

新年あけましておめでとうございます

3年ぶりの2年生職場体験学習実施

芸濃中学校

9月13日（火）～15日（木）、令和元年度に実施してから、実に3年ぶりとなる2年生職場体験実習を実施することができました。今年度の受け入れに際しては、新型コロナウイルス感染対策を講じながら受け入れていたくなど、地域の事業所の皆様の多大なご支援により、無事に終えることができ心から感謝しているところです。中学生にとっては、本当に貴重な経験の場を提供していただき、学びの多い3日間になりました。

【新興自動車】
自動車の修理中です。
分解や組み立てもしまし
た。



【Mirai Seeds Specialty Coffees】
コーヒー豆を自分で焙煎
しました。コーヒーをドリッ
プして、お客様にも提供。



【ナフコ】
肥料の袋の在庫補充をし
ています。重いけれど頑
張っています。レジや棚の
整理もしました。



【三交ハレノヒファーム】
ミニトマトの収穫・選別・
袋詰めをしています。
道の駅にも納品に行きま
した。



【222】
商品を箱から出して並べ
ます。
陳列した商品の整理もし
ました。



運動会 スローガン「心を1つに 最高の運動会！」 芸濃小学校

10月22日（土）、コロナ感染防止のため、全校での運動会ではありませんでしたが、低・中・高学年の3部に分かれて秋空のもと運動会を実施することができました。低学年は、ダンス「いけ！いけ！ぴっかぴか」、中学年は南中ソーラン「全力ソーラン」、高学年は組体操「再生～わたしたちの未来へ～」と3年ぶりに表現にも挑戦し、自分の力を出し切って、精一杯取り組むことができました。今年のスローガンである“心を1つに 最高の運動会！”の通り、最高の運動会になりました。



低学年



中学年



高学年

人権を大切に考える会

明小学校

11月18日（金）、明小学校とPTA研修・広報部の共催による『人権を大切に考える会』を開催しました。テーマは「子どもの育ちを支えるつながりづくり」として、SNSを話題とした研修を行い、SNSの便利さの裏にどんな危険性があるかを考え合いました。

グループ活動でしたが、お互いに思いを伝え合えるととても和やかな雰囲気での研修会でした。最後に「あの子」という絵本を通じて学習し、うわさや偏見に流されないためには、対話を心掛け、顔見知りの関係作りが大切だということをお互いに感じ取ることができました。コロナ禍で「つながり」が見えにくくなっていた中での大切な研修会になりました。



4年ぶりに龍王桜マラソン&ウォーキング大会を開催します

龍王桜マラソン&ウォーキング大会は、2019年を最後に新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため中止を余儀なくされていましたが、2023年（令和5年）4月2日（日）に錫杖湖周辺で4年ぶりに開催することになりました。種目はマラソン10km、3km、ウォーキング5kmで、マラソン10kmは錫杖湖水荘から長徳寺前及び忍田橋を通るアップダウンのあるコース、ウォーキング5kmは錫杖湖を一周するコースとなります。申込方法など詳細は1月16日号の広報津でお知らせします。



地域の方と一緒に園の畑で花や野菜を育てています！ 芸濃こども園

地域の方と人参の種を蒔いたりさつま芋の苗を植えたりした野菜が大きく育ち、子どもたちは土にまみれながら野菜の収穫を楽しみました。畑作りを通して、野菜に愛情をもって大切に育てる気持ちが生まれたり、自然の中での発見や気づきなど心が動いたりする体験をさせていただきました。

いつも子どもたちの成長を楽しみに優しく見守ってくださっている地域の方と、野菜作りを通してあたたかい交流となりました。



みんなでいっぱい遊ぼう

げいのうわんぱーく

10月25日（火）、芸濃子育て支援センター（げいのうわんぱーく）で芸濃地域老人クラブの方のご協力により「みんなでいっぱい遊ぼう」と題して、0～3歳の親子とのふれあいやボール遊び、お花のトンネルくぐりなど、元気にいっぱい遊びを楽しみました。



忘年会・新年会など各種宴会
飲み物10%OFF
+ 特製プリンをサービス



対象は12月1日～1月31日まで。会席料理4,000円以上の団体予約をいただいたお客様。（カラオケ・部屋代は対象外となります。）

※宿泊・宴会等団体（10名様以上）のお客様は、マイクロバスによる無料送迎を行っていますので予約時にご相談ください。

錫杖湖水荘

会席料理 4,000円～

恵まれた地元の山や海の幸と新鮮野菜を活かした会席料理をご用意いたしました。

忘年会、新年会、歓送迎会などの各種宴会や、法事、お祝い、ご会食など幅広くご利用いただけます。

◎ご予算や料理の内容、予約状況については、お気軽にお問い合わせください。

◎施設では感染予防をしています。



季節によって料理の内容が異なる場合があります

ダムカレーのお持ち帰りも出来ます。



ご予約・お問い合わせは

☎ 265-2019



滋賀県内でおなじみの「飛び出し坊や」の看板がプリンを持って錫杖湖水荘玄関に登場しました→



食塩のとり過ぎにご注意



芸濃地域健康な地域づくり委員会からのお知らせ

食塩のとり過ぎは、高血圧、脳卒中、心臓病、腎臓病などの生活習慣病や胃がんにかかりやすくなります。無理なく、おいしく、できることからコツコツと取り組むことが大切です。ご自分と大切な人の健康を守るため、食塩をひかえめにした生活を始めてみませんか？

■食塩をひかえる3つのコツ

- 1 めん類のつゆは残す ※スパゲッティなど、つゆを残せない料理の食べ過ぎは注意
- 2 調理で工夫
 - 汁物は具たくさんにして、汁を減らす
 - 香辛料や香味野菜、かつおや昆布などの天然だしを使う
 - 調味料など減塩・低塩食品を選ぶ

3 「カリウム」が多く含まれる食品を積極的にとる

ほうれん草、さつまいも、納豆、バナナなどの野菜や果物に含まれる「カリウム」には、体内の余分な食塩（ナトリウム）を尿中に出す働きがあります。

※腎臓の機能に心配のある方は、かかりつけ医にご相談ください。



1日の食塩摂取目標量

男性7.5g 未満

女性6.5g 未満

日本人の食事摂取基準2020年版より

食塩量の目安

食パン6枚切り1枚 0.6g

カレー1人分 3.7g

ラーメン1人分 4.4g など

ささゆり・ウォーク会

毎月2回（第1・3火曜日）に芸濃保健センター前に集合し、仲間と一緒にウォーキングしています。（※雨天中止）

■集合時間 13時30分

■日にち（予定）

【1月】 17日

【2月】 7日、21日

【3月】 7日、21日



詳しくは、芸濃保健センター（266-2520）まで、お問い合わせください。

芸濃地域の人口と高齢化率（令和4年11月1日現在：住民基本台帳）

地区	総人口（人）			65歳以上人口（人）			高齢化率（%）
	男	女	計	男	女	計	
棕本	2,492	2,435	4,927	483	669	1,152	23.4
明	782	818	1,600	263	328	591	36.9
安西	601	619	1,220	228	299	527	43.2
雲林院	397	435	832	160	196	356	42.8
河内	26	12	38	15	10	25	65.8
計	4,298	4,319	8,617	1,149	1,502	2,651	30.8