



YUMEGAOKA0606

ゆめが丘HP

ゆめが丘

令和8年度 通常総会のご報告

4月17日(金)、ゆめが丘地区市民センターにてゆめが丘地区住民自治協議会通常総会が開催されました。

議長に2丁目自治会長を選出し、以下の議案について審議が行われました。審議の結果、すべての議案が全会一致で可決・承認されたことをここにご報告いたします。

今年度も「住みよいまちづくり」のため、役員一同邁進してまいりますので、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

議案第1号： 令和7年度 事業報告及び決算報告

議案第2号： 令和8年度 事業計画案及び予算案

議案第3号： 令和8年度 運営体制



新年度のスタートにあたって

紫陽花が色づき始め、爽やかな風が心地よい季節となりました。日頃より自治協議会の活動にご理解とご協力を賜り、有難うございます。

先日開催致しました令和8年度通常総会に於いて、すべての議案を無事に承認頂きましたので、ご報告致します。

今年度は、ゆめが丘サロンの行事がスタートしました。地域の皆様が気軽に集まり楽しく交流できる場所として、これからも育くんで行きたいと思えます。

また、夏の恒例行事ゆめが丘納涼祭は、8月29日(土)に開催予定です。地域の大切な交流の場として、世代を超えて楽しんで頂けるよう準備を進めてまいります。

今年度も、環境美化や防災への取り組みを強化していきます。安全で安心、そしてきれいな街を守るため、役員一同尽力してまいりますので、何卒宜しくお願い申し上げます。

代表理事 谷口 みどり

ゆめが丘サロン開催しました

4月8日（水）、第1回目となる「ゆめが丘サロン」を開催。今回はヤクルトから講師の方をお招きし、「お腹の健康」をテーマにお話ししていただきました。

講座では、健やかな毎日のために欠かせない食事内容の大切さや、加齢にともなう腸内細菌の変化について詳しく解説。腸の調子を整えてくれる食品の紹介など、クイズを交えながら楽しく学ぶことができ、あっという間の1時間でした。

参加者からは「食事の工夫で腸内環境が変わることが勉強になった」といった声も聞かれ、自身の健康を見直す良いきっかけとなりました。



休憩時間は宅配
専用のヤクルトを
試飲しました☆



参加者13名
太極拳が初めての人も楽しく体験できました



好評につきサークルとして
健康太極拳をはじめます

日時 8月7日10時～11時半
参加費 500円
会場 ゆめが丘地区市民センター
問合せ ゆめが丘地区市民センターまで

ゆめが丘地区市民センター
☎21-7055
(月～金9:00～17:00)
info@yumegaoka.jp

ようめいじはちだんにしき

5月のゆめが丘サロンでは、楊名時八段錦太極拳師範をお招きし、初心者でも取り組みやすい「健康太極拳」を開催しました。

ゆったりした動きは体幹やバランス感覚を養うのに最適で、参加者の皆さんはご自身のペースでじっくりと体を動かし、「体がポカポカ温まった」「普段使わない筋肉が伸びて気持ちよかった」と、清々しい汗を流されていました。

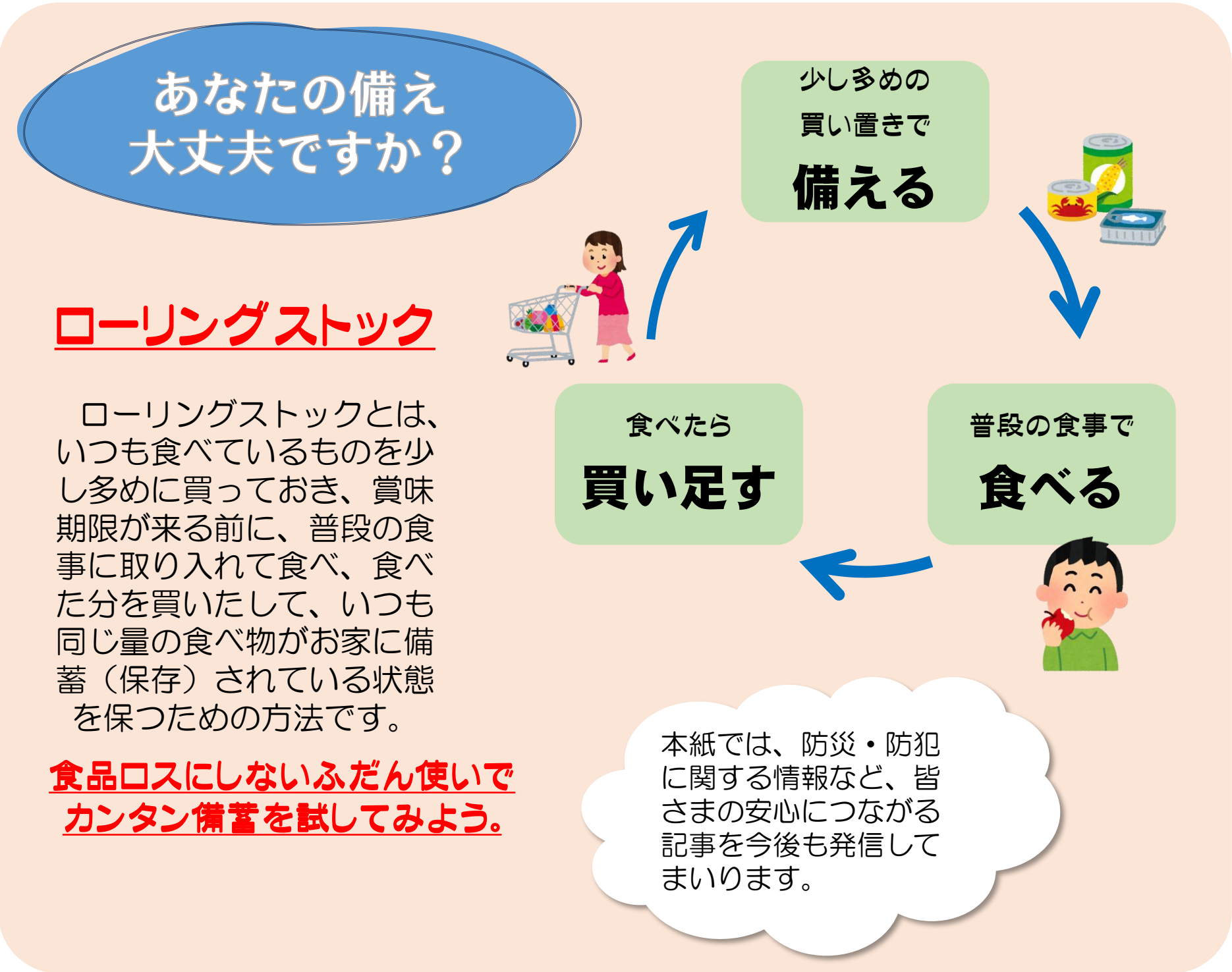
心身ともにリラックスできる、穏やかで充実したひとときとなりました。



次回ゆめが丘サロン6月3日(水)10:30～

ヤクルト健康教室『熱中症のお話』です ✨

ゆめが丘サロン スケジュール		
ヤクルト健康教室	6月 3日 (水) 10時半～12時	これからの季節に欠かせない「 熱中症 」がテーマです。
ヤクルト健康教室	7月1日 (水) 10時半～12時	健康の基本である「 睡眠 」のお話です。
ヤクルト健康教室	8月5日 (水) 10時半～12時	私たちの体を守る「 免疫 」についてお話を聞きます。
防災のお話	9月2日 (水) 10時半～12時	「 もしもに備える！ 」 おいしい防災食の試食と防災のお話です。 協力：伊賀市防災危機対策局
詳細		会 場 ゆめが丘地区市民センター 申 込 開催日前日までに連絡をください 連絡先 ゆめが丘地区市民センター (月～金 9：00～17：00) ☎21-7055 ✉info@yumegaoka.jp



6月	1 	2 	3 	4 	5	6
7	8 	9 	10 	11 	12	13
14	15 	16 	17	18 	19   	20
21	22 	23 	24	25 	26	27
28	29 	30	ごみの分別に迷ったときは、伊賀市の「ごみアプリ」が便利です。 市ホームページから「ごみアプリ」と検索し、ご活用ください。			

-  ペットボトル
-  アルミ缶
-  埋立ごみ
-  廃食用油
-  紙・布類
-  可燃ごみ
-  硬プラ・革製品類
-  容器包装プラスチック
-  びん類
-  金属類

7月			1 	2 	3 	4
5	6 	7 	8 	9 	10	11
12	13 	14 	15 	16 	17   	18
19	20 	21	22 	23 	24	25
26	27 	28	29	30 	31 	