

やぐらみらい通信

秋号

2026年

「ふれあいまつり矢倉」&「敬老祝賀」

11/8 (日) 10:00～開催!



読書の秋にぴったり♪

草津市立南草津図書館では、毎月楽しいイベントが
開催されています。

毎月第2土曜日開催

「みなくさとしょかん DAY」

おはなし会や読み聞かせなど、
さまざまな本と出合えるイベントです。

毎月第4木曜日開催

「木曜おはなしのじかん」

申込不要でご参加いただけます。

「ほめる・みつめる・よみきかせ」を

テーマに、手遊びや絵本の読み聞かせ、絵本の開き読みなど、

親子で楽しめる内容です。詳しくはHPをご覧ください。



発行 矢倉学区未来のまち協議会 令和8年10月1日
TEL/FAX 077-565-1560 E-mail yagura@machikyout.jp
ホームページ <http://machikyout.jp/yagura/>

各事業の活動報告は、下記QRコードからご覧ください



LINE



HP



矢倉学区更生保護女性会

矢倉学区更生保護女性会では、街頭啓発やミニ集会、子育て支援活動などを通じて、犯罪や非行のない明るい地域づくりに取り組まれています。生きづらさを抱える方に寄り添いながら、地域のつながりを大切に、支え合えるまちづくりを進めています。



12/6
(日)

防災視察研修

今年は北淡震災記念公園を訪問し、防災・減災について学びます。この研修は毎年開催しており、学区災害対策本部隊員、町内会長、矢倉学区社会福祉協議会委員の皆さまが参加されます。



矢倉学区未来のまち協議会では、地域の安全を守るため毎年欠かさず「防災視察研修」を実施しています。先進地の取り組みを毎年学び、矢倉の災害対策へと活かしています。継続的な学びで、安心なまちを目指します。



10/11
(日)

地域資源健幸ラリー矢倉

スタンプラリー用に地図を配付するので、自由に歩いて**健康**を目指す！

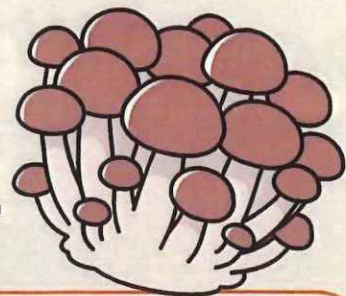
詳細はQRコードを参照してください。今年初めての企画です。お楽しみに！

開催！





夏の疲れを取る 秋のキノコの食べ方



夏の疲れにキノコが
うれしい理由



免疫サポート
疲れた体を
整えるのに応援

整腸サポート
腸内環境を
整える

ビタミンB群が豊富
栄養
たっぷりに◎

冷凍して 免疫アップ効果 を13倍に！

冷凍しないともったいないキノコBEST3



しめじ



えのき



まいたけ

きのこの旨み成分・グアニル酸は生の状態では

ほぼゼロで、加熱して細胞を壊すことで活性します。

加熱ではなく冷凍することでも細胞を壊すことができます。

冷凍で特におすすめなのがえのきだけ。免疫アップ効果が13倍にアップします。

おいしく食べるコツ



- 加熱するとかさが減って、たっぷり食べられて栄養も◎
- 油と一緒にとると、ビタミンDの吸収率アップ！
- レモン汁をプラスして、さっぱり＆栄養サポート！

1日の目安



1日の目安：

約100～150g（片手分くらい）
を目安に取り入れましょう！

矢倉学区の最高齢者お祝い

矢倉学区の最高齢の男女1名ずつに、
矢倉学区未来のまち協議会から、
記念品を毎年お渡ししています。



矢倉学区 いきいき百歳体操 活動団体一覧

団体名	活動日	時間	場所
ミックスいきいき百歳体操	毎週火曜日	10:00～	室木町集会所
笑みの会	毎週月曜日	13:30～	グランドール南草津集会所
馬池町ほのぼのサークル	毎週木曜日	9:00～	馬池町自治会館
大塚団地いきいき体操 ゆう・ゆう	毎週火曜日	14:00～	大塚団地集会所
げんぼなかま	毎週金曜日	10:00～	玄甫町集会所
元気矢倉	毎週木曜日	13:30～	矢倉町会館
いきいきクラブ	毎週水曜日	10:00～	東室木集会所

※ 加入条件があります。詳しくは草津市のホームページおよび長寿いきいき課にお問い合わせください。

秋のおでかけ♪ 県内の大学祭へ行ってみよう!



立命館大学「学園祭 BKC 祭典」

日時：12月13日(日)

10時～19時半

場所：立命館大学びわこ・くさつ
キャンパス

実施内容：

色々な企画・模擬店や花火があります。

問合せ☎：077-561-5001

龍谷大学「龍谷祭」

日時：10月24日(土)・
25日(日)

場所：瀬田キャンパス

実施内容：

随時インスタで発信予定。

滋賀県立大学「湖風祭」

日時：10月31日(土)・
11月1日(日)

場所：滋賀県立大学(彦根市)

実施内容：

随時インスタで発信予定。

「芸術X爆発」ならではの
ワクワクが詰まった湖風祭りを
お楽しみに!

矢倉まちづくりセンター事業



事業名	日時	内容
地域資源健幸ラリー	10/11(日)	スタンプラリー
生涯学習大学	10/17(土)	第2講座「整理収納」
なかよし広場十にこにこレストラン	10/24(土)	空きビンを使ってスノードームをつくろう!!
やすらぎ学級	10/28(水)	第5講座「館外(奈良)」
子育てサロン	10/28(水)	ハッピーハロウィン



事業名	日時	内容
ふれあいまつり矢倉	11/8(日)	ステージ演目・キッチンカー・模擬店
人権のつどい	11/11(水)	「ホットケない人権晰」
BohNo 食育イベント	11/14(土)	BohNo 手作り給食
やすらぎ学級	11/18(水)	第6講座「キッチンカー」
草津市スポーツチャレンジ DAY	11/21(土)	グランドゴルフ・モルック(予定)
子育てサロン	11/25(水)	お楽しみ講座
生涯学習大学	11/28(土)	第3講座「館外(大人の遠足)」



事業名	日時	内容
先進地視察	12/6(日)	防災視察研修(淡路島)
やすらぎ学級	12/9(水)	第7講座「ハンドベル」
生涯学習大学	12/19(土)	第4講座「椅子ヨガ」
やぐらスポーツ広場	12/19(土)	体育館のみ開催
子育てサロン	12/23(水)	クリスマス会
わんぱくプラザ矢倉っ子	12/25(金)	習字道場