



滋賀学区青少年学区民会議から協力のお願い

要らなくなった唐崎中学校・皇子山中学校の制服・体操服などございませんか？

唐崎中学校と皇子山中学校の制服や運動靴・体操服など、中学生が使う物がございましたら、再利用させていただきますので滋賀コミュニティセンターまでご連絡ください。

受付は、通年しております。ご協力よろしくお願いします。



こんにちは！滋賀学区健康推進協議会です

バランスの良い食事で免疫力を高めよう！

フレイル予防お手軽レシピ



《ほったらかし！しっとり蒸し鶏》

エネルギー不足にならないようにたんぱく質、脂質、炭水化物をはじめ、必要な栄養をバランスよくとることや発酵食品やきのこ類などの食物繊維をとって腸内環境を整えることにより免疫力も高まり感染症の予防にもつながります。今回はたんぱく質たっぷりの一品を紹介します。下準備をすれば炊飯器にポン！あとはほったらかし！

☆材料（3人前）

鶏むね肉（皮なし）1枚（300g）

【A：塩小さじ1/2、粗びき黒こしょう少々、酒おおさじ1】

ブロッコリースプラウト大1パック、ミニトマト（半分に切る）10個

【B：ポン酢大さじ1と1/2、ごま油大さじ1/2、すりおろししょうが少々

☆作り方

1. 鶏肉は耐熱のポリ袋に入れて室温に10分置き【A】を加えてもみこむ
2. 1のポリ袋を平らにして空気を抜いてしっかり口をしる
3. 2を炊飯器の内釜に入れ、75℃のお湯を注いでふたをする
4. 炊飯器の保温機能で一時間半加熱する
5. 炊飯器からポリ袋を取り出し、鶏肉をそぎ切りにして器に盛る。
6. 5にブロッコリースプラウトとミニトマトをちらし【B】をかける



レシピ提供 滋賀学区健康推進協議会



まちづくり協議会
公式LINEアカウント



滋賀分団→
アカウントへ→
Go!!!→



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 8,421 世帯
人口 合計 17,538 人
男 8,315 人
女 9,223 人



自由
参加

2025年度

子育て教室「あゆみ」

参加費
無料

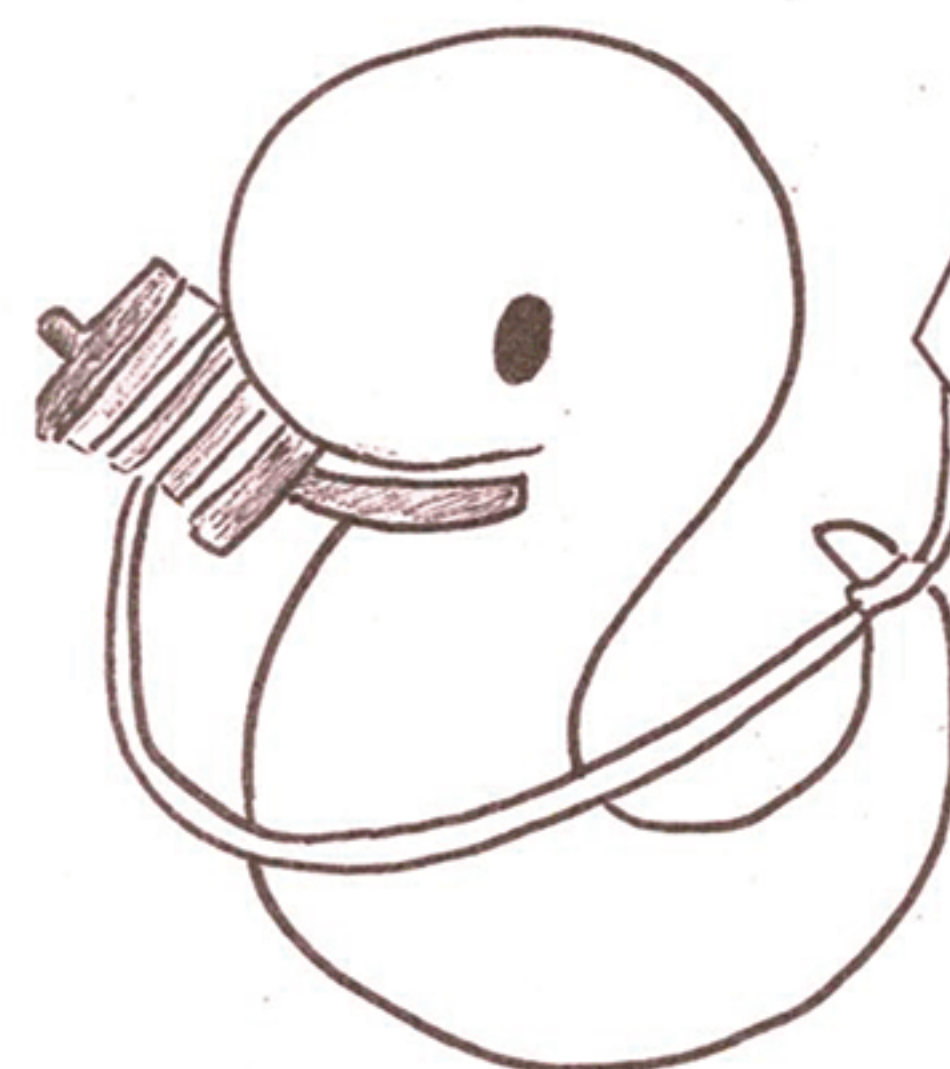
子育て支援活動の一環として、0歳～就園前の親子を対象に、地域の方々の協力を得ながら、子育て教室を実施しています。

月	日	活 動 内 容
令和7年 4月	21日（月）	はじめてして！
5月	19日（月）	カーネーションをプレゼントしよう！
6月	16日（月）	たんぼたまつり！
7月	14日（月）	みんなで楽しくあそぼう！
9月	8日（月）	みんなで楽しくあそぼう！
10月	20日（月）	ミニ運動会！
11月	17日（月）	みんなで楽しくあそぼう！
12月	15日（月）	サンタの国へようこそ！
令和8年 2月	16日（月）	おひなさま こんにちは！
3月	16日（月）	入園おめでとう！（お別れ会）

☆10時～11時30分：滋賀コミュニティセンター3階大ホール

☎077-526-8585

☆8月・1月はお休みです。



♡皇子が丘保育園の先生に、手あそび、ふれあいあそびを教えてください。

♡季節を感じるあそびやすきなおもちゃでゆったりあそびます。

♡おやつのお土産もあります。

♡♡♡おねがい♡♡♡

♡お茶・おむつは用意していないので、必要な方は持参してくださいね。

♡車でのご来場はご遠慮くださいね。

主催：滋賀地区民生委員児童委員協議会

滋賀コミュニティセンター利用サークルから会員募集のお知らせ



全くの初心者でも楽譜がよめなくても大丈夫！

中高年からはじめるらくらくピアノ

らくらくピアノ和音・らくらくピアノメロディ

募集中

らくらくピアノ和音

日時 毎月第1・3金曜日 10時～12時

場所 滋賀コミュニティセンター 2階中会議室

♪大きくて見やすいテキスト

♪誰もが知ってる曲の楽しい
テキスト

♪カナ付き楽譜と鍵盤にシール

♪個々に憧れの曲にチャレンジ！

♪リズムや指の運動等、みんなで
楽しめます！

らくらくピアノメロディ

日時 毎月第1・3金曜日 13時～15時

場所 滋賀コミュニティセンター 2階中会議室

お問合せ、お申込みは

TEL 077-524-8040（ナガイ）まで

いきいき
百歳体操
あらため

滋賀コミュニティセンターからのお知らせ



ごぼう先生の いきいき椅子体操

椅子に座ってビデオを見ながら行う体操です。シニアの体操のお兄さん、ごぼう先生と一緒に楽しく体操しましょう！お一人で、お友達と、ご夫婦で、お気軽にお越しください。お待ちしております。



開催日 毎月第2・4水曜日 10:00～11:00

*4月開催日 9日・23日

*5月開催日 14日・28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。

*問合せは 滋賀コミュニティセンターまで

☎ 077-526-8585



令和7年度 狂犬病予防集合注射のお知らせ

狂犬病予防法により、犬の登録、狂犬病予防注射は飼い主に義務づけられています。狂犬病予防法に基づき、犬の鑑札・注射済票は必ず首輪に装着しましょう。

滋賀学区集合登録・注射(巡回)の日時と場所

4月18日(金) (第1次集合注射)

滋賀市民センター 13時30分～14時

5月20日(火) (第2次集合注射)

滋賀市民センター 14時20分～14時30分

注意

・気象警報の発令で、集合注射を中止することがあります
*午前7時の時点または午前7時以降、近江西部・近江南部に警報発令時



対象 室内犬・室外犬を問わず生後91日以上すべての犬
飼い犬の登録 生涯に一度の登録が必要です
狂犬病予防注射 毎年1回必ずうけさせてください
予防注射の時期 4月1日から6月30日までの間に受けさせなければならない
*狂犬病予防法施工規則第11条

手数料

・既に登録している場合 3,500円 (狂犬病予防注射済票交付手数料+狂犬病予防注射料金(集合))

・新たに登録する場合 6,500円
(犬の登録手数料+狂犬病予防注射済票交付手数料+狂犬病予防注射料金(集合))

問合せ先 健康保険部保健所 動物愛護センター ☎ 077-574-4601

2025(令和7)年国民生活基礎調査の実施について

6月5日を調査日として、標記の調査が実施されます。この調査は、統計法にもとづいて厚生労働省が実施するもので、保健、医療、福祉等、国民生活の基礎的事項を調査します。滋賀学区では、「桜野町1丁目19-36 ミラージュ大津京」が調査の対象となっています。調査対象となったお宅には、4月下旬から調査員が訪問します。調査票の回答はオンラインが便利です。ご協力くださいますようお願いいたします。

問合せ先

大津市保健所保健総務課 電話 522-6756



Bunkyou ギャラリー

R7年3月展示
公文書写展

R7年4月展示
和紙ちぎりえ展

