



四季のたより



滋賀学区まちづくり協議会 HP

<https://www.shiga-machikyou.jp>

滋賀学区	世帯数	8,078	世帯
人口	合計	16,955	人
	男	7,993	人
	女	8,962	人



主催 滋賀村プロジェクト・いいね滋賀 ・ 滋賀学区青少年育成学区民会議



『親子ふれあい事業 しめ縄作り』 参加者募集！



親子で新年のしめ縄飾りを楽しく作しましょう。
多くの参加をお待ちしております。

日時：令和6年12月1日(日) 9時30分～12時ごろまで

場所：滋賀市民センター北側駐車場（雨天の場合は1階和室）

持ち物：軍手・花鋏・飲物・飾物（いくつか用意しておりますが、自分でアレンジ
出来ますので、つけてみたい好きな飾りをお持ちください）
※暖かい服装でお越しください。

参加費：無料

定員：親子15組（定員になり次第締め切り）

申込み：下記申込み専用二次元コードから滋賀コミュニティセンターへ
お申込みください。

滋賀コミュニティセンター ☎ 077-526-8585

Eメール shiga-machikyou@zd.ztv.ne.jp

申込み専用
二次元コード



※いただいた個人情報は本イベントにおける連絡以外に使用しません

問合せ先：090-8984-7604 北林



瑞宝単光章受賞おめでとうございます。

倉田 松隆 さん

元大津市消防団副団長・二本松在住

長年にわたる消防団活動での功績で受賞されました。
おめでとうございます。



令和6年度滋賀学区インディアカ大会結果報告

☆11月3日(日)、志賀小学校体育館で滋賀学区インディアカ大会を開催しました。
笑い声が絶えない試合が多く皆さん楽しく参加していただきました。

《結果発表 参加自治会6チーム(混成チーム含む)》

優勝 錦織町 準優勝 千石台 3位 二本松



今年度の学区対抗競技は全て終了いたしました。参加されました選手・役員の皆様、ご協力大変ありがとうございました。

滋賀学区体育協会

こんにちは！滋賀学区健康推進協議会です

フレイル予防お手軽レシピ

《焼き白菜と油あげの卵とじ》

低栄養とは、日常生活を営むために必要な栄養、特にたんぱく質が不足している状態のことをいいます。低栄養になると免疫力、気力、筋力の低下などが起こりやすくなります。急に気温が下がり寒くなってきましたので、体を温めて不足しがちなたんぱく質を効率よくとれる「焼き白菜と油あげの卵とじ」を紹介します。

☆材料(2人前)

白菜 300g、油揚げ 1枚、卵 2個、かつお節 1パック、万能ねぎ 2本
A: だし汁 250ml、みりん大さじ 1、しょうゆ小さじ 1

☆作り方

1. 白菜は一口大に切る。油揚げは一口大の三角形に切る
2. フライパンに1を並べて強火にかける。2〜3分焼いて焼き色がついたら裏返す
3. 2にAを加えてふたをし、弱めの中火で3〜4分白菜が透き通ってくるまで煮る
4. 3に溶きほぐした卵を回し入れ再びふたをし、卵に火が通るまで煮る
5. 4を器に盛り、かつお節と小口切りにした万能ねぎをのせる



レシピ提供 滋賀学区健康推進協議会

いきいき百歳体操 をしてみませんか

開催日時

毎月第2・4水曜日 10:00~11:00

*R6年12月開催日 11日・25日

*R7年 1月開催日 8日・22日

開催場所

滋賀コミュニティセンター 3階大会議室

*運動ができる服装でお越しください。

Bunkyou ギャラリー

12月展示 よいこのもり保育園
園児作品

R7年1月展示 志賀幼稚園園児作品

まちづくり協議会
公式LINEアカウント



滋賀コミュニティセンター

Tel・Fax 077-526-8585

メール shiga-machikyou@zd.ztv.ne.jp