

余呉の文化祭

はごろもフェスティバル開催のお知らせ

11月2日(土)・3日(日)

- 11月2日(土) 8:50~14:00 余呉小中学校
ふるさと科発表会・教育と人権のつどい・マルシェ
- 11月3日(日) 10:00~15:30 余呉まちづくりセンター
余呉の未来を語るワークショップ、ステージ発表、マルシェ
- 11月2日(土)・3日(日) 9:00~17:00 余呉まちづくりセンター
よご認定こども園、サークル、個人作品展示

余呉地域づくり
だより

発行
余呉地域づくり
協議会
連絡先
TEL86-8126

今年も交流しました!

第34回
余呉・姫里子ども交流交歓会

8月17日、18日の1泊2日で、淀川河口近くの大阪市立姫里小学校の子どもたちを、淀川源流のてっぺんである余呉の地に迎えて、自然合宿を行いました。今年は余呉小中学校に加えて、長浜市内全域から子どもたちの参加を募り、妙理川の生物観察や生きがい農園での野菜収穫、ウッドパル余呉での謎解きロゲイニングや、みんなでカレー作りなどなど、仲良く楽しむ充実の2日間でした。実行委員やボランティアの皆様も猛暑の中、お疲れさまでした。



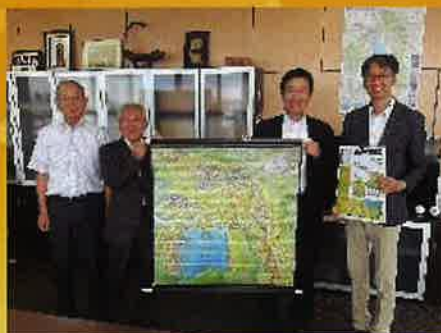
防災フェアを開催しました!

大型台風の影響で延期になった防災フェアを9月8日、まちづくりセンターで開催しました。滋賀県防災危機管理局の職員から、原子力災害発生時の退避行動や安定ヨウ素剤について講義を受けた後、防災カードゲームを使って楽しみながら防災を学びました。



ふるさと絵屏風を市役所に贈呈

9月2日長浜市長室にて、「余呉ふるさと絵屏風」余呉版レプリカの贈呈式があり、市役所での常設展示をお願いしました。戦後復興から高度成長期の余呉の人々の暮らしを描いた屏風絵を前に、はごろも伝説のルーツや「ゆさ」による婚活などに話が弾み、これからの片岡版、丹生版の制作にも期待が寄せられました。



余呉地域づくり協議会
LINE 公式アカウント
地協の活動、イベント、地域情報をお届けします!



Facebook
(よご地域づくり協議会)や
インスタも
随時更新中!!

イベントのお知らせ

★ 特殊詐欺防止研修会

10月8日(火) 9:00～ 余呉まちづくりセンター

多目的ホール(参加無料) どなたでも参加できます。

架空請求や投資詐欺、近年巨額の被害が相次ぐ詐欺被害に備えましょう。

主催: 余呉地域づくり協議会・余呉福祉の会・老人クラブ連合会余呉支部

★ 余呉歴史講演会

「賤ヶ岳合戦～秀吉と秀長の戦略～」

10月27日(日) 13:30～15:00 旧余呉文化ホール

講師: 太田浩司氏 入場無料 定員100名(※事前申し込み優先)

主催: 余呉地域づくり協議会・余呉城郭研究会



★ 歴史ウォーク(田上山砦)

11月9日(土) 9:30 JR木之本駅東口集合

定員30名(参加無料) ※事前にお申込みしてください

主催: 余呉地域づくり協議会・余呉城郭研究会/共催: 余呉はごろもクラブ



よごらボ応援活動

よご走り方教室

～トップアスリートから学ぶ親子走り方教室～

10月2日(水) AM9:30～

場所: 余呉小中学校グラウンド(雨天の場合: 体育館)

1.2.3年生: 1時間目 9:30～

4.5.6年生: 2時間目 10:30～

7.8.9年生: 3時間目 11:30～

主催: アスリート育成会 後援: 余呉地域づくり協議会

よごリンピック 3

10月12日(土) 8:00～13:00頃

場所: どもりんこ(余呉屋内グラウンド)

参加協力金: 1人500円(保険・景品代)

走って! 笑って! 感動したい!
そんな あなたを 待っています

主催: 余呉リンピック実行委員会

後援: 余呉地域づくり協議会・余呉はごろもクラブ



みんなで、パタカラ体操をしましょう

中之郷歯科診療所 歯科医師 林 浩志



年を重ねると徐々に、食事をするために必要な筋肉が衰え始めることから、誤嚥のリスクが高くなります。誤嚥やムセを予防するためにも日々の嚥下訓練が大切です。パタカラ体操とは、「パ」「タ」「カ」「ラ」の音を声に出すことで、食事をする際に使う筋肉を鍛える体操です。それぞれの文字を、5文字ずつ3回発声します。「パパパパパ、タタタタタ、カカカカカ、ラララララ」を3回繰り返します。ただ単に発声するのではなく、お口や舌の筋肉を意識して行うことがポイントです。パタカラ体操を行うことで、誤嚥を防いだり唾液の分泌を促したりできるため、より「安全に食事ができる」といった効果が期待できます。毎日継続して行えば、嚥む力や飲み込む力を維持したり、滑舌やいびき・歯ぎしりの改善にも効果が期待できます。