



# 矢倉みらい通信

Yagura Mirai Tsushin

発行 矢倉学区未来のまち協議会  
 TEL・FAX 077-565-1560 E-mail yagura@machikyout.jp  
 ホームページ <http://machikyout.jp/yagura/>



## 矢倉やすらぎ学級「開講式 & 第1講座」

6月15日(水): 令和4年度の「矢倉やすらぎ学級」を開講しました(受講生:47人)。梅村運営委員長の開講挨拶の後、第1講座では、グループバンド「狼我和音(おおかみがわおん)」による、生バンド演奏会で幕開けです。受講生の皆さんは、日頃からよく知っている懐かしい曲目(全12曲)の演奏や歌唱と、楽しいお話を交えながらの、珠玉のひと時を過ごされたご様子でした。コロナ禍で、歌うことや人が多く集まるのが困難な昨今ながらも、マスク越しに皆さんの笑顔が見えるようでした。



梅村運営委員長のご挨拶



久しぶりの生演奏を、たっぷり楽しんでいただきました♪

## 矢倉学区災害対策本部「防災講座」開催

6月18日(土): 矢倉学区災害対策本部員26人が参加し、防災講座を受講しました。講師に、今井陸之助さん(能登川まちづくり協議会 安全安心事業部長・滋賀県地域防災アドバイザー)をお迎えし、「震災被災地でのボランティア体験で学んだこと」等についてお話していただきました。

### 【震災被災地で得た教訓と、日頃からの備えの大切さなど(概要)】

#### ①「東日本大震災」では

- \* 浸水被害の後処理は困難を極める。例えば、「高圧洗浄しないと泥が簡単には落ちず、なかなか元には戻せない。忍耐も体力も必要！」
- \* ボランティア中は、食事も自前で「地べた」で食べるのが当たり前。
- \* 県立滋賀大学の方々が、現地に活動基地を作って、支援を続けている(長期の支援継続が大事)。



#### ②「能登川地区の洪水被害」では

- \* 琵琶湖周辺も、過去に度々浸水被害が発生し、今後も油断できない(冠水被害や堤防決壊等)。

#### ③ 水害被害を被る恐れのある場合の心構え

##### ★水位が3mまでなら、家の2階に避難すれば命は助かる！

人間の本能は、道が水浸しになると逃げたくなる。しかし、これは自らの命を水の中に放り込んでいるようなもの(絶対に避けたい)。日頃からの訓練がものをいう。「とにかく、命があれば、あとは何とかなる」を信じて、適切な決断と行動あるのみ！

～家の中で安全確保が出来れば、それも難を避ける「避難」！～

##### ★「土砂災害警戒区域」は、家に居ては危険！ 急いで安全な場所に避難する！

教訓:「私たちは、避難指示が出ないと動かない」習性がある。しかし、避難指示が出た時は、とっさに動けないから、逃げ遅れとなり、最悪の場合、命を落とすこともある。

昨今は、地球の温暖化等で、過去の経験では予想しがたい災害が発生しており、「我が地域では過去に災害事例がないので安心」とは、とても言えない状況下であり、日頃から「ハザードマップ」などで、地域で予測される被害程度を確認しておくことが、とても重要です(家族みんなで)。



**「地球温暖化防止対策」講演会のご報告**

(主催: ホッとサロンひだまり)

5月21日(土): 大塚団地集会所にて、「地球温暖化防止対策」についての講演会を、滋賀県地球温暖化防止活動推進員の山本悦子さんを講師にお迎えし開催しました(参加:33人)。

ご報告内容は、紙面の都合上、身近な2テーマに絞り込み、その概要を、下記のとおりに集約しております。

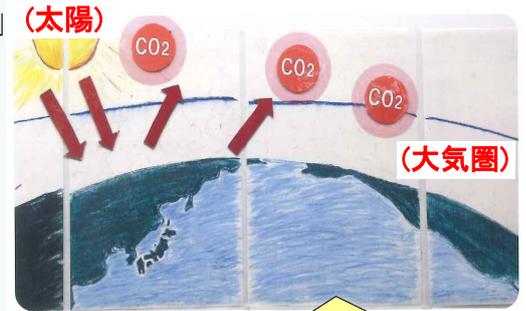
**1項: 「私たち家族でも出来る、エコ活動」**

**2項: 「私たちが日頃口にする食から考える、温暖化防止対策」**

\*なお、2項めは、9月号に掲載の予定でございます。ご了承ください。

**① 「私たち家族でも、温暖化防止に貢献できる、温室効果ガスを減らす、エコ生活とは」**

~~ エコでお得! ワンポイントアドバイス! ~~



**温暖化とは**… 太陽光により地球が温められる→大気圏に温室効果ガス(CO2やメタン)が適量あると、地球の温度は14°Cで快適。しかし、「温室効果ガス」が増え過ぎると、**温室状態**になり「危険な温暖化」になる。

**エアコン / 設定温度**  
冷房: 28°C 暖房: 20°C  
月に1度のフィルター掃除 → 電気代 △860円/年

**LED / 器具費は高いが、使い続けると断トツエコ!**  
一般電球から電球形LEDへの交換 → 86%省エネ

**暖房器具 / エアコンが一番エコ!**  
エアコンの電力量は、10年前に比べ、17%省エネ  
**扇風機を上手に使う!**

**ゴーヤの葉面からの蒸散作用(ミスト)の効果もある。**

**「ゴーヤカーテン」で日差しを遮断**

**室外機の吹き出し口に物を置くと冷暖房の効果が下がる!**

**冷凍室 → 隙間なく。**  
**冷蔵室 → 隙間を空けて。(冷気の流れを妨げないよう)**  
**・開閉は、時間短く回数少なく。**

**アイドリングストップスピードは控えめに!**

**お風呂 / 間を空けずに入る!**  
シャワーを1分短くする → ガス・水道代 △3,300円/年  
追い炊きをやめる → ガス代 △6,880円/年

**掃除機 / 強・中・弱で電力量が大きく違う。短時間使用が省エネ!** (モップの併用など)

**炎が鍋からはみ出さないように**

**冷蔵庫 / 使用されている断熱材の質の差で、大きくてもエコ!**  
・140ℓ以下: 352kWh  
・401~450: 345kWh  
10年前に比べ、40~47%省エネ

**※ あなたは、温暖化防止のために、どんなことをしていますか?**

(参考: 滋賀県地球温暖化防止活動推進センター)

**会員募集**

**「ふるさと矢倉記憶絵の会」からのお知らせ**

**活動風景**

**~やぐらの“ステキ”をみつけよう~**

- ★歩いて・見て・学んで、矢倉の魅力を知ろう!
- ★色々な町内の方や、子ども達との新しい出会いを!

**座学開催のご案内**

<暑い時期は、室内で学習します>

- 日時 / 9月1日(木) 10:00~11:30
- 場所 / 矢倉まちづくりセンター 研修室
- 問い合わせ / 090-7554-4637 (山本)

※ 10月13日(木) 9:30~は、座学で習った場所を実際に歩きます!



(矢倉道標)



(瓢泉堂駐車場 記憶絵前)

※毎年5月、矢倉小3年生を対象に、授業の一環として「**“矢倉”まち探検**」の案内をしています。

### 高齢者のつどい & ふれあい喫茶“憩”「みんなのハーモニー」

6月4日(土): 掲題のイベントを開催しました(参加:26人)。ミュージックアンサンブル「VIVO」さんをお迎えし、

美しいハーモニーと軽妙なトークを堪能し、後半では、お馴染みの歌を皆で合唱し、楽しいひと時を過ごしていただきました。

最後に、社会福祉協議会の谷会長から、「本来なら多くの参加者を得て、盛り上がりたところですが、残念ながらコロナ禍で人数制限をせざるを得ず、残念です。



素敵な珠玉のひと時♪

早く、正常な日々に戻り、いつもの顔が元気に揃う中で、開催できることを願ってやみません」とのお話がありました。

なお、参加者には、お饅頭とお茶に加え、健康推進員連絡協議会からのお土産(歯ブラシ・歯磨き粉)をお持ち帰りいただきました。



マイクに向かって歌います♪ (矢倉まちづくりセンター・矢倉学区社会福祉協議会)

### 第1回「なかよし広場」+「にこにこレストラン」開催

6月25日(土): 25人の親子が参加され、掲題の事業を実施しました。最初に講師から「子どもは何を作るかより、どこで誰と作るかが大切で、その機会が学習面にも良い影響を与えることがあります」との趣旨のお話があり、次に「なかよし広場」では、でこぼんさんの「読み聞かせ」と「空気砲・紙飛行機作り」、完成した「空気砲」での「的当てゲーム」を楽しみ、その後スタッフ手造りのカレーをいただきました。また、最後にフードバンクさんからお土産もいただいて、子どもたちは大満足の様子でした。



お約束を守って作ろうね!

(にこにこレストラン運営委員会・元気な子ども育成推進部会)



仲良しが増えるといいなあ♪

### 子育てサロン「よせて! いいよ!」“お楽しみ講座”

6月22日(水): 27人の親子が参加して、やまもととしえ先生に指導を受けながら、ペンシルバルーンで「バルーンアート」に挑戦しました。

途中で、風船が割れたりしましたが、泣く子もなく、一緒に楽しみました。



- \* 申込不要、参加費無料です。(当日の気分に合わせたの参加もOK♪)
- \* 対象:0歳~未就学のお子様とご家族 \* 持ち物:タオル、飲み物など

➤ 次回の予定 … 8月24日(水) 10:30~ 「縁日」です。

(矢倉学区民生委員児童委員協議会 矢倉学区社会福祉協議会)



パチリッ!!

### 今月のフォトグラフ



ちよっちゃん! ちよっちゃん! ちよっちゃん! ちよっちゃん! ちよっちゃん! ちよっちゃん! (H.K)

### ニュースポーツ交流大会 夏季の部(ディスコン)

6月19日(日): 3年ぶりに掲題の大会が開かれ、熱戦の結果、馬池町が優勝! (矢倉学区体育振興会)



どっちが近いか?

### お知らせ

今年の「敬老祝賀会」は、コロナ禍で残念ながら中止とし、記念品を贈呈いたします。

<対象者:2,009人>

(矢倉学区未来のまち協議会)



簡単レシピ

作……ペンネーム 楊枝(ようじ) 立命館大学3年生

# ばあばの台所

こんにちは！「ばあば」です！  
 今回ご紹介のメニューは、厳しい暑さを乗り越えるため、  
 お台所に立つ時間は、出来るだけ工夫したいですね。  
 やっぱり手軽で、美味しいものが夏はよろしいなあ〜♪



## 【レンジで揚げナスめんつゆかけ】 涼しい時間を利用して、サッと作ってラクしましょう！

### ◎材料（2人分）

- 中ナス・・・2本
- サラダ油・・・小さじ2
- めんつゆ・・・適量

<お好みで>

- 大根おろし
- ねぎ
- おろししょうが

### ◎作り方

- ① ラップ（30×30）に、ナスを1本ずつ置く。
- ② それぞれにサラダ油をかけ、包む。
- ③ レンジで3分チン♪（やわらかくなるまで）
- ④ 氷水のボウルに、ラップごと入れる。
- ⑤ ナスを取り出し、ラップを外す。
- ⑥ へたの付け根に箸を刺し、もう片方で食べやすく引き裂く。
- ⑦ へたを切り落とし、器に盛りつける。
- ⑧ めんつゆをかけて完成！  
 （お好みで大根おろし、ねぎ、しょうがを添える）



## 【カルピスゼリー】 混ぜて簡単！火を使わないおやつ！

### ◎材料（4個分）

- カルピス原液・・・100ml
- 牛乳・・・250ml
- レモン果汁・・・小さじ2  
 （ポッカレモンでもOK）
- 粉ゼラチン・・・5g
- 水・・・大さじ3
- お好みのフルーツ

### ◎作り方

- ① 水にゼラチンをいれ、ふやかす。
- ② レンジで20秒チン♪
- ③ ボウルにカルピス・牛乳・レモンを入れ混ぜる。
- ④ ③に②を入れ、よく混ぜる。
- ⑤ 容器に注ぎ、冷蔵庫で2時間以上冷やす。
- ⑥ お好みでフルーツをトッピング！



# 矢倉

# みんなのカレンダー

2022年 8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
31	1	2 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	3 10:30~ 憩 喫茶「憩」馬池町 19:30 人権フォーラム	4 10:00~ 憩 喫茶「憩」東室木	5 19:30~ 町会長委員会	6 10:00~ 子どもスクール
7	8	9 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	10	11 山の日	12	13 13:00~ 卓球
14	15	16	17 10:30~ 憩 喫茶「憩」馬池町	18 10:00~ 憩 喫茶「憩」東室木	19	20 9:00~ やぐら朝市 9:30~ わんぱくプラザ / 館外学習
21	22	23 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	24 10:30~ 子育てサロン	25	26 矢倉小始業式	27 13:00~ 卓球
28	29	30 11:00~ 憩 喫茶「憩」大塚団地	31	1	暑さに負けず がんばろ〜！	

