用の際は  
ご協力よろしく  
お願いします。

