

季節の健康レシピ

けんちん汁

材料(4人分)

大根	1/4
人参	1/4
ごぼう	1本
生しいたけ	4枚
コンニャク	1/2
ごま油	大さじ 1
だし	1000ml
調味料	
薄口醤油	小さじ 2
酒	大さじ 3
みりん	大さじ 1
葱	適量
ショウガ	1.5片

旬を食べよう!『根菜』

ゴボウ、れんこん、にんじんなど土の中で育つ根菜類は、冬が旬。食物繊維やカリウムが豊富で、体を温める作用もあり、体調コントロールに有効です。

作り方

① 大根、人参は皮をむき、たて半分又は4等分に切り、うすい半月又は、イチヨウ切にする。ゴボウはササガキにして水に放ち、何回か水をかえアクを抜く、コンニャクは熱湯に通して臭みを取り、厚みを半分に切り食べやすい大きさの短冊切にする。生しいたけは薄切りにする。

② 鍋にごま油を強火で熱し、大根、人参、ゴボウ、生しいたけ、コンニャクを炒め合わせる。



全体に油がまわれば、だし汁を加えて煮立てば火を弱め10分煮る。調味料を加え2~3分煮て火を止め、最後にすりおろしたショウガを加え、刻み葱をのせる。



なでしこフェスタ開催のお知らせ

- 日時 12月11日(土) 午前10時~12時 参加費無料
- 場所 草津小学校体育館
- 対象者 草津学区在住の小学生(2年生以下は保護者1名同伴)

参加希望の方は、草津まちづくりセンターに『なでしこフェスタ参加申込書』をご提出ください
申込期限 12月4日(土)締め切り 先着順80名(保護者含む)まで

内容 輪投げ・ピンボウリング・ヨーヨーつり・射的・ダーツ **お土産あります!**

草津学区の歴史を伝える懐かしい写真を募集します

昔に撮影された草津学区の周辺や街並み、路地裏、ご近所など生活の中で撮られた懐かしの写真を求めています。草津まちづくりセンターまでご連絡ください。



草津まちづくりセンターの年末年始休館のお知らせ

年末の12月29日(水)から 年始の1月3日(月)まで 休館となります。

草津学区



ひと・まちいきいき通信



発行:草津学区ひと・まちいきいき協議会 広報委員会
事務局:草津まちづくりセンター
TEL/077-564-4999 FAX/077-564-4922
ホームページ <http://kusatsu.or.jp/machikyou/kusatsu/>

ホームページ QRコード



草津学区自治連合会主催の防災研修会

コロナウイルス感染拡大により総合防災訓練が延期されたこともあり、自治連合会では11月7日草津アミカホールにて防災研修会の計画をたて、ご案内をさせていただいたところ90名のご参加をいただき開催されました。

講師に滋賀県流域治水政策室の山田千尋氏を招き、近年の洪水や土砂災害が草津市(草津学区)で発生した場合、ハザードマップを参考に水害・土砂災害を想定した備えをどのようにすればよいか、また避難場所や避難ルートなど日頃から確認して、できる範囲の対策を講じておくようにする必要があるなど、お話をいただきました。



草津学区防災研修会

主催 草津学区自治連合会

＜草津学区の人口＞	男性5,851人	女性5,734人	計11,585人
10月31日現在	平均年齢44歳	世帯数 5,380	

草津中央おひさまこども園 園児のなでしこ農園芋ほり体験

秋晴れの中、5歳児がなでしこ農園で“いもほり”体験をしました。畑で育った大きなさつまいもを見つけて子どもたちは大喜び！まちづくりセンターの方にお手伝いいただきながら、さつまいもを一生懸命掘り起こしました。掘っても掘っても出てくるおいものに驚いたり、なかなか出てこないおいもを掘る友だちを手助けしたりしながら、思い出深い体験となりました。自分で掘ったおいもはリュックに入れて持ち帰り、お家で天ぷらやスイートポテトにしておいしく食べたようです。また、園ではみそ汁、さつまいもごはん、アップルポテトなど、甘くておいしいさつまいもメニューとして登場し、秋の味覚を堪能しました。また、たくさんのツルもいただき、自分たちでリース作りも楽しみました。



園児の皆さん、まちづくりセンターまでお礼に来ていただき、ありがとうございました。

草津小学校運動会

10月23日コロナ対策を講じた運動会の開催となりました。



草津中学校淡海祭

(文化祭・体育祭風景)



学級旗製作

やすらぎ学級 館外研修

『大津市科学館プラネタリウムと琵琶湖博物館』

10月6日(水)2年ぶりの館外研修を行いました。午前中は大津市科学館でプラネタリウムを鑑賞、満天の星空に浮かぶ星座にまつわる神話の解説と南極の流星群を心和む音楽で楽しみました。午後からは琵琶湖博物館のレストランで滋賀県の食材を使った湖国弁当の昼食をとり、博物館で琵琶湖の生き物や文化の展示物を観覧しました。参加者32名も久しぶりのお出かけを楽しんでいただけたと思います。



小菊の地藏尊への配布

なでしこ農園で育てた菊が開花し、学区内の各町内会の地藏尊に配布させていただきました。

