

笠縫東

ふれあい E-machi 通信

No. 145



発行：笠縫東学区まちづくり協議会（広報委員会）
笠縫東まちづくりセンター内 TEL 077-568-3164 FAX 077-568-3090

<https://www.machikyou.jp/kasanuihigashi/>
Email: kashiga@machikyou.jp

皆さんの身近な情報をお寄せください。お待ちしております。



笠縫東学区まちづくり協議会
ホームページ

生まれかわった まちづくりセンター

笠縫東まちづくりセンター 竣工式典を開催

令和8年3月17日（火）午後2時から笠縫東まちづくりセンターの竣工式典を開催しました。当日は草津市長をはじめ、市議会議員の皆様、笠縫東学区まちづくり協議会関係者、施工者の皆様など多数のご来賓にご臨席いただき、新たな地域活動の拠点の完成をともに祝いました。

式典に先立ち、玄関前においてオープニングセレモニーを実施。草津市長をはじめ来賓の皆様によるテープカットとくす玉割りに続いて桜の木の記念植樹が行われると、会場は大きな拍手に包まれました。

式典は、大会議室に会場を移して挙行。開式の辞に続き、市長式辞、来賓祝辞、来賓紹介が行われました。また、センターの建設に係る経過について説明があり、地域の新たな交流・学び・防災の拠点としての役割に大きな期待が寄せられました。

式典終了後は内覧会を開催し、参加者の皆様に館内をご見学いただきました。明るく開放的な大会議室や多目的に活用できる各室をご覧いただきながら、今後の地域活動の広がり思いを巡らせるひとときとなりました。

新しく生まれかわった笠縫東まちづくりセンターが、世代を超えた交流の場として、多くの皆様に親しまれる施設となることを願っています。



テープカット



くす玉割り



式典



記念植樹

参加してみませんか！自主教室

自主教室は、地域の皆さんが教養を高め、協働のまちづくりによる地域の活性化を進めるための学びの場です。入会を希望される方はまちづくりセンターまでお問合せください。

自主教室名	活動内容	活動日	時間
転ばん健康体操 ロングプレス	健康体操	毎週 月曜日	9:45~11:15
囲碁サークル	囲碁	毎週 月曜日	13:00~17:00
十字法太極拳 笠縫東サークル	太極拳	毎週 月曜日	13:00~16:00
自彊術 (じきょうじゅつ)	体操	毎週 火曜日	10:00~11:30
レインボー スクエアーズ	スクエア ダンス	毎週 水曜日	10:00~12:00

自主教室名	活動内容	活動日	時間
雀の学校	健康 マーじゃん	毎週 水曜日	13:00~17:00
ひまわりダンス スポーツクラブ	社交ダンス	毎週 水曜日	18:00~21:00
ドレミ・サークル	コーラス	第1・3 木曜日	9:30~12:00
Hui Hula MAKALAPUA	フラダンス	第1・3・4 木曜日	10:00~12:00
クローバー	社交ダンス	毎週 金曜日	9:30~12:00

春・夏野菜づくりのコツを学ぶ講習会を開催 2月13日(金) グリーンマーケット委員会

春から夏にかけての家庭菜園シーズンを前に「春・夏野菜の育て方と管理ポイントについて」をテーマとした講習会を開催しました。講師は、農業技術に精通したJAレーク滋賀草津営農経済センター技術員の日高輝久さんです。少量多品目で野菜づくりを楽しむ受講者に向け、実践的なポイントが分かりやすく解説されました。

畑づくりの基本が収穫を左右

講習ではまず、畑の準備として「堆肥・肥料・畝立て・排水」の重要性が説明されました。堆肥は、生のもみ殻やわら、米ぬかなど未熟なものは使用せず、十分に熟したのものを使うことが大切で、生の堆肥は「脱チツソ現象」を起こすため注意が必要とのことでした。

市販の肥料は、目安として1㎡あたり約100g。手の感覚で量を覚え、固めてまかず、均等に散布することで根焼けを防ぐことができます。畝は南北方向に立て、水はけの良い土壌では約10cm高くすることで日当たりと排水性を良くするのが理想とされました。

連作を避ける工夫

連作障害を防ぐため、ナス科（ジャガイモ、ナス、トマト、ピーマンなど）とウリ科（キュウリ、スイカ、カボチャなど）は分けて栽培し、毎年作付けを入れ替えることが勧められました。ノートやスマートフォンで記録を残すと管理しやすいとの助言もありました。

猛暑を乗り切る管理方法

近年の猛暑対策についても具体的な説明がありました。

暑さに強いオクラは夏野菜として特におすすめ。一方、ナスは7~8月は品質が落ちやすいため、8月に思い切って切り戻し、根から30cmほど離れた位置に肥料と水を与えることで、9月に回復が期待できるそうです。

ピーマンは強い日差しで水分を吸いきれず実の先が傷むことがあるため、日よけネットやカルシウム剤の使用が効果的と紹介されました。また、「PC（単為結果性）」という性質を持つナスの品種では受粉をしなくても実がなるため、作業の手間が軽減されることも紹介されました。

質疑応答も実践的

受講者からは、「畝間に水が溜まる」「夏の枝切りの時期」「ミニトマトの仕立て方」など、日頃の悩みに関する質問が多く寄せられました。

畝を高くする工夫や、枝切りは葉が傷んだタイミングで行うこと、剪定はハサミより手で行う方が病気予防になるなど、すぐに実践できる助言がありました。

土壌のpHについては、草津市周辺はやや高めの傾向があるため、作物に応じてカルシウム剤などで調整することが望ましいと説明され、参加者は熱心に耳を傾けていました。

今回の講習会は、これから野菜づくりに取り組む方にとって、基礎から応用まで学べる有意義な機会となりました。



親子で楽しむ“学び”～絵本とバナナフレンチトースト～

2月7日(土)

親子ふれあい講座

笠縫東まちづくりセンターで、親子ふれあい講座に計47人が参加しました。

この講座は、親子がそれぞれの時間を楽しみながら学び、最後に一緒にふれあうことを目的に実施したものです。



【保護者向け講座】

保護者向けには、草津市家庭教育サポート事業「絵本を楽しむ」として、草津市立図書館司書による講座を行いました。年齢や発達段階に応じた絵本の選び方や、読み聞かせの工夫、家庭で無理なく続けられる読み方のポイント等が実演を交えながら紹介されました。

0歳から6歳、さらに小学生低・中学年までの年齢別おすすめ絵本の特徴や、定番絵本、季節の絵本、科学絵本・写真絵本、多様な世界を知ることができる絵本など、幅広いジャンルの魅力が伝えられました。「大人も子どもも一緒に楽しむこと」「くり返し読むこと」「読みっぱなしでよいこと」など、日々の子育てに取り入れやすいアドバイスに、参加者は熱心に耳を傾けていました。



【子ども向け講座】

子どもたちは、健康推進員の皆さんと一緒にバナナフレンチトースト作りに挑戦しました。フランスパンに卵液をしみ込ませフライパンで焼き、バナナソースを作るなど、調理の工程を体験しながら友だち同志が協力して作業を進めました。甘い香りが広がる中、完成を楽しみにする様子が見られました。



講座の最後は、親子が合流し出来上がったバナナフレンチトーストを一緒に試食しました。絵本と料理を通して、親子のふれあいを深めるとともに、家庭でも続けられる学びと楽しさを感じられる和やかな講座となりました。



ふれあい親子サロン

えがおいっぱい！ 親子あそび

2月12日(木)

民生委員・児童委員協議会

笠縫東まちづくりセンターで、未就学児を対象にした親子あそびを実施しました。

会場には、子どもたちが夢中になって遊べるコーナーがたくさん用意され、親子でふれあいながら楽しいひとときを過ごしました。

ボールがいっぱいのボールハウスでは、体を動かして大はしゃぎ。積み木やパズルでは、考えながら形を作ったり、完成を喜んだりする姿が見られました。絵本コーナーでは、おかあさんに読んでもらい、安心した表情で聞き入る子どもの姿が印象的でした。

また、トンネルをくぐり、大きなボールを転がしたりと、全身を使った遊びも大人気。笑顔と笑い声があふれ、会場は終始あたたかな雰囲気になりました。

親子で一緒に遊ぶ時間は、子どもにとっても大人にとっても大切なひととき。これからも、安心して楽しく過ごせる場づくりを続けていきます。



健康づくり研修会

骨粗しょう症予防とフレイル対策について学ぶ

2月28日(土)

地域自治・環境部会

笠縫東まちづくりセンターにおいて、今年度最後の健康づくり研修会が開催されました。今回は、草津市 人とくらしのサポートセンターと新堂地域包括支援センターから講師をお招きして「骨粗しょう症予防」と「フレイル対策」について、日々の生活の中で気をつけたいポイントを教わり、実際に体を動かす予防のための体操も行いました。

骨粗しょう症とは？

骨粗しょう症は、骨の量や質が低下し、骨がもろくなって骨折しやすくなる病気です。特に高齢者や女性に多く、転倒などのちょっとした衝撃でも骨折につながる場合があります。骨折をきっかけに、寝たきりや生活の質の低下につながることもあり、予防がとても大切です。

骨を守る食生活のポイント

骨の健康を保つためには、日々の食事が重要です。特に、カルシウム（骨の材料となる大切な栄養素）、ビタミンD（カルシウムの吸収を助ける働き）、ビタミンK（カルシウムが骨として定着するのを助け）を摂取することが大切です。

フレイルとは？

フレイルとは、年齢とともに筋力や体力、心身の活力が低下し、要介護状態に近づいていく段階のことを指します。研修会では簡単なフレイル自己チェックを行い、自分の体の状態を確認しました。フレイル予防には、社会参加、運動（身体活動）、食事（栄養）の3つが特に重要であることを学びました。

セラバンド体操に挑戦

講義の後は、セラバンドを使った体操を実施しました。無理のない動きで筋力を鍛え、転倒予防や骨の健康につながる体操に、参加者の皆さんも熱心に取り組まれました。



今回の研修会を通して、骨と体を守るためには「食事・運動・人とのつながり」が大切であることを再確認する機会となりました。これからも、日常生活の中でできる健康づくりを続けていきましょう。

最後に、健康推進員さんと一緒に「くさつ健康はつらつ体操」を実施し、今年度の健康づくり研修会の幕をとじました。

はじめます 介護等の出張相談

新堂地域包括支援センター

- もしかして認知症かも……？
- 介護保険のことがよくわからない……？
- できるだけ自立した生活を続けたいけれど……？

このような介護に関する相談や心配ごとがある方は、お気軽にお立ち寄りください。相談は、無料です。

相談日：毎月第2・第4水曜日
 時間：10:00～12:00
 場所：笠縫東まちづくりセンター
 申込：不要



新堂地域包括支援センターは、介護・医療・予防等65歳以上の方の生活向上の困りごとがある時に支援を行う相談窓口です。令和8年4月から毎月2回笠縫東まちづくりセンターで出張相談を開設することになりました。

連絡先：新堂地域包括支援センター
 (TEL:077-568-4148 FAX:077-568-3529)

年間の出張相談日		
R8年	4月	8日・22日
	5月	13日・27日
	6月	10日・24日
	7月	8日・22日
	8月	12日・26日
	9月	9日・30日
(9月第4週が祝日のため第5週にします)		
	10月	14日・28日
	11月	11日・25日
	12月	9日・23日
R9年	1月	13日・27日
	2月	10日・24日
	3月	10日・24日

4月の行事予定

- 8日(水) 10:00～ 介護等の出張相談(新堂地域包括支援) 笠縫東まちづくりセンター
- 9日(木) 10:00～ ふれあい親子サロン 笠縫東まちづくりセンター
- 17日(金) 16:00～ 移動図書館「わかくさ号」巡回 笠縫東まちづくりセンター駐車場
- 22日(水) 10:00～ 介護等の出張相談(新堂地域包括支援) 笠縫東まちづくりセンター

草津市指定ごみ袋の交換・購入は、『笠縫東まちづくりセンター』で！

令和8年度 ふれあい親子サロン 年間予定

お気楽にご参加ください (申し込み不要)

(民生委員・児童委員協議会)

4月9日(木) マラカスをつくろう ～カシャカシャ楽しい音だよ～	5月14日(木) お花を植えよう ～5月はお花がいっぱい～	6月11日(木) 水で遊ぼう(着替えを用意してね) ～水風船やアヒルすくいもあるよ～
7月9日(木) 児童館の先生と遊ぼう ～今日は何してあそぶ?～	8月はおやすみです ～ちょっとひとやすみ～	9月10日(木) くだものいっぱい リンゴ持りズウ持り ～手作りくだもの いっぱいになっているよ～
10月8日(木) 消防署見学に行こう (雨天時:お花紙でハロウィーン) ～大好きな消防自動車に会いに行こう～	11月12日(木) がんばるキッズの運動遊び (講師:スポーツ武術活動支援機構 八戸智紀先生)	12月10日(木) ハッピーハッピークリスマス ～サンタさんプレゼントお願いね～
1月14日(木) スノードームを作るよ ～水の中のステキな世界～	2月4日(木) 段ボール箱で自動車作り ～自動車に乗って遊ぼうよ～	3月11日(木) 手形足形スタンプアート チェキで写真撮影もあるよ ～一年間ありがとう4月から来てね～

対 象: 笠縫東学区にお住まいの0歳児から就園前のお子さんと保護者

と ころ: 笠縫東まちづくりセンター

と き: 毎月第2木曜日 10時00分から11時30分(2月のみ第一木曜日)

問 合 せ: 笠縫東まちづくりセンター TEL077-568-3164



まちづくりセンターで出来ること

1. 貸室利用

センターには「大会議室」「小会議室」「和室」「調理室」の部屋があります。

ご利用の際は、まちづくりセンターまでお問合せください。

■受付時間

平日、土曜日(8:30～17:15)

■休館日

日曜日、祝日、年末年始(12/29～1/3)

■利用方法

申込みは、利用したい日の3か月前の初日(毎月1日)から前日までの間に申請書を提出してください。

利用時間	料金	
	大会議室	その他の部屋
午前 9:00～12:30	1,400円	500円
午後 13:00～17:00	1,600円	500円
夜間 17:30～21:00	1,800円	600円

※市外の方は、使用料の5割が加算されます。

※申請書は、センター窓口でお渡しします。

※貸室空きの状況はホームページに掲載しています。

2. 印刷機利用

内容		枚数	料金
コピー	白黒	1枚	10円
	カラー	1枚	30円
印刷機	マスター	1版	100円
	インク	1枚	0.5円
印刷機 用紙代	A3	1枚	2円
	A3以外	1枚	1円

※印刷用紙は原則持ち込みをお願いします。

3. 草津市指定ごみ袋の引換え、販売

種類	サイズ	価格(税込)
焼却ごみ袋	大(45L)	10枚 150円
	中(30L)	10枚 100円
	小(15L)	10枚 50円
プラスチック製容器袋	60L	1世帯につき2種類合計で年間40枚まで無料 超過した場合、10枚150円で購入
ペットボトル袋	60L	

※粗大ごみ処理券も販売しています。

☆新鮮野菜等の購入は、地元の『笠縫東まちづくりセンター グリーンマーケット』で！
ホームページ新着情報で日々の入荷情報を、お知らせしています。

お知らせ

(毎月第2木曜日)

ふれあい親子サロン

カシャカシャ楽しい音だよ



民生委員・児童委員協議会

とき：4月9日(木) 10:00～11:30

ところ：笠縫東まちづくりセンター

内容：マラカスをつくろう

対象：笠縫東学区にお住まいの
0歳児～就園前のお子さんと保護者

参加費：無料

問合せ：笠縫東まちづくりセンター
TEL 077-568-3164
FAX 077-568-3090



お知らせ

入園式・入学式の日程



あゆみこども園	4月6日(月)	10:00～
笠縫東こども園	4月6日(月)	10:00～
笠縫東小学校	4月9日(木)	10:00～
新堂中学校	4月9日(木)	13:30～

お知らせ

草津市立図書館

移動図書館「わかくさ号」巡回

草津市では、「草津市読書のまち推進計画」の取り組みとして図書館のサテライト機能推進により移動図書館が笠縫東まちづくりセンターに巡回します。ぜひ、ご利用ください。



とき：**4月17日(金)** 毎月第3金曜日
16:00～16:30

(多少時間が前後する場合があります)

ところ：**笠縫東まちづくりセンター 駐車場**

※祝日に当たる場合は運行日を変更します
※悪天候等により、やむを得ず運行を取りやめることがあります

お知らせ

笠縫東学区で栽培した
新鮮な野菜等の販売



グリーンマーケット

毎日販売

※ぜひお越しください。お待ちしております。

野菜販売

毎日(日・祝日除く)

8:30～17:15
エントランスホール

4月の土曜日(規模を拡大して実施)

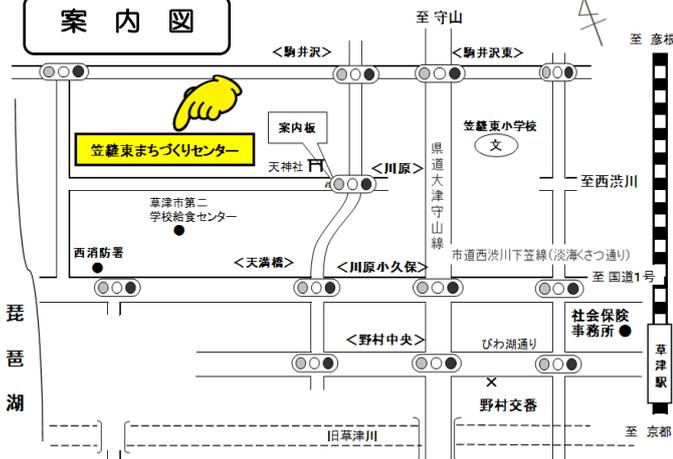
4日(土)
11日(土)
18日(土)
25日(土)

8:30～17:15
オープンテラス
または
エントランスホール

ところ：笠縫東まちづくりセンター



案内図



笠縫東学区の人口等(令和8年2月末現在)

町内会数：14町

世帯数：4,963世帯(+2(前月比))
(市全体 65,749世帯の7.5%)

人口：10,971人(-8(前月比))
(市全体 141,264人の7.8%)
男性：5,450人
女性：5,521人

高齢化率：26.0%(市全体 22.5%)

※高齢化率(総人口に占める65歳以上の人口の割合)

人口の年齢別割合(R8.2)

区分	年齢(歳)	人口(人)	割合(%)	
			笠縫東	草津市
年少人口	0～14	1,599	14.6	14.0
生産年齢人口	15～64	6,522	59.4	63.5
老年人口	65～	2,850	26.0	22.5

★蛍光管、乾電池、使い切りライターはまちづくりセンターで回収しています