

# レイカディア大学同窓会 草津・栗東支部だより

令和6年8月 No6-3号  
広報情報部会 発行

同窓会ホームページを閲覧ください。URL <https://lacadosokai.com/>



レイカディア大学同窓会

検索

## 支部長報告 小石秀司

### 本部常任理事会 6/28

- ①44期生への「卒業後の活動に向けて」(同窓会紹介) 授業6/14草津C・6/28彦根Cで実施、各支部での対応状況を意見交換。各支部とも年間の行事・活動を紹介、在校生からは同窓会とサポートの会、えにしの会との違いが理解できないとの意見が多数あり。各支部とも入会者増加へ苦慮している報告有り。
- ②総務研修部会よりR7年度の定期総会5/12～5/23 予定で当番支部は中部支部、R8年度は草津栗東支部が当番の予定と報告有り。
- ③地域活動部会より琵琶湖一斉清掃に「美しい湖国をつくる会」からの補助金が昨年度の130千円に対し今年度は100千円に決定したと報告有り。
- ④会計より今年度会費収入が557千円となり予算額621千円から64千円の減額と報告有り。

### 本部常任理事会 8/2

- ①レイカディア振興課長 川嶋様より46期生応募結果報告 草津C、彦根Cとも定員上回る。公開抽選を8/8草津C、8/9彦根Cで実施。

- ②各支部長より応募者少数の市町を考慮するとか定員増の要望有り。
- ③総務研修部会より平和堂での学生募集活動は35店舗、チラシ配布6427枚、活動人員延べ295名の報告有り。

### 支部理事会 6/24

- ①6/14草津Cの基礎講座にて44期生に「卒業後の活動に向けて」の授業を実施。本部の説明後、各支部毎に分かれ実施。当支部では支部管内在住27名中23名の参加があり支部紹介、10/4開催の新入会員歓迎会の案内、その他Q&Aを実施し入会を促した。
- ②R6年度の同窓会年会費を集計し支部会員数192名を確認した。9月には44期生多数の入会を期待する。

### 支部運営会議 7/22

- ①46期学生募集状況7/19時点の状況では対前年比、栗東市では上回るも草津市は減。
- ②国スポリハーサル大会のボランティア募集の結果9/14～16開催の女子ソフトボール、11/2.3開催の軟式野球に17名の応募が有り。

## 投稿

## 陶芸を楽しむ日々

## 南笠東学区 宮本 稔 42期 陶芸

70歳を超えてレイ大陶芸学科に入学して2年間で、お世話になった陶芸学科にて2年間の約束で44期生の授業の助手を同期生3人でさせていただいています。

陶芸が初めての生徒が殆どで、最初の授業では、轆轤上で粘土板に円弧が描けず苦戦していましたが、1年半経過した今では、かなり慣れた手つきで作陶する姿にやりがいを感じています。

また、卒業後に入会した「草陶会」では「なごみの郷」にて陶芸教室のお世話をしたり、陶芸サークル「山寺天井窯」では、穴窯焼成を中心に自らの作陶を楽しんでいます。

我々42期生は、在学中はコロナ禍で校外活動等に大きな制約を受けましたが、かえって卒業後も課外活動を継続することになり、5月には常滑焼を巡りました。

さらに、会社関係OB仲間とはKSVUでの活動継

続中で、「京都まなびの街生き方探究館」にて、小学生がモノづくりの楽しさを学ぶ教育支援等にも参加しています。手帳の予定表を見ると結構埋まり、お陰様で適度の緊張感をもって日々元気に過ごしています。ただ、昨秋には坐骨神経痛のため一時は歩行困難を経験しましたが、年齢を自覚しつつ今後も活動を続けたいと思います。



## 投稿

## レイカディア大学を卒業して 草津②学区 吉田 浩子 43期 陶芸



レイ大の陶芸学科のことは陶芸教室で12年前に知りました。60歳になったら入学しようと決めていましたが、コロナで1年遅れとなりました。陶芸を基本から教えていただき作陶の面白さ、釉薬の難しさを学びました。

作品はどんな出来でも嬉しいものです。クラブ活動は城郭探訪会、フォトウォーク、書道部と積極的に参加しました。

クラス活動ではカヌー体験、金沢1泊旅行、大衆演劇鑑賞、鮎釣りなど初めての体験も多く、有意義な時間を仲間と過ごしました。一生の友ができました。

卒業後は「サポートの会」に所属し45期陶芸の助手をしています。先生の作陶時の手の使い方、道具の扱い方などをさらに2年学べることは幸せだと感じています。また、大津市生涯学習センターボランティア「チャオ」の装飾部会に入会し、43期3名とともにアトリウム（玄関内空間）の装飾の制作と飾りつけをしています。3ヶ月毎に児童向けの童話を題材に布、包装紙、色紙、パネルなどを使い工夫しながら立体に作り上げます。

作業しながらの趣味、旅行、親の介護などのお喋りが楽しくストレス発散にもなっています。

大津市の陶芸サークル「てんびん坊」で作陶も続けています。カリキュラムに沿って学んでいくのではなく、メンバー同士が教え合い学び合って自由に作陶を楽しむサークルです。レイ大卒業生も多く、43期生は5名入会しています。生涯学習として楽しみながら続けていきたいと思っています。



令和6年6月26日 アトリウム飾りつけ

## 第6回陶芸教室 6/22

草津市立『なごみの郷』にて開催し、9名の参加者と9名の講師でマンツーマン指導のもと大変すばらしい作品が出来上がりました。初めて陶芸に触れる方や、1年ぶりに粘土にふれる方も、講師陣から熱心にご指導していただいたお陰で皆さん大変満足されていました。

後日、釉薬掛けがあり、焼き上がりの1カ月前が大変待ち遠しくなります。

作品は9月13日～15日に草津市図書館で開催される作品展に出展します。是非皆様お越し下さい。お待ちしております。 文化研修部会長 馬淵 恒雄



## 春のグラウンドゴルフ大会 5/30

前線の通過による大雨等と台風一号の影響が心配される中、30名の参加のもとに行われました。

今回の優勝者は、青木勇さん(41期)となりました。前任の中橋民男さんより部会長職を引き継いだばかりですが、大会のための準備、進行等をする中での大奮闘で、参加者の皆さんが新部会長に敬意を払われたのか、ぶっちぎりの優勝となりました。2位は石橋英洋さん、3位は進藤恒雄、最多バーディー賞は今村治さん、BB賞は一般参加の増岡敬子さんでした。入賞を逃した方にはくじ引きでラッキー賞を

多数もらっていただきました。ホールインワンは過去にない16名も達成者が出て、用意していた賞品が不足するのではと心配する一幕もありました。次回の大会では参加者全員がホールインワン達成して、今大会以上に盛り上げていただきたいと思います。



HP写真



参加のみなさん

また、女性の方も11名参加いただき盛り上げていただいた大会でしたが、女性の方のさらなる参加者の勧誘と、上位入賞を図るためのレディース上位入賞等の検討をしていこうと思います。秋の大会も大勢の参加をお待ちしております。

健康スポレク部副部会長 進藤 恒雄



## 投稿

### 参道狛犬巡り

大宝東学区 栗田 久仁和 43期 びわ環



巨大狛犬と私  
八幡神社(大津市南小松)

目立たないけれど、獅子吼の姿で邪を防ぐとても大切な神社の守り神、意図して探さないとつい見逃してしまう存在。私がそんな参道狛犬巡りを趣味として始めたきっかけは、1年前に近江一巨大な石造狛犬に南小松の八幡神社で偶然出会ってからです。体長は178cm(全国7位)もあり、目力が強く圧倒的な迫力に思わず立ち止まってしまいました。以来、狛犬に興味を持ち、狛犬の歴史や地域性、寄進者の思いや時代背景、石工によるデザインの違い等知れば知るほど面白くすっかりはまってしまいました。因みに現在、近江一小さい狛犬は日野町小野天神社の体長24cmです。しかし、この歳からの興味であるので、研究などという高尚なものではなく、単純に個性あふれる狛犬達に巡り有ってみたいという程度です。神殿から厳し

い環境の露座に飛び出した参道狛犬は、基本的には江戸以降のもが多く柔らかい砂岩で出来ている為、時間と共に風化が進むとともに、自ずと顔の表情に何とも言えぬ味が染み出てきます。この1年で滋賀、京都、大阪を中心に約120の神社をお参りし、一体一表情の異なる沢山のユニークな狛犬達に巡り合うことが出来ました。ぽっちゃり顔、おやじ顔、恨めし顔、けったいな顔、鼻の高い紳士等と勝手に分類し写真を整理するのも楽しみの一つです。

中には野洲兵主大社の「包帯ぐるぐる狛犬」や京都菅大臣神社の「砲丸投げポーズの狛犬」などレアものもいます。

これからも、お賽銭泥棒に間違われぬように、きちんと参拝のルールを守って、新たな狛犬たちとの出会いを楽しみたいと思っています。



砲丸投げポーズの狛犬  
(京都菅大臣神社)

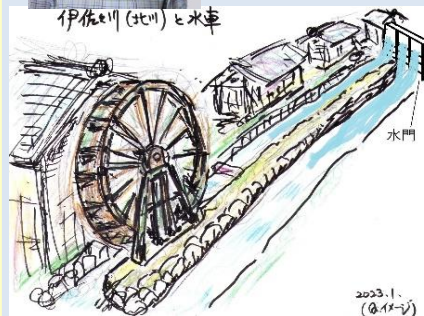
## 投稿

### むらに水車があった！

笠縫(上笠)学区 中村 邦彦 32期 園芸



平成27年頃記憶絵作成の資料集めをしている時、長老より「水車があったよ」と言われて場所、建物、構造等を聞いたがすぐに答えが出なかった。数年して絵を描いて頂き、説明してもらいました。約70年前の事なので、はっきりと思い出せない部分があるが、少しその当時の事がわかりました。



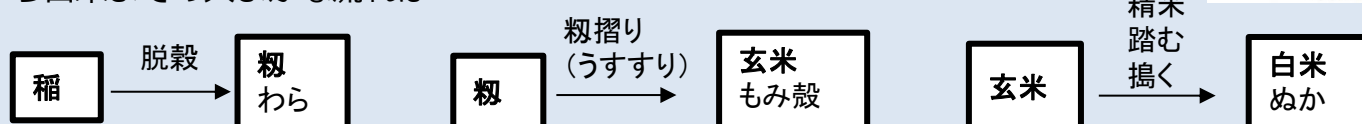
図の様に水門で落差を取り、水門の横より水車用の水路を作り水車を回した。主に精米で一部製粉もしていた。いろいろと話を聞いてみると、近隣の村(野村1 集村1 下笠1 沢1 渋川2)にもあった。

水車は動力革命・戦時中の統制等で廃業。

私の地区では米を精米する事を「踏む」と言います。水戸黄門の逸話に、農家の庭先で米俵に座った黄門様が老婆に諭される話があるように、手間をかけて作ったお米を踏んだりして粗末にするとバチが当たると叱られたものでした。

しかし、精米の「踏む」って言葉は唐臼の棹木の片側を踏んで放せば、杵が落下して臼の中の玄米が搗けたことから来ているようです。

稲から白米までの大まかな流れは



昔は自然の恵みを利用して、時間と労力を惜しまずクリーンな生活を送っていたのです。

## 投稿

## 今日このごろ

## 山田/老上①学区 園田 明美 40期 地文

レイ大に入学する前から草津市観光ボランティアガイド協会に入って観光ガイドを少ししていました。両足股関節の手術をしてからは歩くのがおっくうになり、当番で回ってくるJRふれあいハイキングに掲載されている「地元ガイドとまち歩き」のディスカバーウェスト」の毎週土曜日10時前に草津駅に来られ参加される方を、無料で立木神社までの街道筋を案内するというガイドをしていただけでした。

他に何かと広報誌に掲載されていた絵本の読み聞かせ講座の募集を見て受講し、そのご縁で山田まちづくりセンターでの未就園児さんを対象にした子育てサロン「すくすくランド」での絵本の読み聞かせを毎月第4月曜日にさせていただくことになり、2年が過ぎ3年目になります。10分前後の時間ですが、その時のサロンのテーマに合わせ、絵

本を選んでの読み聞かせです。静かに聞いている子やそうでない子もいますが、家でも絵本を見るようになったとお母さんから聞きうれしい気持ちでいっぱいです。ボウリング・グラウンドゴルフなどなかなか上手くなりませんが、体を動かすことはいいことだと思い、絵本の読み聞かせとともに続けていきたいと思う今日この頃です。



## 第20回歴史探訪会 『近江八幡の旧商家とヴォーリズ建築を訪ねて』 5/15

14名の参加者で実施しました。集合場所の日牟禮八幡宮鳥居前では、「鬼平犯科帳」のロケ中で久々に時代劇の撮影現場を見ることができました。今回参加された皆様には近江八幡の良さを知っていただけるよう案内冊子を作りお渡ししました。

豪商・西川甚五郎邸から新町界限に入ると、旧商家の美しい町並みがあり見越しの松が更に風情を楽しませてくれます。旧西川家住宅や資料館では、子供のころ普通にあった民具や家具を懐かしい思いで見学しました。また、左義長資料館では、食材のみで作った左義長の山車に皆さん大変興味深い様子でした。朝鮮通信使が通った朝鮮人街道を通り、近江八幡市内に数多く残るヴォーリズ建築を見学して誰もが感じたことは、建設から100年以上の時を経てもモダンな姿で街なかに溶け込んでいるその卓越した設計と高い技術力でした。

八幡商業高校もヴォーリズ建築で、建築資材の入手困難な太平洋戦争勃発前の昭和15年に建てられ、今も堂々とした姿は現役・OB八商生の誇りではないかと思います。

400年前に豊臣秀次によって碁盤の目に整備された八幡城下町も、当時からの古い町名(鉄砲町・大工町・鍛冶屋町・畳屋町・魚屋町・博労町…)が今なお数

多く残り、秀次の八幡城や八幡堀、町づくりの思いも実感できました。参加いただいた皆様には近江八幡の良さを感じていただけたと思います。次回の歴史探訪は11月に「京都・東寺」を予定しています。

文化研修部会長 馬淵 恒雄



HP写真



HP動画



## 訃報



加藤 光也様 (大宝東学区)  
(24期 生活科学)  
令和6年6月ご逝去 享年88歳  
慎んでご冥福をお祈り申し上げます。

## 編集後記

世界的に史上最高気温といわれた今夏の暑さ、皆様お元気にお過ごしでしょうか。パリオリンピックの感動冷めやらない残暑に支部だよりをお届けします。 担当/教野



個人情報保護方針準拠

## 地域活動部会 6、7月活動実績報告

| 活動名                       | 月 日             | 参加人数 | 時間/人 | 時間計   |
|---------------------------|-----------------|------|------|-------|
| de 愛ひろば(草津川跡地公園)花壇整備      | 6/8(土)、7/13(土)  | 12+9 | 2    | 42    |
| ロクハ公園での花壇整備               | 6/20(木)、7/18(木) | 6+0  | 2    | 12    |
| 志津小学校環境ボランティア             | 6/27(水)、7月休み    | 4+0  | 2    | 8     |
| 草津第2小学校環境ボランティア           | 6/19(水)、7/17(水) | 8+7  | 2    | 30    |
| 渋川小学校農園ビオトープサポーター         | 6月休み、7/3(水)     | 0+4  | 1    | 4     |
| 治田小学校 園芸ボランティア(花壇整備・校庭清掃) | 6/13(木)、7/8(月)  | 8+6  | 2    | 28    |
| 芦浦観音寺庭園庭木剪定ボランティア         | 6/11(火)、7/9(火)  | 5+5  | 2    | 20    |
| 集計(延べ)                    |                 | 74名  |      | 144時間 |

## 地域活動部会 活動予定

\*いつでも皆様の参加を歓迎します。

\*参加連絡は、数部会長まで(電話・メールは会員名簿参照)

| 活動名                                                                     | 活動予定日時                                                         | 活動場所・内容など                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| de 愛ひろば(草津川跡地公園)花壇整備                                                    | 9/14(土)、10/12(土)                                               | 花壇の植栽手入れ、草引き、土壌改良など<br>原則、毎月第2土曜日、1月のみ活動休止                       |
| ロクハ公園での花壇整備                                                             | 9/19(木)、10/17(木)                                               | 花壇の植栽手入れ、草引き、土壌改良など<br>毎月第3木曜日、9時半～11時半まで                        |
| 志津小学校環境ボランティア<br>草津第2小学校環境ボランティア<br>渋川小学校農園ビオトープサポーター<br>治田小学校 園芸ボランティア | 9/26(木)、10/24(木)<br>9/18(水)、10/16(水)<br>学校よりの連絡待ち<br>9月、10月 未定 | 環境整備、毎月第4木曜日<br>環境整備、毎月第3水曜日<br>農園ビオトープサポーター活動<br>花壇整備・剪定・校庭清掃ほか |
| 芦浦観音寺                                                                   | 9/10(火)、10/8(火)                                                | 庭園庭木剪定、原則、毎月第2火曜日                                                |

## 同窓会関連活動スケジュールの案内

## 同窓会本部 草津・栗東支部 会議等予定

| 開催日時                    | 活動・イベント内容 | 場所                     | 内容                     |
|-------------------------|-----------|------------------------|------------------------|
| 9月30日(月)<br>9:30～11:30  | 支部運営会議    | 西一会館                   | 出席者:三役、部会長、学期理事、事務局の皆様 |
| 10月4日(金)<br>9:30～12:00  | 新会員歓迎説明会  | キラリエ草津<br>懇親会:草津スエヒロ本店 |                        |
| 10月28日(月)<br>9:30～11:30 | 支部理事会     | 西一会館                   | 理事の皆様、出席をお願いします。       |

## 草津・栗東支部 行事予定

| 開催日時                    | 活動・イベント内容                  | 場所                          | 内容                         |
|-------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|
| 9月13日(金)～<br>15日(日)     | 作品展・活動展                    | 草津市立図書館 3F                  | (文化研修部会)<br>詳細は折り込みチラシ参照   |
| 10月1日(火)<br>集合 12:30    | 企業訪問・工場見学                  | TOTO 株式会社・滋賀工場<br>JR 三雲駅前集合 | (文化研修部会)<br>詳細は折り込みチラシ参照   |
| 10月3日(木)<br>13:00～15:00 | ルネ・ワーク・キング 体験会             | de 愛ひろば<br>にぎわい活動棟          | (健康スポレク部会)<br>詳細は折り込みチラシ参照 |
| 10月24日(木)<br>受付 13:00   | 秋季 Gゴルフ大会<br>予備日:10月31日(木) | 帰帆島グラウンドゴルフ場                | (健康スポレク部会)<br>詳細は折り込みチラシ参照 |
| 10月30日(水)<br>8:45までに集合  | びわ湖岸清掃<br>予備日:10月31日(木)    | 矢橋帰帆島公園<br>駐車場集合            | (地域活動部会)<br>詳細は折り込みチラシ参照   |
| 毎月 第3月曜日                | カラオケ同好会<br>12:30～          | コロケクラブ<br>(草津市駒井沢)          | (健康スポレク部会)                 |
| 毎月 第3木曜日<br>5,10月は第2木曜日 | ボウリング同好会<br>13:00          | アクト草津<br>(草津市野路 3-1-5)      | (健康スポレク部会)                 |
| 毎月 第4木曜日<br>5,10月は第3木曜日 | グラウンドゴルフ同好会<br>13:00～      | 帰帆島グラウンドゴルフ場                | (健康スポレク部会)                 |

注) 各種行事への参加申し込みは、各部会長(電話・メールは会員名簿参照)に連絡してください。  
皆様の参加をお待ちしています。

令和6年8月26日

レイ大同窓会 草津・栗東支部  
会員の皆様

草津・栗東支部長 小石 秀司  
文化研修部会長 馬淵 恒雄

## 作品展・活動展へのご来場のお願いについて

会員の皆様におかれましては当同窓会に格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、既にご案内申し上げておりますように、今年度も下記の通り、作品展・活動展を開催致します。会場には会員様などによる素晴らしい作品を多数展示致しておりますので、会員の皆様にはご多用なところ誠に恐縮ですが、ご家族様共々是非お越し頂きたくよろしくお願い申し上げます。

### 記

日 時：令和6年 9月13日(金) 13時～17時  
9月14日(土) 10時～17時  
9月15日(日) 10時～16時

場 所：草津市立図書館3階大ホール

入場無料

一般来場者各日先着50名様に花苗・お茶進呈

作品展示：園芸、陶芸、書、絵画、写真、切り絵、俳画、短歌俳句、調査資料  
手芸、ふるさと絵図、竹灯籠、アートバルーン、ビデオ動画 など

活動紹介：各部会の活動案内

スポーツ、福祉、ボランティア活動 など

以上

必ずお読みください

TOTO 工場見学可能日が 10 月は 1 日のみで TOTO さんへの申込締め切り日が 8/30 必着のためメールアドレスをお持ちの方には先行してご案内いたしました。

締切日(8/29)までに下記メール・または携帯にて森脇までご連絡ください。

◎募集人数---先行案内メール先着 30 名 支部だよりチラシ 先着 10 名 合計 40 名様  
今回支部だより発行から締切日が大変短期間となったことをお詫び申し上げます。

令和 6 年 8 月 26 日

文化研修部会

第 3 回企業訪問・工場見学会

## TOTO 株式会社滋賀工場 工場見学会のご案内

第 1 回サントリービール京都工場、第 2 回ダイキン工業滋賀製作所、本年は TOTO 株式会社滋賀工場を見学することになりました。1917 年(大正 6 年)北九州市小倉で東洋陶器の社名で創立し、現在の社名 TOTO サニテクノ(株)滋賀工場は最新技術を集めた国内最先端の工場で、腰掛け便器の整形・乾燥・釉薬塗布・焼成・便器洗浄の組付けを見学することができます。

各家庭で必ず使われている陶器です。ぜひこの機会に日頃見られない工場見学にご参加ください。(ご家族の方も可--お名前・人数・交通手段を必ずご記入ください)

### 記

1. 日 時：令和 6 年 10 月 1 日(火曜日) 雨天決行 予備日なし  
工場見学：13:00～15:00 (110 分)

2. 見 学 先：TOTO 株式会社 滋賀工場  
滋賀県湖南市朝国 1

工場見学に際してのお願い事項 (TOTO 滋賀工場さんより)

- ・安全上サンダル、ハイヒール等のご遠慮ください
- ・車椅子・ペースメーカー装着の方は事前連絡をお願いします

3. 集 合：三雲駅前 (JR 草津線) 12:30  
草津発 11:58→12:15 三雲着 TOTO まで徒歩 15 分  
駐車場利用の場合【事前に台数連絡が必要なため】  
お車での参加の方は別紙案内図をご確認ください  
\* できるだけ公共交通機関のご利用をお願いします

4. 見 学 内 容：会社概要説明 (30)、製造工場見学 (70)、質疑応答 (10)、計 110 分  
5. 見 ど こ ろ：2012 年 1 月に稼働を開始した工場で、腰掛便器の大量生産工程が見学できます。  
6. 申 込 条 件：1 日 1 組 最大 40 名 先着 40 名

7. 参加申込先：レイ大同窓会・文化研修部会 副部会長 森脇文則

メール：[f.moriwaki@docomo.ne.jp](mailto:f.moriwaki@docomo.ne.jp) 携帯：090-2559-9921

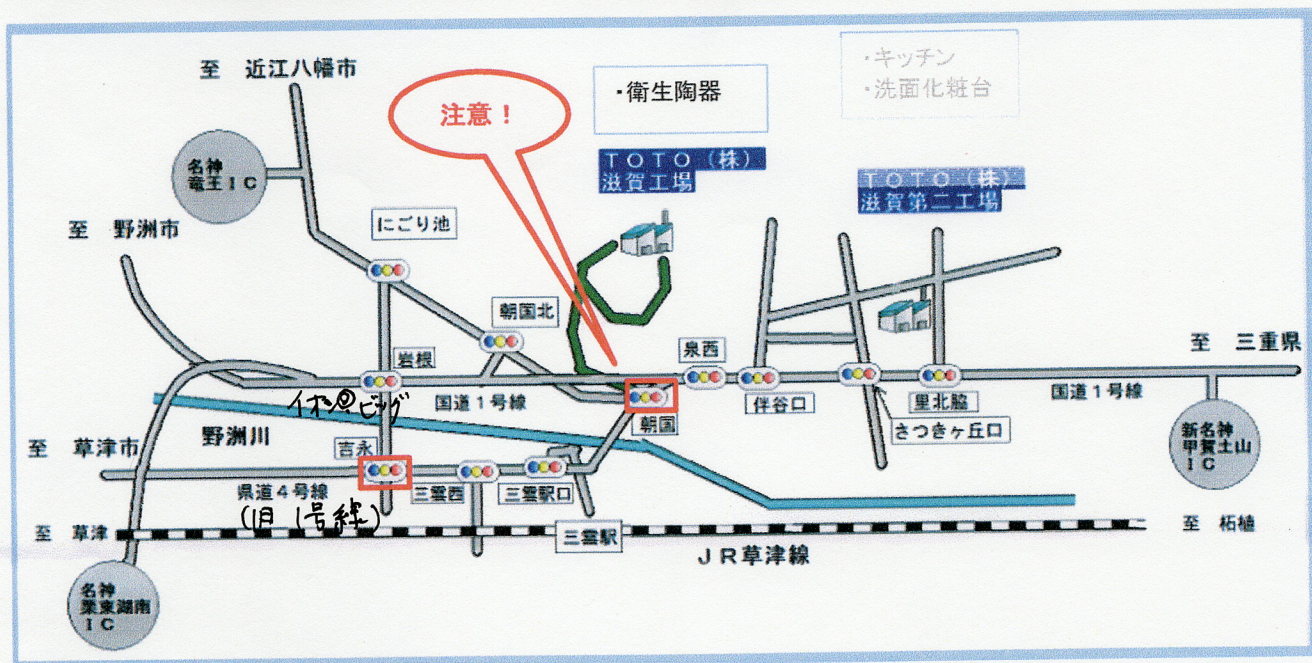
8. 締 切 日：令和 6 年 8 月 29 日 (木曜日)

【必須】学区名とお名前、交通手段、連絡用の携帯番号、参加人数をご連絡下さい

# TOTO滋賀工場 案内図

滋賀県湖南市朝国1番地

TEL : 0748-72-1151

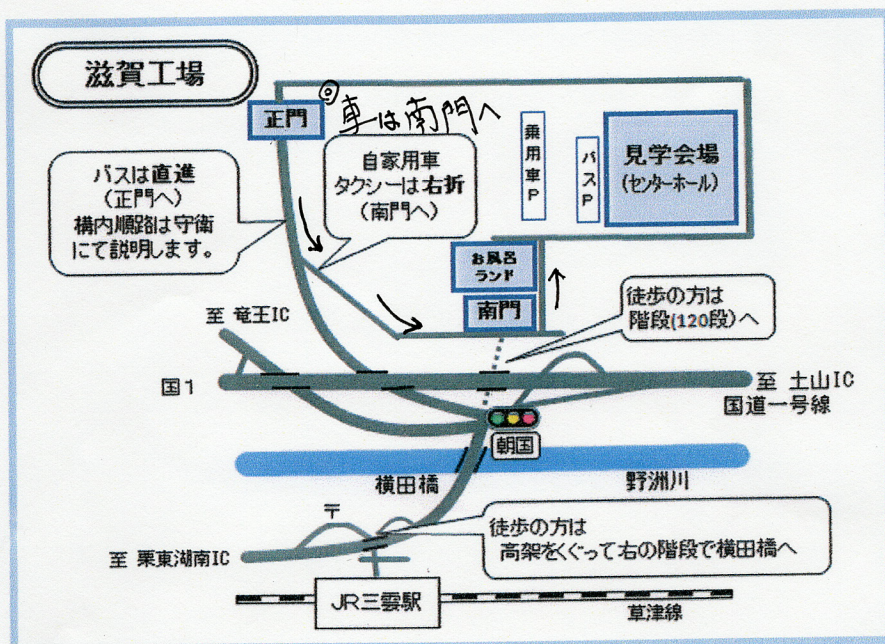


注意：国道1号線(高架)からは工場へ入れません。「朝国」交差点経由でお越しください。

大型車は「朝国北」交差点経由で工場へ鋭角左折できません。県道4号線「吉永」交差点経由でお越しください。

※2016/4より 石部大橋～三雲西は国道1号線→県道4号線に変更になりました。

## 工場周辺拡大図



### ★お車でご来場の場合

- ・名神栗東湖南ICより県道4号線を甲賀市・名古屋方面へ
- ・名神竜王ICより県道13号線 経由 県道4号線を甲賀市・名古屋方面へ
- ・新名神甲賀土山ICより国道1号線を湖南市方面へ

約11km

約12km

約17km

### ★公共交通機関でご来場の場合

JR琵琶湖線草津駅でJR草津線に乗換え、「三雲駅」下車

### ★タクシーの場合

- ・JR三雲駅(北口)からTOTO滋賀工場まで 約 5分

### ★徒歩の場合

JR三雲駅(北口)からTOTO滋賀工場まで 約15分

令和6年8月26日

レイカディア大学同窓会  
草津・栗東支部 会員の皆様

支部長 小石 秀司

## 44期新会員歓迎説明会および懇親会のご案内

新秋の候、皆様におかれましてはご健勝のこととお慶び申し上げます。  
さて、下記の通り新入会員への歓迎説明会および懇親会を開催させていただきます。会員の皆様、理事会・事務局の皆様ご参加いただきますようよろしくお願い申し上げます。

### 記

#### 1. 説明会

日 時：令和6年10月4日（金）9：45～12：00（受付9：30開始）

場 所：キラリエ草津 502 会議室

草津市大路2丁目1-35 （077-561-7700）

（JR草津駅東口から国道1号線に向かって徒歩3分）

内 容：同窓会の概要説明および各事業部会長からの活動内容の説明。質疑応答など。

#### 2. 懇親会

日 時：令和6年10月4日（金）12：10～14：00

場 所：近江スエヒロ本店

草津市大路3丁目1-39 （077-562-3651）

（キラリエ草津から国道1号線に向かって徒歩10分）

参加費：4,000 円

\* 懇親会でビールなどのアルコール飲料を召し上がる方は、車での来場はご遠慮ください。公共交通機関をご利用ください。

ご参加いただける方は、**令和6年9月10日（火）**までに下記の申し込み先までお申し込みください。準備の都合がありますので、お早めをお願いします。

参加申込先 吉岡 通雄 携 帯：090-5362-8444

メール：mchio.017801y1216@gmail.com

# 健康スポレク部会からのご案内

## ノルディックウォーキング体験会と実技



日 時：10月3日（木） 13：00～15：00

場 所：草津川跡地公園「de 愛ひろば」にぎわい活動棟（駐車料金 4h 無料）  
（草津市大路 2 丁目 4-1 ☎077-562-5010 にぎわい活動棟）  
にぎわい活動棟内「教養室」13：00 集合、教室内で簡単な講習  
※雨天の場合は、にぎわい活動棟内「教養室」にて講習会を行います

持 物：飲み物、歩きやすい靴、動きやすい服装、ポール（無い方は準備します）

参 加：会員、家族、知人、在校生（参加費ナシ）

申込連絡先：中橋民男 090-3038-4523 メール minato3139@yahoo.co.jp

締 切 日：9月30日（月）ポール準備の為

内 容：準備運動と歩くスタイルの講習後「de 愛ひろば」周辺を約 2km ウォーキング

## ノルディックウォーキングで期待できる効果

- ◆ ポールを使って歩くノルディックウォーキングは全身の筋肉を使う上バランス性も向上するので最も安全で効率の良い有酸素性運動を行うことができる。
- ◆ ノルディックウォーキングは身体全体の約 90%の筋肉を活動させる全身運動となるため通常のウォーキングと比較すると運動効率を約 20%アップさせることができる。
- ◆ ポールがバランス維持をサポートするので転倒防止又、ポールを突くことで 30%の体重軽減効果があり、関節や膝への負担が軽減される。良い姿勢、綺麗な歩き方になる。

# 秋季グラウンドゴルフ大会のお知らせ

日 時：10月24日（木）受付 13：00 13：30 スタート

予 備 日：10月31日（木）

場 所：帰帆島 G ゴルフ場 草津市矢橋町 2108 ☎ 077-566-3774

参 加 費：会員 500 円 会員外 600 円

参加資格：会員、家族、在校生、知人

持 ち 物：飲み物、用具（無い方は申込み時連絡をお願いします）

連 絡 先：青木勇 携帯：080-1045-8643 メール：[isam1956san@gmail.com](mailto:isam1956san@gmail.com)

締 切 日：10月19日（土）

◆ 会員の皆様、特に女性会員の皆様のご参加お待ちしております

※前日の降水確率 60%または警報が出たときは中止



和6年8月吉日

滋賀県レイカディア大学同窓会  
草津・栗東支部 会員各位

草津・栗東支部長 小石秀司  
地域活動部会長 藪 健治

### びわ湖岸清掃活動への参加のご案内

同窓会本部が平成30年から取り組んでいる「美しい湖国をつくる会」の活動の一環として、今年も全支部でびわ湖の清掃活動を行うことになりました。草津・栗東支部では新会員を迎え10月30日(水)に、下記の通り、昨年実施した場所である帰帆島対岸の矢橋町湖岸で清掃活動(ゴミ拾い)を行うことといたしました。当日が雨の場合には翌日10月31日(木)に実施します。

日頃支部の活動にあまり参加されていない方も、支部全員で行なう活動ですし、会員相互の交流と親睦のよい機会として、積極的に参加いただきたくお願いいたします。この清掃活動では、草津・栗東支部のビブスを着用する予定をしており、レイカディア大学の知名度の向上にも寄与することになります。皆様それぞれ何かとお忙しいと思いますが、日程調整のうえ、当日のご参加をよろしくお願いいたします。

#### － 記 －

|       |                                                                                                 |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 清掃場所  | 矢橋町の湖岸（帰帆島キャンプ場の対面）                                                                             |
| 日時    | 令和6年10月30日（水）、8：45～11：30<br><b>当日朝7時のNHK天気予報で午前中に雨の予報があれば翌日31日（木）に延期します。10月31日も雨であれば中止とします。</b> |
| 集合場所  | 帰帆島 大駐車場（8時45分までに集合）<br>大駐車場から作業現場までは5人又は4人一組で乗り合い車で移動<br>（乗り合いの車については当日朝に書面で案内予定）              |
| 作業内容  | 矢橋町湖岸周辺でのゴミ拾い                                                                                   |
| 持参する物 | ゴミを掴む長ハサミ（軍手とゴミ袋は用意しています。）<br>長ハサミがない方には当日現場でお渡しします。                                            |
| 服装と靴  | <b>作業ができる服装と靴（長靴ある人は長靴）</b>                                                                     |

参加いただける方は、10月25日までに学区理事もしくは地域活動部会長、藪あて、メールまたは携帯電話で連絡をお願いします。出来るだけ参加いただくようお願いします。  
地域活動部会長：メールアドレス yabukenji63@yahoo.co.jp

携帯電話 080-4152-1014

以上

# 草津市 ボランティア

募集人数

1000人

運営ボランティア / 広報ボランティア

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ草津市実行委員会

草津市公認マスコット  
キャラクター「たび丸」

Q

## 国スポ ボランティアってどんなことをするの？

2025年開催の「わたSHIGA輝く国スポ」に向けての準備や大会運営の補助、PRイベントで両大会の楽しさや魅力の発信などの活動をしていただきます！ 全国から訪れる方々を、心のおもったおもてなしでお迎えし、全ての人が輝ける大会にしましょう。



### 受付/案内

競技会場での  
受付や案内、  
資料配布など

### おもてなし

休憩所等の運営補助  
弁当配布や空き箱の  
回収補助 など  
おもてなしに  
関することの補助



### 広報ボランティア

各種イベントのPR活動  
イベント会場などでの写真  
映像の撮影記録  
実行委員会SNSアカウント  
のフォローや情報発信など

その他に、

会場整理・美化ボランティア・駐車場案内などのボランティアもあります。

詳しくは わたSHIGA輝く国スポ・障スポ草津市実行委員会のホームページをチェック！



Q

## どんな人が応募できるの？

中学生以上（中学生は保護者の同意が必要です）草津市に在住、在勤、通学している個人または、本市に活動拠点がある団体。

参加すると  
イイこといっぱい！ 4年ぶりの  
滋賀県開催に  
関わる  
チャンス！  
地域の  
つながり！  
やりがいがある！



草津・栗東支部専用  
申し込み  
/問合せ先

草津・栗東支部 支部長 小石秀司

電話：080-6165-5050

E\_mail: shuji.koishi@gmail.com

