



好きやねん湖東

湖東地区 まちづくり情報誌 第52号

湖東中学校の各クラブの新学期を紹介します！

部の名称  
部長の名前  
部員数  
今年の目標



＜野球部＞  
西堀 慎紀  
(にしほり まさき)  
27人  
みんながひとつになって勝ち進めるチームを作り上げる



＜バレーボール部＞  
俣野 結衣  
(またの ゆい)  
12人  
楽しくプレーして、県大会に行く！



＜バスケットボール部＞  
上嶋 今日子  
(うえしま きょうこ)  
8人  
ブロック大会で、まず優勝！！



＜剣道部 男子＞  
谷田 隆治  
(たにだ りゅうじ)  
8人  
県大会1勝



＜剣道部 女子＞  
本持 美里  
(もともち みさと)  
5人  
県大会出場



＜柔道部＞  
松野 聖斗  
(まつの まさと)  
10人  
団体で近畿出場！



＜卓球部 男子＞  
西澤 知秀  
(にしざわ ともひで)  
17人  
県大会で2勝すること



＜卓球部 女子＞  
中嶋 真奈海  
(なかじま まなみ)  
11人  
県大会ベスト4に入ること



＜ブラスバンド部＞  
辰巳 綾栄  
(たつみ あやえ)  
21人  
関西大会出場！！

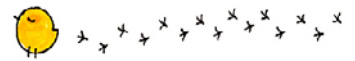


＜テニス部＞  
猪田 加奈  
(いのだ かな)  
17人  
団体、個人戦ともに県大会に出場することです



＜サッカー部＞  
廣田 優  
(ひろた ゆう)  
15人  
目標は県大会出場です





東近江市では、昨年度から「この5、6年、国民健康保険加入者で、市の健診等が未受診者の方へ健診等を勧めに訪問しましょう」ということで、事務職員と保健師のペアが、対象者の訪問活動をされています。

そこで、昨年11月に訪問を受け、今年受診された結果乳がんが見つかった、青西 直美 さん(中一色町在住)が、健康推進課の小林由美さんのところにお礼に訪れられた時にお話をうかがいました。

**青西:** 小林さんに、訪問して頂いたおかげで、3ミリ大の初期の乳がんが見つかり、8月に前日・手術・術後1週間の9日の入院で帰って来ました。もし、訪問も無く、今後も受診してなかったら、「10年はもたなかった」と先生に言われました。本当にありがとうございました。

**小林:** 皆さん、具合が悪くなったら病院へ行けばいいと、健(検)診を受けられません。具合が悪くなってからでは遅く、時間もお金も、体にも大きな負担がかかります。そのようなことになる前に、また、悪くても早期発見できるように、受診を勧めています。本当に、受診していただけて良かったと思っています。

**青西:** 私は、受診を勧めていただいたおかげで命拾いをしました。がんになった私は、がんと告知された時のショックもわかっています。同じ立場になられた方の不安や恐怖と一緒に受け止めるお手伝いができたらいいと思います。だから、がんであることを公表させていただきました。私が公表することによって、一人でも多くの方が、「がん検診に行かなければ」と思っていたら幸いです。

**小林:** 一度受診をしていただくと、リピーターも増えます。そうすると、青西さんみたいに、がんが初期で見つかり、助かる方がいらっしゃる。そのことが、私たちの成果とモチベーションを上げてくれます。青西さんの活動が、人を助ける第一歩になると思います。私たちも頑張りますので青西さんも頑張ってくださいね。

1時間半ほどの対談でしたが、すごくいいお話を、お二人から聞かせていただきました。ほんの少ししか載せられないのが残念です。

もし、青西さんの話を聞いてみたいと思われる方は、まち協事務局までご連絡をお願いします。

最後に、『自分に限ってなるわけない』はありません。人任せでなく、自分の体は自分で守るということで、毎年健(検)診を受けましょう！ (Hiroko)



## まち協だより

## ダンボールコンポスト知っていますか？

ダンボールコンポストというのは、ダンボール箱を使って作る堆肥(コンポスト)のことです。

いい堆肥作りに必要なことは、水分と酸素と栄養のバランスをうまく取ることだそうです。この水分と酸素の調整を上手にしてくれるのがダンボールということで、最近では各地で講習会なども開かれ、徐々に広まってきています。

台所から出る生ゴミを可燃ゴミとして捨てるのは、もったいない。これを肥料として土に返せば、また元気な野菜やきれいな花として還ってきます。

もちろん、畑に埋め込んだり、設置型コンポストでリサイクルをされる家庭も多いと思います。

このダンボールコンポストの良い所は、ベランダでも可能な手軽さです。コンパクトなので、空気を混ぜる作業(切り返し)も移植ゴテひとつで簡単です。

なお、気になる臭いですが、これが意外に大丈夫です。確かに魚など入れた当初は臭いが発生しますが、微生物の分解活動が活発になりダンボール内の温度が上昇して、2、3日経過するとすっかり臭いが消えています。最終的には大きな鯛の頭もすっかり分解されてしまいます。どんどんゴミを入れているのに、量がほとんど増えず、形も無くなっていくのを見ると、「微生物君、頑張ってるね!」と思わず声をかけたりします。

ぜひ、皆さんも挑戦してください。なお、詳しくは、まち協事務局までお問い合わせください。(By Yhoko)

<ダンボールコンポストに必要な準備物>

- ・みかん箱位のダンボール箱
- ・ピートモス 15リットル
- ・もみ殻くん炭 10リットル
- ・箱を載せて置く通気性のいい台
- ・箱にかぶせる虫除けキャップ



ダンボールコンポストの中の様子



ダンボールコンポストの外観

## 「新型インフルエンザ」にご用心

### 城 頭 医師に聞く



今年の秋から冬にかけて、新型インフルエンザが大流行するのではないかと心配されています。そこで、城医院の 城 頭 先生に、その対策についてお聞きしました。

Q：まず、**新型インフルエンザにかからないためには**、どのようなことに気をつければよいのでしょうか。

城：基本的なことですが、規則正しい生活やバランスのよい食事をとることによって、インフルエンザにかかりにくい、発病しにくい体力をつけておくことが大切です。

次に、なるべく人混みのような所は避けることですが、**人混みや電車の中などではマスクをした方が安全**です。

そして、**外から帰ったら**、石けんや消毒液を使って流水でしっかり手を洗うこと、こまめにうがいをすることが大切です。

Q：もし、せきが出たり、発熱したりして、**インフルエンザにかかったかな**、と思った時は、どのようにすればよいのでしょうか。

城：まず休養して、心配な時は、**かかりつけの医師や診療施設に電話をして症状を説明し相談**してください。そして、医師の指導に従って、必要な場合は診察を受けてください。

Q：**新型インフルエンザであると診断された場合には**、どうすればよいのでしょうか。

城：安静にして、**医師の指示に従って治療**することが一番大切ですが、**周囲への感染を防ぐ**ようにする必要があります。職場や学校は、医師の指示があるまで休むこと。また、**家族への感染を防ぐためには、家族の全員がマスク**をする。

できれば**別の部屋で休む、タオルや食器をいっしょに使わない**、

などの注意が必要です。 (By Nomura)

## 自治会紹介



### 中岸本町

戸数 36戸



中岸本町は、愛知川沿いの旧八日市市、愛東町に接した戸数36戸の小さな集落です。

当地区でも少子高齢化は顕著で、青年会も人員不足から活動も困難な状態が続いています。

そんな中、全住民が参加するのが7月に実施している夏祭りです。当日は、朝から粗大ごみの回収、午前中は夏の清掃活動と忙しいですが、例年の催しであり、皆さん楽しみにしておられます。焼きそば、焼き鳥、かき氷、生ビール等すべて無料で食べ放題となっています。

昨年からはビンゴゲームを全員で実施しており、粗品ですが景品も用意しています。今年の1等賞は、たまたま参加したオーストラリアからの留学生が獲得し、小さな村も、ちょっとした国際化で大いに盛り上がりました。

今後も、小さな集落ですが、山椒は小粒で・・・と言われるような町づくりを全員がめざしています。

(自治会長 小西 博次)

### 小田苅町

戸数 276戸



小田苅町は、「小田苅は 緑いっぱい 夢いっぱい」を環境標語に、環境保全として用水路漏水防止工事を小田苅町民の手で実施し、自分たちの水路は自分たちで保全し、いつまでも良い状態を維持しています。

また、環境の一環として廃油回収BOXを新公民館前に設置し、福祉推進委員さんとともに開催する、お年寄りとの「あったかサロン」の開催日に町民の皆さんからの廃油を回収しております。(次回の廃油回収・あったかサロン開催予定日は11月29日(日)です。)

ここで集めた廃油は、来年度のコトナリエの時にバイオディーゼル燃料の原料として活かしてもらい、水路と同じように自分たちの環境を守ろうと努めております。

これからも地域の皆さんに住みよい町づくりを推進していきます。(Y. N)



“ヘアサロン タニダ” に嫁いでこられた、悦子 さん。(写真 右)  
3年前から、エステサロン **Createur** (クレアトゥール) を旦那様のお母さんと一緒に営業されています。

高校生のときに通っていた美容師の方に憧れて、お客さんに認めてもらえる、ヘア、着付け、メイクもできる美容師を目標に、美容室に勤めながら通信制の学校に通い美容師免許を取得されました。

「自分の子どもの七五三の着付け、ヘア、メイクをしたいと思っていたことが叶いました。今から、成人式が楽しみです」と、笑顔で話してくれました。

頑張り屋さんらしく、次は理容師の免許取得を目標に勉強し、現在、国家試験の結果待ちです。家族みんなが協力してくれたおかげで、学校にも通え、仕事もできて、とても幸せに、感じているそうです。

夢は?と聞くと、「ヘアサロン タニダ」や「クレアトゥール」では、カット、カラー、パーマ、まつげパーマ、エステ、永久脱毛など、老若男女問わずに色々なメニューを取り揃えています。ぜひ、たくさんの方にご来店していただいて、結婚のときは、ブライダルエステ、子どもができたなら子どもの着付けをしてと… お客様とずっと関わっていけたらいいですね。お客様が美しくなってもらえる姿を見るのは、最高に嬉しく思います(\*^\_^\*)。これからも、皆さんが喜んでいただける技術を提供するために、努力していきたいです!!」

私はこの日、フォトエステを体験しました。毛穴洗浄でお肌の汚れも取れて赤ちゃんみたいに、「ぷるぷる」「つるつる」になり、更に、リフトアップで小顔にもなりました。Createurは、“ヘアサロン タニダ”の中にありますが、入ってすぐにドアがあり、別の空間でエステをしていただけます。着替えも用意してあるので、どんな格好で来てもらっても大丈夫ですよ。(by atsuko)



**Createur** 完全予約制 open: 10:00 close: 18:00 (定休日: 月曜、第1火曜、第3日曜)  
東近江市平柳町 610 (ヘアサロン タニダ 内 別室) tel 0749-45-3182

# ぐるっと友達の輪!

## 今井 ひとみ さん (湖東ニュータウン)

これって、食べられるのですか?

「ダメですよ。石けんですよ(^^)」って、石けん(本当に?)を手にした私に笑顔で話すのは、今井 ひとみ さんです。

ひとみ さんの家族構成は、ご主人と長男(小学2年生)の3人家族で、平成14年に湖東ニュータウンへ入居してきました。団地の近くには、コンビニ、図書館、医療機関などが揃っていることから、生活環境には大変満足しているそうです。

そんな彼女が、無添加のマルセイユ石けんを作り始めたのは、今年に入ってからのことでした。以前から無添加の物に興味を持っていて、化粧水から乳液、パックに至るまで全て手作りだそうです。石けん作りは、教室に参加して学び、今では、月に約15個を作ります。

材料となるオイルは、オリーブ、ココナッツ、パームオイルなどを使用し、防腐剤は一切使用しないそうです。

「大きな病気を経験してから、特に健康に気をつけるようになりました。可能な限り、体に悪いといわれるものは摂りたくないし、また子どもにも、手作りですから安全な物を確実に与えることができます」と、無添加へのこだわりを話す。

この『無添加石けん』は、横溝出屋敷の美容室「アークラ シェル」または、ひとみ さんの自宅で購入できるので、興味のある方は、ぜひお試しください。

最後に、“まつ毛パーマも、やっていますのでよろしくっ(〇)”ってことでした。(by K.N)



無添加 石けん

### <編集・発行>

湖東地区まちづくり協議会  
(事務局)

〒527-0113 東近江市池庄町 505 番地  
東近江市 湖東支所 地或振興課内  
TEL 45-3702 FAX 45-1570 IP 050-5801-3702  
http://members.e-omi.ne.jp/suki-koto/

<<お便りはこちらまで>> suki-koto@e-omi.ne.jp

### クイズだよ!

<問題> 小田町町の戸数は?

- ① 246戸
- ② 276戸

正解者には、Createurから「エステの割引きクーポン券」を5名の方にプレゼントします。

応募方法: 官製はがき、FAXまたはメールで、答えと、あなたの住所、氏名、電話番号、感想を記入の上事務局までお送り下さい。

締め切り: 11月10日(火) 必着