

大津市立仰木の里公民館（支所）
仰木の里七丁目 1 番 2 5 号
TEL 5 7 3 - 7 1 3 5

仰木の里 市民センターだより



湖国の感動 未来へつなぐ

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ
第79回国民スポーツ大会・第24回全国障害者スポーツ大会 2025



行事予定
(9/1~9/30)

学区人口 (6月比)	総人口	男	女	世帯数
8/1 現在	12,866 -10	6,269 +2	6,597 -12	5,403 +7

9/11	木	おもちゃライブラリー	9/21	日	仰木の里学区避難所運営訓練
9/13	土	Let's Enjoy 成安造形大学で学ぼう	9/24	水	地域健康づくり講座
9/15	祝	仰木の里学区敬老のつどい	9/25	木	おもちゃライブラリー
9/18	木	まちづくり協議会 学校・園連絡部会	9/25	木	けやき教養塾 社会「お礼を知る」
9/21（日）～9/30（火）秋の全国交通安全運動			交通事故死ゼロを目指す日 9/30（火）		

（今後変更される場合があります）



子どもの居場所づくり事業“まんまるしっぽ”

ママといっしょに 0歳児の部屋

10月17日(金)と10月24日(金) 10:00～11:30

講師：堅田すこやか相談所保健師・天神山保育園保育士
赤ちゃんにじっくり向き合って親子でふれあい遊びをしましょう。

会場 仰木の里市民センター3 階大会議室
対象 0歳児の親子 10 組
参加費 無料
申込み 仰木の里公民館（TEL573-7135）
協力 仰木の里公民館応援隊

参加費無料です

支所よりお知らせ

納付はお早めに！

- *国民健康保険料（9 月期）
- *後期高齢者医療保険料（3 期）
- *介護保険料（4 期）

納付期限は

令和 7 年 9 月 30 日（火）です。

仰木の里学区在住 70 歳以上の皆様
どうぞお越しください

敬老のつどいのご案内

日時 9 月 15 日（祝）13:30～15:15（受付 13:00）
場所 仰木の里市民センター3 階大会議室



出演 ☆ケール ～二胡とギターによる癒しのコーラス～

懐かしい曲、癒し系の曲を演奏します

一緒に歌ってくださいね！

☆仰木の里学区健康推進協議会 ～レクリエーション体操～

みんなで体を動かしましょう！

参加費無料です

午前 10 時の時点で、大津市南部に何らかの気象警報が発令されている場合は開催を中止します。

※お車でのご来場はお控えください
※上靴をお持ちください

主催 仰木の里学区社会福祉協議会
協賛 仰木の里学区老人クラブ連合会
仰木の里地区民生委員児童委員協議会
後援 仰木の里学区まちづくり協議会

大津市委託事業 地域健康づくり講座 ～みんなと一緒に夏の疲れを癒しましょう～

9 月 24 日(水) 10:00～11:30

（受付 9:30～9:50）

会場 仰木の里市民センター
3 階大会議室
対象 仰木の里学区の住民
参加費 無料
申込み 当日お越しください



■第一部 「賢く選んで、美味しく食べる。大人のためのバランスごはん」
講師 堅田すこやか相談所保健師

■第二部 「YOGA と舞で癒しのひとときを！」
講師 小林亜希子さん（YOGA 講師、健康体操指導者）

- ①舞踊「湖蝶舞」 武術を舞う花架拳としなやかな中国舞踊
- ②「めぐる YOGA」 みなさんと一緒に！

仰木の里学区まちづくり協議会
（福祉・健康・子育て部会）

主催：仰木の里学区健康推進協議会
共催：大津市堅田すこやか相談所

大津市人権講座が開催されます

9月20日(土) 13:30~16:00 会場:ピアザ淡海大ホール

【みんなで考える人権講座②】

第1部: 義父母の介護 ~ ホンネ150%!キレイごとゼロ!超リアルな介護奮闘記! ~
講師: 村井理子 さん(大津市在住翻訳家 エッセイスト)

第2部: 認知症当事者が語る想い

10月20日(月) 14:00~16:00 会場:市役所別館1階大会議室

【みんなで考える人権講座③】

わたしをたいせつに思える力 ~性与人権、いじめに向き合う知恵~

講師: 高野真由 さん(日本思春期学会性教育認定講師・ベビーマッサージ講師)



申込先 大津市教育委員会事務局 生涯学習課

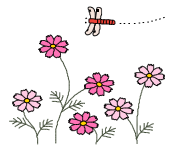
☎528-2635

FAX523-5735

✉otsu2403@city.otsu.lg.jp

利用者団体体験教室開催します

いずれも参加費無料



2025年 合同交流発表音楽会

3階大会議室

詩吟むつき会・詩吟仰木の里
うたう会サークル

仰木の里の皆さんこんにちは!

仰木の里の地域のうたう会と詩吟のサークルが
今年も合同交流発表音楽会を開きます。

みんなで歌いに来ませんか!

詩吟の魅力も味わいましょう!

日 時: 9/9(火) 10:00~

申込み: 不要、当日お越し下さい



気功体操 体験会

2階和室

青空会仰木サークル

呼吸を意識しつつ、全身のストレッチやツボを刺激しながら、軽い動きで心身を整えていきます。
70、80歳代の高齢サークルですが、気さくな先生の指導のもとで明るく楽しく活動しています。
気軽にご参加ください。

日 時: 9/10(水) 9/24(水)

いずれも 10:00~11:30

持ち物: 飲み物、動きやすい服装

申込み: 伊藤 (☎ 090-7345-0126)

ペルヴィス®ワーク体験会

3階大会議室

ペルヴィス®ワーク

“骨盤調整やストレッチ、簡単なダンスで
体と心を楽しく整えてみませんか”

日 時: 9/8(月) 13:30~15:00

持ち物: ヨガマット・タオル・飲み物

ヨガ 体験教室

3階大会議室

ヨーガ・ムラ

吸って・吐いて・深く・ゆっくり

・静かに・ほほえみながら

ヨガの体操を体験しましょう

日 時: 9/17(水) 10:00~11:30

持ち物: バスタオル・タオル・飲み物

動きやすい服装

申込み: 不要、当日お越し下さい

問合せ: 塩山 (☎ 090-3941-1543)

淡海の笛&ラーゴマンドリンアンサンブル コラボコンサートと楽器体験

3階大会議室

ラーゴマンドリンアンサンブル
和太鼓集団湖鼓 Ro 淡海の笛

篠笛サークルとラーゴマンドリンアンサンブルが初めてコラボ演奏します。皆さんがご存じの曲を多く演奏します。
楽しい一時を過ごしましょう。

日 時: 9/20(土)

10:30開演(10:15開場)

演奏予定曲 ♪竹田の子守唄 ♪民謡メドレー

♪異邦人 ♪オペラ座の怪人

♪アンパンマンマーチ ♪赤とんぼ 他

※演奏後、マンドリンなどの楽器を体験していただけます。良かったら是非どうぞ。

サークルの紹介

淡海の笛

篠笛の演奏を中心に活動しています。

練習は、第1・2・3・4水曜日 20時~22時

ラーゴマンドリンアンサンブル

マンドリンとギターとのアンサンブルが中心です。

練習は、第1・3土曜日 9時~13時