

しもさかもと コミセンだより

R7 1月 No.22

発行所：下阪本コミュニティセンター

下阪本三丁目14番30号

TEL (572) 9188

【下阪本支所 TEL (578) 0017】



まち協HP



下阪本学区の人口（令和6年12月1日現在）
5,021世帯 11,910人（男：5,809 女：6,101）



15日	(水)	健推体操教室
21日	(火)	自治連合会 定例会
21日	(火)	コミセン講座 「からだをほぐそう！初めてのYOGA」
25日	(土)	下阪本学区人権文化講座「人を大切にするまちづくり」
28日	(火)	エンジェルさろん

※1月の自治連女性部主催の朝カフェはお休みです。

下阪本学区人権文化講座

人を大切にするまちづくり

下阪本コミュニティセンター4階 大会議室

1/25(土)

10:00~11:30

(受付9:30~)

講師：元 保護司 北井 和子 氏

犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支える民間のボランティアとして活動する保護司。

地域の実情に通じているという特性を生かし、民間人としての柔軟性を持って活動されています。

参加費無料、申込み不要です。上履きをご持参下さい。

主催：下阪本学区「人権・生涯」学習推進協議会

共催：下阪本学区文化協会

問い合わせ窓口：下阪本コミュニティセンター(572-9188)



人と繋がるということ、
人に関わるということについて
一緒に考える機会となることを
願い企画しました。
お気軽にご参加下さい。

コミセン講座

からだをほぐそう！初めてのYOGA

下阪本コミュニティセンター4階 大会議室

1/21(火)

10:00~12:00

講師：杉田 知子さん 指導歴14年のヨガインストラクター。下阪本在住。

『女性の健康と幸せをサポートするヨガ』をモットーに県内で活動されています。

参加対象：女性のみ。 お子様連れ、初心者大歓迎！（キッズスペースあり）

体がかたくても大丈夫です！

定員：先着20名 申し込みは下阪本コミュニティセンター窓口(572-9188)まで

参加費：500円

持ち物：ヨガマット・水筒・ブランケット（バスタオル可）

ジーパン不可、裸足になれる動きやすい服装で

※パズルマットの貸し出しできます。（先着10名まで）



主催：下阪本コミュニティセンター

予告

2/1(土)

(雨天：2日に延期)

9:00~11:00

ヨシ刈り

琵琶湖の水質浄化など様々な機能を持つヨシ帯を冬季の刈取りで春先の発芽を促進し、良いヨシ帯を維持する県・市の事業に今年度も学区として参加いたします。

実施場所 ①四ツ谷臨水公園付近湖岸 1区~3区、各種団体

②坂本城址公園付近湖岸 4、5区、各種団体

③比叡辻自治会館裏湖岸 6区、比叡辻区、木の岡区、各種団体

上記3会場ごとに集合、実施、閉会を行います。

ヨシ集積場所：坂本城址公園

参加のお願い：各自治会、各種団体の皆様の参加をお願いします。

服装等：作業服、長靴、マスク着用。（鎌、軍手、ロープは用意します。）

