

しもさかもと コミセンだより

R7 10月 No.31

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・FAX (572) 9188
【下阪本支所 TEL (578) 0017】



まち協HP



下阪本学区の人口（令和7年9月1日現在）
5,065世帯 11,982人（男：5,840 女：6,142）



10月行事予定

5日	(日)	第87回 下阪本学区市民運動会
10日	(金)	コミセン講座「便秘のお話 ～毎日スッキリしてますか？～」
28日	(火)	エンジェルさろん

※10月の自治連合会定例会はありません。自治会長の方は10月22日以降に配付物を取りに来て下さい。

※10月の健推体操教室はお休みです。

※敬老の集いは11月23日(日)に予定しています。

10/5(日)
9:00～12:00
(予備日なし)

第87回 下阪本学区 市民運動会

場所：下阪本小学校グラウンド



観覧だけでもOK!
みんなで盛り上げよう!



※雨天の場合、体育館にて・女子玉入れ・綱引きのみ行います。
(出場される方は体育館シューズまたは上ばきを持参してください。)



お楽しみ抽選会もあります!

主催：下阪本学区自治連合会 主管：下阪本学区体育振興会

10/10(金)
14:00～16:00

コミセン講座 参加無料です!
健康のバロメーター 便秘のお話 ～毎日スッキリしてますか？～
下阪本コミュニティセンター 4階大会議室



毎日のうんちの状態を観察したり、うんちの出方を振り返ったりすることでわかる健康チェックのお話をさせていただきます。
講師：医療法人弘英会 琵琶湖大橋病院 消化器内科医師 田中 順子先生

【講演後、各種検査・健康相談会・カフェを開催!】講演に参加された方はご自由に利用していただけます。

利用無料
です!

〈各種検査〉

・ABI検査(動脈硬化の程度を評価します) 定員15名
事前予約が必要です。9/22(月)より受付開始。
下阪本コミュニティセンター窓口またはお電話572-9188にて

・骨密度測定 定員50名(当日先着順)
・血糖値・血圧測定 定員50名(当日先着順)

〈健康相談会〉

琵琶湖大橋病院の職員が、
医療・介護・リハビリに関する
ご相談を承ります。
お気軽に
ご相談下さい。



〈カフェ〉

検査の待ち時間にも利用で
きる無料のカフェを併設し
ます。コーヒーなどを飲み
ながら皆でおしゃべり
しましょう。



※駐車場に限りがありますので、徒歩・自転車での来場にご協力をお願いします。

主催：下阪本コミュニティセンター 協力：医療法人弘英会 琵琶湖大橋病院



11/1(土)・2(日) 下阪本学区文化祭
会場設営(10/31)・撤収(11/2)のボランティアを
募集中です!

申込みは下阪本コミュニティセンター窓口またはお電話(572-9188)にて
〆切は10月10日(金)です。



問合せ：下阪本学区文化協会・山岡 090-1486-1581