



矢倉学区  
未来のまち協議会

ホームページ

<http://machikyou.jp/yagura/>

# 矢倉みらい通信

Yagura Mirai Tsushin

発行  
矢倉学区未来のまち協議会  
連絡先  
TEL・FAX 077-565-1560  
E-mail [yagura@machikyou.jp](mailto:yagura@machikyou.jp)

矢倉学区(1月31日現在) (前月比増減)  
人口 9,778人(-13人)  
男性 4,802人(-19人)  
女性 4,976人(+6人)  
世帯数 4,421世帯(-10世帯)

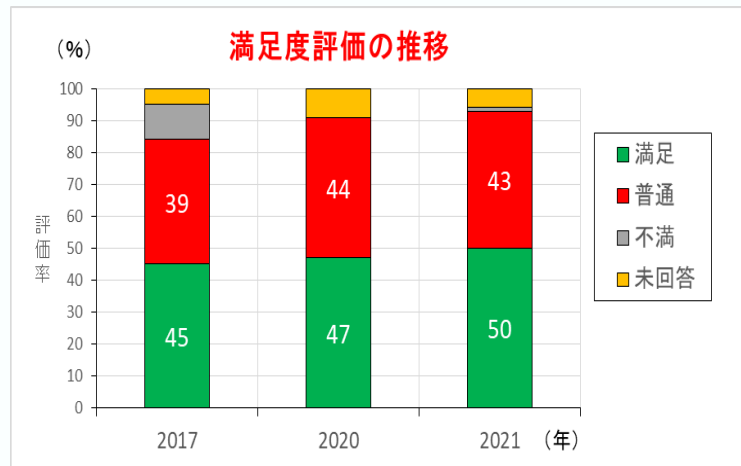
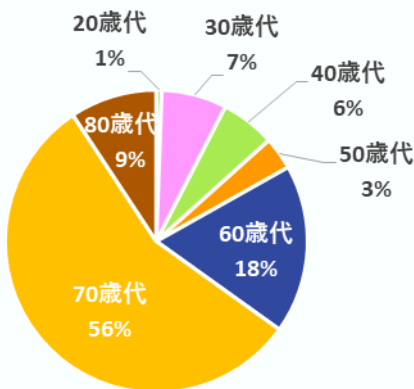
## 矢倉まちづくりセンター 利用者の評価報告

(調査期間:R3.12.8~R4.1.11 回答者数:172人 回答率:39%)

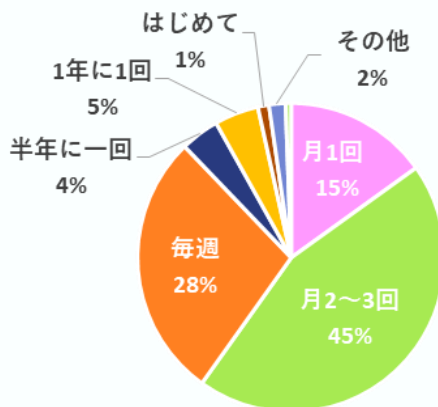
矢倉学区の皆さまにおかれましては「矢倉まちづくりセンター」をいつも利用頂きありがとうございます。当センターでは、皆さまにとって「住みよいまち作り」の一環としての立場から「使って便利な施設」への向上に日頃より努力をいたしておりますが、利用者の皆さまからの評価も、毎年アンケート方式で行い率直なご意見やご要望などを得て、今後の施設運営の改善指標等に活用させていただいております。

この度、下記のとおり昨年の結果が集計できましたので、その結果をご報告いたします(1頁~2頁)。なお、紙面の都合上、主な評価項目のみ掲載しております。

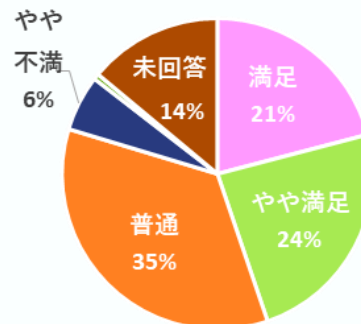
### 年齢



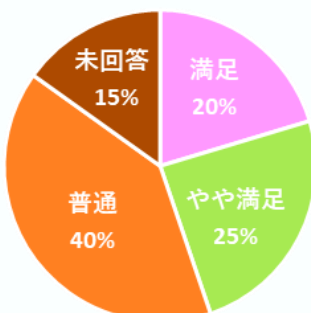
### 利用頻度



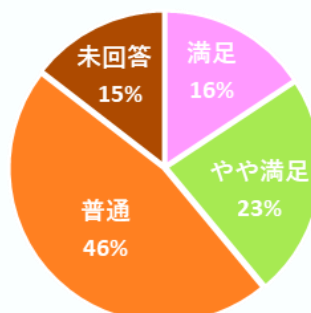
### 利用手続き



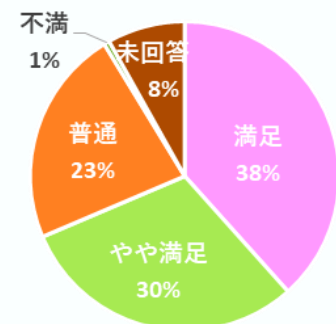
### 講座内容



### 情報提供



### 職員の対応



## アンケート:皆さんからのご意見やご要望事項は以下の通りでした

◎青色の文字は  
当センターから  
の回答事項です

### 1. 施設や備品、スペース等に関して

- \* 設備や施設の老朽化が目立つ(一部の床が欠け、危険! 補修も不十分)。
  - \* 不良のインターフォンが放置してある。 \* 駐車場が来館者に対して少ない。
  - \* トイレは洋式で自動が望ましい。 \* 高齢者の利用も多い中、靴の履き替えはとても危険。
  - \* コロナ禍の対策による体温チェックの機械を設置したこともあり、スペースに狭さを感じる。
  - \* 自主サークルの備品を置かせてほしい。
  - \* 子育てイベントや子どもたちがたくさん利用できるようになってほしい。
  - \* 子ども連れも利用しやすいトイレの設置(待っている間に座る椅子等)や、低い手洗い場の設置。
  - \* 団体の研修等で、オンラインが多くなっている。 無線LAN (Wi-Fi) 等、通信設備があればよい。
- ◎ 当センターは、令和7年に建て替え予定であり、これらのご意見も参考にさせていただきます。



### 2. 安全や利便性等に関して

- \* コンセントの穴をふさいでほしい(1歳児がいます)。 ◎ 本件は対応いたしました。
- \* スリッパの裏がどれくらいキレイなのか時々気になる(子どもがハイハイをするので)。
- ◎ 毎日床の掃除機掛けはしています。なお「マイスリッパ」の持参を推奨します。
- \* センターの部屋の空き状況や使用料金、現在利用されている内容が(1か月~2か月)すぐにわかるように掲示されていると利用しやすい。 ◎ ホームページには掲載中。掲示方法を検討します。
- \* 予約を一年単位で決めてほしい。 \* 毎月1日に予約を取る方式ではなく、自分達の活動日に次の予約を取る方式に出来ないか。 \* 先約があり、予約が取れないことがある。優先順位に疑問を感じる。 ◎ 市の方針で3ヶ月前からの予約申込が基本です。なお、まち協・センター・地域事業が優先となり、次は来館申込の先着順となりますので、このルールをご理解ください。
- \* 申し込みの際、日時や部屋だけでなく、器具の借用や要望を一括して書く用紙があると、落ち度なく申し込みが出来ると思う。 ◎ 用紙の提出先が異なり、一括には出来ないが、対策を検討します。
- \* 大会議室のエアコンフィルターを、毎月輪番で掃除してほしい。 ◎ クリーニング・ガス入れ終了。
- \* 出来れば30分前から準備させてほしい。 ◎ 準備、後片付けを含めた時間で予約をしてください。
- \* 自主教室を利用中に救急車で運ばれた時など、家族の連絡先をセンターが把握された方がよいのでは? ◎ 各団体の代表者が把握しておき、万一の時はその情報をもらいセンターが対応します。



### 卓球で心地よい汗を流しませんか?!

地域の皆さんの健康増進を目的に、気軽にできる「卓球同好会」を立ち上げ、毎月第2・第4土曜日の13時~16時、当センター2階大会議室にて楽しみながら練習に励んでいます。現在シニアを含め男女10人ほど(中学生も参加)が切磋琢磨しています。卓球の上手な方が熱心に指導してくれますので、初心者の方でも大丈夫! 卓球台3台にラケットも用意していますので、お気軽に参加していただけます。参加費は無料ですが、運動に適した靴・服装は各自でご準備願います。シニアに最適な運動「卓球」で良い汗を流しましょう!



お問い合わせ:  
矢倉まちづくりセンター  
☎565-1560(山口)



### 矢倉まちづくりセンター

#### イメージキャラクター デザイン募集!

現在、当センターの利便性向上を目的に、「LINE」配信を計画中ですが、この機会に、皆さんに愛される、矢倉らしい、可愛いキャラクターを作り、いろんな場面で活用したいと思っています。応募方法は下記の通りです。

- \* 白い用紙に、図案をカラーで描く。(裏に愛称、説明、作者名記入) \* 年齢不問。
- \* 手書きでもPCでも可。
- \* 市内在住か在勤の方。
- \* 〆切:3月31日(木)
- \* 当センターまで持参・郵送・メールのいずれかでご応募ください。

すてきなアイデアをお待ちしています!

参考



◆入選作品5点には、賞品をプレゼント

〒525-0054 草津市東矢倉2丁目13-6  
E-mail yagura@machikyuu.jp

### 矢倉幼稚園 交通安全・防犯教室

12月22日(水): 草津警察署交通第一課と南草津駅前交番の警察官にお越しいただき、交通安全・防犯についてお話をいただきました。

子どもたちは、ジュニアポリスの衣装を着せてもらって、パトカーに乗ったり、マイクを使ったりして大喜びでした。また、子どもたちから「交通ルールと“いかのおすし”を守ります！」との宣言もあり「自分の命は自分で守る」という気持ちを高めました。

**\*痛ましい子どもの事故が発生しています。  
時間にも心にもゆとりをもち、大人も交通ルールを守りましょう！**

**い  
か  
な  
い  
の  
ら  
な  
い  
お  
お  
ご  
え  
を  
だ  
す  
す  
ぐ  
に  
げ  
る  
し  
ら  
せ  
る**



可愛い敬礼！ 小さなおまわりさん♪



パトカーに興味津々♪



交通整理だよ♪

(矢倉幼稚園)

### 第5回 子どもスクール「和風づくり教室」開催

1月8日(土): 新年を迎え、子どもスクールでは児童7人参加の下「和風づくり」にチャレンジしてもらいました。

部会の市村さんに作り方を教わり、先ず竹ひごを紙の寸法に合わせて切るところからスタートし、絵付けには、お正月らしく、富士山や雪だるま、鏡もちなどかわいい絵が描かれました。

最後に、竹ひごと紙を貼り合わせて出来上がり。お家に帰ってから、思い思いの凧揚げで、楽しく遊べたことと思います。



竹ひごと貼り合わせて



「鏡もち」のたこ♪

(元気な子ども育成推進部会)

### みんなでもちつき大会

12月26日(日): 矢倉まちづくりセンターの駐車場で、矢倉小学校の児童42人と保護者の皆さんと一緒に“もちつき体験”をしました。

子どもたちは、蒸し上がった“もち米”がおもちになるのを見て「**へーっ!“おもち”ってこうやって出来るんや!**」などとびっくりしていました。

つきあがったばかりの、やわらかいおもちを、ボランティアの方々が調理した「豚汁」に入れ、皆さんに振る舞い、大変喜んでいただきました。

また、待ち時間には、プラバンのブローチ作りや、昔あそび体験コーナーで、こま回し・けん玉にチャレンジして楽しんでもらいました。



しっかり杵を持って!



つきたてはやっぱり  
おいし〜ね♥



(健康と食育推進部会)

### 凧揚げ体験

1月12日(水): 大塚団地の鳥居敏樹さんにお越しいただき、矢倉幼稚園児に凧揚げの体験をしてもらいました。

手作りの四角凧・三角凧や連凧等を、子どもたちは順番にチャレンジ。

小雪がちらつく中、老人クラブの方々の協力を得て、元気に走り回って、空高く凧を揚げていました。



連凧を協力して揚げます♪



おじいちゃん上手♪



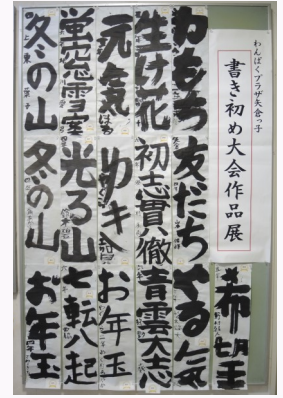
走れ〜! 揚がった〜♪

(矢倉学区老ク連、学校ボランティア)

### 第4回 わんぱくプラザ矢倉っ子「習字広場」

12月25日(土): 矢倉小学校の児童16人を迎え開催しました。講師に岸本博光先生をお招きし、初めに先生から、書初めの大切な基本として「**“太く”、“大きく”、“元気よく”**表現するように」などの指導を受けてから、子どもたちは、自由に題材を決め、一筆一筆力強く書き上げていました。なお、優秀作品には各賞と、その他の方にも参加賞が贈られました。これらの力作は、「わんぱくプラザ矢倉っ子書初め大会作品展」として、当センターに展示し、来館された方々にも鑑賞していただきました。

(わんぱくプラザ矢倉っ子実行委員会)



### 矢倉やすらぎ学級 第6講座「花あそび」

12月22日(水): 「水生植物公園みずの森」職員の若松康史さんを講師に、お正月用の「寄せ植え」を教えていただきました(コロナ禍による工夫で2部制)。

**パンジー・ビオラ・エレモフィラ・葉牡丹・ストック**等の花々の苗を、植え付けやその後の管理までの一通りを学習した後、直径35cmの丸鉢に、各自合計11株ずつ植え付けました。

その結果、同じ素材でも、個性あふれる作品に仕上がりました。受講生からは「またやりたいね」「毎日お水をあげることで、春まで咲くと学んだので、大切に育てます」などの感想もあり、満足されていました。

(やすらぎ学級運営委員会)



さて、どう植えるかな？  
楽しみ♪



### 高齢者のつどい & ふれあい喫茶“憩”

12月18日(土): 馬池町在住のM&A(斎藤雅夫・平井章夫)のお2人をお招きし、「ひとあし早いクリスマスパーティー」を開催しました。ピアノとギターの生演奏に、お馴染みの歌を口ずさみ、お土産には、クリスマスケーキと飲み物をお渡し、楽しいひと時を過ごしていただきました。来年度も、楽しんでもらえるような企画を工夫して開催したいと思っています。



社協が推進する  
「ふれあい喫茶  
“憩”」の目印

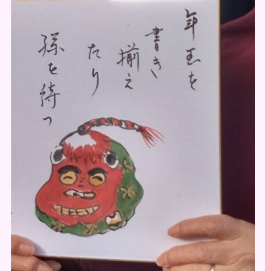
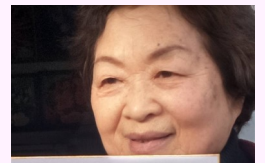
(矢倉まちづくりセンター)  
(矢倉学区社会福祉協議会)



### パチリッ!! 今月のフォトグラフ

こよなく自然を愛され、その溢れる想いを絵筆にも託す、馬池町在住の小川直子さん♪ 素敵な**俳画や絵手紙等**は、自宅のショーウインドウにも展示されています。

\*コロナ禍で外出もままならない昨今このような素敵な過ごし方も良いですね。(H.K)



### 福祉大会開催

12月1日(水): 矢倉学区社会福祉協議会と矢倉学区老人クラブ連合会合同の福祉大会を開催しました。

まず、高穂地域包括支援センターより「高齢者の介護・福祉・医療・健康について」のテーマで、高齢者の健康維持に役立つ講演をしていただきました。



次に、会員の中で90歳になられた方々(6人)と、5年間に渡り「老人会」のお世話をいただいた役員の方々(7人)に、感謝状をお渡ししました。コロナ禍の中、今年も無事に開催できたことを嬉しく思います。(老ク連会長: 柴田弘三)

**矢倉生涯学習大学 第3講座「生活習慣病について」の開催報告**



12月4日(土): 草津市地域保健課 河邊愛保健師より、掲題の講義を受講しました。主な講義概要は以下の通りでした。

1. 「生活習慣病」の発症は、日々の生活の心掛け次第で、リスクを下げられる。
2. 適切な運動、食事、睡眠、飲酒や禁煙など、複数の対策を実践することで改善することが出来る。
3. 健康で豊かな人生を送るには、各自に見合った健康維持の方法を見つけ、継続することが大切。

**\* 高血圧の発症・悪化予防**

- 減塩、禁煙を実践する
- 血圧を測る習慣をもつ
- 適度な運動を行い、睡眠をとる
- ストレスをためない
- 部屋の急激な温度差に気をつける

予防のために  
できることは?

**\* 肥満の発症・悪化予防**

- 自分の適性体重を知る
- 生活の中に運動を取り入れる
- バランスの良い食事を心がけ、おやつをむやみに食べない

**\* 高血糖の発症・悪化予防**

- 野菜を先に食べるなど、順番を工夫し、バランス良く、よく噛んで食べる(早食いはダメ!)
- 有酸素運動を行い、筋力をつける運動も大切(100歳体操など、自分に適した体操を続ける)

※受講生の中から希望者には、血管年齢を計測しました。(ほぼ皆さん、年齢より若い結果でした♪)

**< 受講後の感想 >**

生活習慣病の初期は、自覚症状がないことも多く、気づいた時には病気が進行している危険性があることを知り、現在の生活習慣の見直しをすることが大切だと思いました。また、自身の体に興味を持ち、その状態を知ること、進んで検診を受け、自分の変化に気づけるように心掛けたいと思いました。

◆次回は、3月5日(土)「正しい姿勢について」です。(矢倉学区未来のまち協議会)

**うまいけ博学教室:「瀬田シジミの現状について」聴講報告**

12月1日(水): 新装された馬池町自治会館に、瀬田町漁業協同組合の吉田守組合長をお迎えし開催された、「瀬田シジミの現状等について」の講演を拝聴してきました。主な講演概要は、以下の通りでした。

1. 「シジミ漁」は、平安時代からあり、東海道五十三次にも描かれている(船の縁を使い、てこの原理で収穫)。
2. 琵琶湖全体で穫れる「瀬田シジミ」だが、長浜で穫れても「瀬田シジミ」と呼ばれるほど、瀬田を中心によく穫れた。
3. シジミは、水がきれいな、水深4~5mの砂地で育つが、最近では外来藻がはびこり、ヘドロなど湖底環境の悪化により、育成が困難(藻の回収後、稚貝を撒く等の苦労がある)。
4. 育成期間は長く、収穫まで5年を要する(18ミリ以下は収穫禁止)。
5. シジミはデリケートな生き物で、生まれた場所から動かすと死ぬ。(他の種類のシジミを琵琶湖に撒いても、育たず繁殖しない)
6. 今では僅かしか収穫できない(約30kg/日)。販売も、組合の店頭とネット販売のみ。

※聴講後の感想: 私たち県人にとって馴染み深く、食する恩恵を受けていますが、今やその収穫にも厳しい現実があるとのこと。状況を定期的にデータ観測される等、改めて自然環境維持の大切さ、貴重な食材の育成へのご努力に感銘を受けました。

種類	外観などの特徴
瀬田シジミ	縦長。厚みがある。2cm。殻の内側が白く、しわが広い。7~8年で「カラスの濡れ羽色」となる。
マシジミ	幅広で、しわが細かい。
ヤマトシジミ	一般的



傷をつけないよう  
収穫は慎重に!



これで2kg



吉田組合長

# ばあばの台所

はじめまして！「ばあば」です！  
 今月から「時短で作ろう！簡単レシピ」をコンセプトに、  
 簡単にできて、見栄えや栄養バランスの良い家庭料理を  
 ご紹介していきますので、どうぞよろしくね♪



## 【かぶと厚揚げの煮物】

### ◎材料(2人分)

- カブ …2個
- 厚揚げ …1枚
- だし汁 …1カップ
- ④ みりん …小さじ2
- 塩 …小々
- カブの葉

### ◎作り方

- ① カブを4等分、厚揚げを一口大に切る。
- ② 鍋に④を合わせ、火にかける。
- ③ 煮立ったら、①のカブと厚揚げを入れ  
 落とし蓋をして8分煮る。
- ④ 5cmに切ったカブの葉を入れ、  
 2分煮たら出来上がり！



## 【鶏ひき肉と豆腐のおかずスープ】

### ◎材料(2人分)

- 鶏ひき肉 …50g
- 木綿とうふ …1/2丁(150g)
- ④ 薄口醤油、みりん …各大さじ1
- 和風だしの素 …小さじ1~2
- しょうが …1cm(チューブ)
- 水 …1カップ
- ねぎ、白ごま …適量

### ◎作り方

- ① 耐熱容器に、ひき肉と④を入れてまぜ、  
 とうふを崩して入れる。
  - ② ラップをふんわりかけ、レンジで5分チン！
  - ③ ねぎと白ごまを散らす。
- ★ひき肉は、豚でも合い挽きでもOK!  
 ★ねぎをキッチンバサミで切ると、  
 まな板いらす!!



矢倉まちづくりセンター

# みんなのカレンダー

2022年 3月

※都合により、開催が中止・変更になる場合がありますので、あらかじめご了承願います。

日	月	火	水	木	金	土
2/27	2/28	1 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	2 9:00~ 四葉 やすらぎ学級	3	4 19:30~ 緑 町会長委員会	5 13:30~ 学位 生涯学習大学
6	7	8 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	9	10	11	12 13:00~ 卓球
13	14	15 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地 高穂中学校 卒業式 ★ 矢倉幼稚園修了式	16	17	18 ★ 矢倉小学校卒業式	19
20	21 春分の日	22 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	23 10:30~ 笑顔 子育てサロン	24 ★ 高穂中学校・ 矢倉小学校修了式 矢倉幼稚園閉園式	25	26 13:00~ 卓球
27	28	29 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	30	31	4/1	4/2