



中洲の窓

中洲学区の概況 (8月31日現在)

世帯数 1,013 世帯 (前月比-4)

人口 2,744人 (前月比-11)

編集・発行 守山市立中洲公民館

守山市幸津川町 1043-5

連絡先 ☎585-2004 FAX 585-5252



第20回

記念大会!!

中洲学区グラウンド・ゴルフ大会

開催日 令和5年11月12日(日)少雨決行

受付

午前8時～午後8時20分

※天候による実施判断は、当日午前6時30分

開会式

午前8時40分～

会場

野洲川歴史公園サッカー場 (ビッグレイク) 人工芝A・Bコート

種目等

部門別チーム対抗戦

「小学生の部」「一般の部」による団体戦および個人戦

表彰

団体戦：「小学生の部」上位2チーム、

「一般の部」上位6チームに記念品を授与します。

個人戦：「小学生の部」「一般の部」それぞれにおいて上位2名

トロフィー (優勝者のみ) と記念品を授与

※全コース、ホールインワン賞

およびバーディ賞 (小学生の部のみ) の対象となります



お楽しみ抽選会

1等 1本 お肉券

2等 3本 今治タオル

3等 5本 服部町パン屋 **hidejiro** の購入券

全80本

4等 10本 「びわこみみの里」のお菓子

5等 25本 平和堂商品券

6等 36本 食品用ラップ

申込み

お住まいの自治会へお問合せください。

(自治会で出場チームを取りまとめ、10月20日(金)までに中洲会館に報告)

2023 なかす夏まつりを開催!!

「中洲ふれあい広場」・「中洲夢花火」

8月26日(土) 2023 なかす夏まつりを開催しました。

「中洲ふれあい広場」には570人を超える来場者があり、ミニ運動会、段ボール迷路、縁日コーナー、体力測定、環境学習ワークショップ等を楽しみました。

また 夜には服部大橋から162発の「中洲夢花火」を盛大に打上げることができました。

当日、暑い中お手伝い頂いた皆様ありがとうございました。



中洲学区 人権学習会開催

9月22日(金) 地域総合センターとの共催による、中洲学区人権学習会を開催しました。40人を超える皆さんと「ありのままの自分で生きる」というテーマで講師の奥村さん・丸橋さんのお話を聞き、LGBTQ+性の多様性について理解を深める、個性を認めるということを学びました。

参加者のアンケートには、「知らなかった事が知れて大変良かった」「当事者の声を聞いて深く考えることができた」などの感想をいただきました。

ご準備頂いた皆様、ご参加頂いた皆様ありがとうございました。



ご長寿おめでとうございます

傘寿の祝い贈呈

中洲学区では、今年度 80 歳を迎えられる(昭和 18 年 4 月 1 日から昭和 19 年 3 月 31 日生まれ) 22 名の方を民生委員・児童委員さんが訪問し、傘寿のお祝いの品を贈呈いたしました。

また、米寿(満 88 歳)の方 19 名、白寿(満 99 歳)の方 4 名、100 歳以上の方 4 名が守山市からのお祝いを受けられました。

ご長寿おめでとうございます。皆さまのますますのご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

	80歳	88歳	99歳	100歳	101歳以上
新庄	4	2	1	0	0
服部	2	3	0	1	0
立田	5	6	2	0	1
幸津川	7	2	1	0	2
小浜	4	6	0	0	0
学区計	22	19	4	1	3
守山市計	361	31	16	29	

中洲すこやかサロンについて

12月7日(木)

10時~13時頃 開催予定です。

中洲の窓11月号にて詳細をお知らせします。

自治会すこやかサロンを開催されました

立田自治会が9月14日(木)に、幸津川自治会が9月20日(水)に開催されました。

立田自治会は、季節の歌や花・腹式呼吸を意識した体操・ゲームなどを、幸津川自治会は、笑いヨガ・肩甲骨体操などを楽しまれました。



赤い羽根共同募金にご協力をお願いします



中洲学区の民生委員・児童委員が、11月11日(土)9時30分から1時間程度、おうみんちにおいて啓発活動を行います。ご協力いただいた募金は、さまざまな福祉活動や災害支援に役立てられており、中洲学区では子育てサロンや課題解決等の支援をいただいています。皆さまの温かなご支援ご協力をお願いします。

旬の食材が豊富に出まわる10月

栄養価の高い旬の食材を食べて秋を楽しみましょう！



根菜類・いも類：里芋には、カリウムが豊富に含まれ高血圧予防が期待できます。れんこんには、ビタミンCや食物繊維が豊富でカリウムやカルシウムも含まれています。さつまいもには、食物繊維やビタミンCが豊富に含まれています。根菜には体を温める効果があると言われており、冷え対策に効果が期待できます。

きのこ類：きのこには、腸内環境を整える食物繊維が豊富に含まれています。しいたけに多く含まれているビタミンDは免疫力をアップし、細菌やウイルスに対して抵抗力を高める作用があります。まいたけは免疫力を高めるβグルカンが豊富に含まれています。また、なめこ特有のぬめりは消化吸収の促進、肝臓機能の働きを助ける効果があります。

さんま：秋の味覚の代名詞さんまには、DHAやEPAが豊富に含まれており、血液をサラサラにする効果があります。さらに、動脈硬化の予防や中性脂肪を下げる効果もあり、ビタミンB12も多く含まれており、貧血予防にも効果的です。

豚肉：豚肉には、疲労回復効果が期待できるビタミンB1が多く含まれており、秋バテ対策に食べたい食材のひとつです。玉ねぎやにんにく、にらなどと一緒に食べると疲労回復を助ける効果が更に期待できます。

守山市北部地区地域包括支援センター
(電話) 077-516-4160

なかす 子育て情報



中洲公民館では、なかよしほっとステーション・ベビーほっとステーション・子育てサロンひまわりを開催しています。初めての方はもちろん、子育ての交流の場として是非お立ち寄りください。



中洲なかよし ステーション

開催日 第3水曜日、第2・4金曜日
(都合により変更の場合あり)
時間 午前10時から11時30分頃
対象者 0歳から未就学の子どもとその保護者
費用 無料
(必要に応じて材料費などの負担あり)
持ち物 飲み物など



子育てサロン「ひまわり」



開催日 毎週火曜日
(都合により変更の場合あり)
時間 午前10時から11時30分頃
内容 自由遊び、手遊び、制作、紙芝居や絵本の読み聞かせなど
対象者 0歳から未就学の子どもとその保護者
費用 無料(必要に応じて材料費などの負担あり)
持ち物 飲み物など



ベビー ステーション

0歳のお子さんとその保護者の方を対象に月に1回開催します。情報交換などの場としてもご利用ください。身長&体重を計っていただくこともできます。(バスタオルをお持ちください。)



10月と11月の予定
10月 3日・10日・17日・24日・31日
11月 7日・14日・21日・28日
(すべて火曜日)

自由遊びや絵本の読み聞かせ、制作、バナナくん体操など、ひまわりボランティアさんと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

絵本の貸し出しもしています。



- 6日(金) ベビーほっとステーション
～ふれあい遊び～
- 13日(金) わくわく子育て応援プログラム
～絵本の大切さ～
絵本を介して親子で楽しもう
- 18日(水) 地域包括支援センター
～森田先生と遊ぼう～
中洲小学校で
どんぐりを拾ってみよう
- 27日(金) ハロウィン制作 🍁



お知らせ

子育て応援フォーラム

「助けてほしい! 助けたい!! みんなで子育て大作戦」
対象: 子育て中の方、子育てに関心のある方など、どなたでも

★小津で子育て大作戦

日時: 2023年11月5日(日)9:30~16:00

場所: 小津会館

内容: 情報交換、交流会、お寺めぐりスタンプラリーなど

★吉身で子育て大作戦

in “福祉の心を育てるつどい”

日時: 2023年11月12日(日)10:00~12:00

場所: 吉身小学校体育館

内容: 情報交換、子ども疑似体験、手形アートなど
*汚れてもよい服装や着替え、ウェットティッシュをお持ちください。

【問合せ】

☎(583)2923

子育て応援フォーラム実行委員会: 守山市社会福祉協議会内

※2月(日時: 未定、場所: 守山市役所予定)に、市全体の子育て応援フォーラムを開催予定です。



ほっとステーション 11月の予定

- 1日(水) ベビー ほっとステーション
- 10日(金) おはなし (図書館)
- 15日(水) 地域子育て支援センター 森田先生
- 24日(金) ふれあいの灯展示作品制作

お問い合わせ: 中洲公民館 Tel/有線 585-2004

中洲公民館講座

発酵教室 (2回連続講座)

第1回 11月2日(木) 10:00から11:30
「発酵について・糎について」

※塩糎、玉葱糎作り
醤油糎ドレッシング作り
もちもの：エプロン・三角巾・飲み物
受講料・材料費：3,000円



第2回 11月16日(木) 10:00から11:30
「味噌について・甘酒について」

※味噌ディップ3品作り
甘酒使用のデザート
もちもの：エプロン・三角巾・飲み物
受講料・材料費：3,000円



定員 12名

講師 山崎 富美子さん

(野洲、糎屋吉右衛門)

申し込み

10月4日(水)から10月20日(金)までの平日、午前9時から午後5時迄に中洲公民館へ直接またはお電話でお申込みください。

☎077-585-2004 (担当:岩村)

※定員になり次第、募集を終了させていただきます。



マイナンバーカード申請の 出張受付を中洲会館で行います



予約不要で、マイナンバーカードが出来しだいご自宅に書留にて郵送します。

◆守山市に住民登録があり、マイナンバーカードを初めて申請される方

※代理申請、再交付申請は不可

◆日時 10月11日(水)午前10時～11時30分

◆場所 中洲会館 1階 講習室

◆持ち物

本人確認書類

・顔写真付き身分証明1点(顔写真なしは2点)
通知カード(あれば)

住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

※15歳未満または成年被後見人の方の申請は、本人および法定代理人の本人確認書類が必要です(成年被後見人については登記事項証明も必要)。

・当日、職員が写真撮影や申請手続きを行います。
・マイナンバーカードの受け取りや更新はできません。

・郵便局へ転送手続等されている場合はお届けすることができません。

【問合せ】 市民課 TEL 077 - 582 - 1122

FAX 077 - 583 - 9738

中洲会館・公民館10月行事予定



日	曜	会館・公民館事業	自主教室等
2	月	民生委員児童委員協議会	
3	火	子育てサロンひまわり スマホ教室 13:30～	
4	水	自治会長会	
5	木	すこやかサロン 第4回広報委員会	
6	金	ベビーほっとステーション 学区社協市社協懇談会	
7	土	野洲川琵琶湖自然体験	
10	火	子育てサロンひまわり スマホ教室 13:30～	
11	水	シルバー人材センター奉仕作業	
13	金	なかよしほっとステーション まちづくり・ふれあいまちづくり 合同研修会	
15	日	なかすスポーツ day	
17	火	子育てサロンひまわり スマホ教室 13:30～	
18	水	なかよしほっとステーション	
19	木	ふれあい学級「管外研修」	
20	金	ふれあいの灯実行委員会	リフォーム教室
23	月	福祉協力員自治会代表者会議 青少年育成部会	
24	火	子育てサロンひまわり	
26	木	中洲ふれあいお楽しみ会	
27	金	なかよしほっとステーション スマホ教室 13:30～	
31	火	子育てサロンひまわり	

次回のなかすスポーツ day

中洲小学校体育館の開放事業「なかすスポーツ day」を開催します。健康な身体づくりと、家族や地域の方々と交流しませんか。



日時 令和5年10月15日(日)
午前9時30分から11時30分

場所 中洲小学校体育館

参加費 無料

対象 中洲学区在住の方

持ち物 室内用シューズ・飲み物

内容 中洲小学校の体育館を開放します



※小学生以下は、必ず保護者同伴でお願いします。

午前7時時点で警報が発表された場合は中止です。

※ドッジボールやバスケットボールで

遊びたい場合はボールを持って来てください。

小学校の用具庫の中のボール等は使えません。