

好人物人 湖東

広報



No. 165
2019. 3.



湖東ひばい幼稚園で
豆まき

～ まち協だより ～

～福結びプロジェクト～ 「一夜限りの男磨き塾」開催

「出会った時の第一印象がとても大切です」
「お相手と話している時、笑顔で楽しそうにお話できていますか？」
2月16日(土)午後6時から八日市ロイヤルホテルにて、湖東まち協 福結びプロジェクト主催で、結婚を志しステップアップを目指す男性対象に『一夜限りの男磨き塾』を開催しました。

八日市ロイヤルホテル ブライダルマネージャーの石原利康さんを講師に迎え、体験や現状に基づきわかりやすく実践しやすいお話をさせていただきました。女性とどんな話をすればいいかわからない、出会いの機会が無い等々、人それぞれ結婚に向けて悩みは様々。

相手の話に興味を持って聞く。清潔感やマナーが重要。結婚に関してだけでなく人間関係全てにおいて通じることであると痛感した一夜でした。参加者の願いが叶う事を願っています。
(Naomi)



～ 防災コミュニティ部会 ～

食いしん防災隊が行く

春になると食欲もすくすくと伸びてくる食いしん防災隊です。久しぶりの中ページ復帰！カットされないことを祈りましょう。

2月には、防災ネットワークの第二小と支所ブロックの会議が、それぞれ行われました。3月には、第一小ブロックと、今年度の締めくくりとなる役員の方の会議も開かれます。詳しくはHPをご覧くださいとして、防災ネットが生まれてこの1年、這い這いから立ち上がろうとしているところです。次年度は歩き始めることになるでしょう。どうかあたたかく見守ってくださいね。各自自治会がどのブロックに属するかは次号掲載します。



第二小ブロック会議

ああっ、いつになくキレイにまとまってしまった…。物足りないと思う人はぜひ HP へ！

(Akipyon)

～福祉部会～

「ひとり暮らしのつどい」開催

2月27日(水)午前10時から午後2時まで、湖東地区社会福祉協議会事業として、湖東コミセン別館で湖東地区在住の方を対象にした『ひとり暮らしのつどい』がありました。この日は26名の方が参加されました。



ひばり幼稚園くま組の園児との交流や、三友会の皆さんの「懐メロ・歌謡ショー」などを楽しまれました。

初めて参加された方は「幼稚園の皆さんの歌をきいていたら涙がでました。催し物も良く、お昼もおいしかったです。いつもは、一人で簡単にすましていたので、有難かったです。男性の参加が多いのも良いことだと思いました」と感想をいただきました。ボランティアグループ『たんぽぽ』さんによる昼食、まちカフェによるコーヒーのサービスなど盛りだくさんの内容に感謝されていました。



スタッフの方は、「参加者の皆さんから『ごちそうさまでした。ありがとうね。ご苦労さんやったね』と笑顔で声をかけてもらい、また来年も楽しいつどいの場を設けたい」と話されました。

(Piroko)

～ まちカフェ ～ コーヒー飲んで、ひと息つきませんか

まちカフェの中でこんな話が出ました。「娘が孫をしかる姿を見て、『そんなしかり方したら、子どもが怖がっているやないか』と注意しました。すると娘に『お母さんも私と同じ事をしてきた』と言われ、ハッとしました。子どもに上手に接する方法はないかな……」と。その時、『しかり方について』きちんと学んだことがないことに気づきました。そこで、お父さん、お母さんはもちろん、おじいちゃん、おばあちゃんが子育てについて学ぶこと(ヒントをもらうこと)はとても大事なことではないかと思い、まちカフェで講座を開くことになりました。昨年度から小学校や自宅で子育て講座やお話し会をされている板倉元(いたくらはじめ)さんに来ていただき、5月13日(月)、10月7日(月)、2月28日(金)の3回、【板倉さんの子育てプチ講座(子育てでイライラしないコツ等)】を開講します。30分の講座で、お子さんの見守りもあります。ぜひご参加ください。

板倉元プロフィール：不登校支援相談員、「イライラしない子育て法」トレーナー、民生委員
自宅：0749-45-2897

「緊急なことでお悩みの時は、気軽に相談してください」

(FUKUDA)



ゴミ出しルールの変更について

燃えないゴミで出していたもの

- ・袋内が銀色の袋（スナック菓子の袋等）
- ・塩化ビニール（タマゴのパック等）
- ・アルミホイル
- ・使い捨てカイロ
- ・使い捨てライター
- ・ビデオテープ
- ・靴
- ・貝殻
- ・紙粘土
- ・乾燥剤
- ・ゴルフボール
- ・ゲームソフト



平成31年4月1日から
燃えるゴミ（可燃ごみ）となります。

- 燃えるゴミは中部清掃組合のゴミ袋（緑色）に入れて、ゴミ集積所に出してください。
- 袋に入れるゴミの大きさは50cm未満です。
- 使い捨てライターは燃料を使いきって、使い捨てカイロは使用後冷えた状態で出してください。
- リバースセンターのゴミ袋は31年6月末まで使えます。



中部清掃組合の燃えるゴミ袋

【お問合せ先】 東近江市役所 廃棄物対策課 TEL 0748-24-5636 | P 050-5801-5636
湖東支所 TEL 0749-45-0511 | P 050-5801-0511

～ BIWA-TEKU アプリ登録会を開催します ～

【BIWA-TEKU】とは、スマートフォン健康推進アプリです。

「ウォーキングをしたいけど、どこを歩けばいいかわからない」「何か目的がないと面白くない」など、運動をはじめたいけどきっかけがなかった方におすすめです。アプリの様々な機能を活用し、1年間の貯めた健康ポイントは、翌年1月の賞品抽選に応募ができ、素敵な賞品がゲットできます。

4月26日（金）午前11時～12時、湖東コミセン別館で開催のまちカフェにて、東近江市保険年金課によるアプリ登録会をします。けん診を受診すると最大300ポイントがゲットできるなど、効率の良いポイントの貯め方を知りたい方、興味のある方はスマートフォンをご持参のうえぜひご参加ください。

なお、ご自分で登録してみようと思われる方は、下記のQRコードからダウンロードしていただけます。

こちらから
無料で
ダウンロード



BIWA-TEKU
公式サイトは
こちら



前回のアプリ登録会の様子

～ 診療所だより ～

「内視鏡検査と抗血栓薬」

みなさん、一定の年齢に達すると脳梗塞や狭心症を予防するための「血液をサラサラにする薬」を服用している人は多いのではないのでしょうか。多様な種類の薬剤が存在しますが、この稿では便宜上「抗血栓薬」と名称を統一させていただきます。

抗血栓薬を服用している人が内視鏡検査を受ける場合、以前は「何日か前から服用を中止してください」と指示するケースがほとんどでした。これは、検査後の消化管出血を予防するための対策ですが、休薬することにより脳梗塞や狭心症を発症するリスクが取り沙汰されるようになりました。近年では、通常の内視鏡検査や生検であれば抗血栓薬の休薬は不要であるとされています。ただし、入院して実施するような内視鏡的処置の場合には休薬が必要な場合があります。

今回述べた抗血栓薬休薬による血栓塞栓症もいわゆる医療事故に含まれますので、検査を受ける際にはしっかりと確認しておきましょう。

ありがとう
ございました！

広報 164 号で掲載しました【湖東道徳カルタ】ですが、たくさんの方に譲っていただきました。

ご協力
ありがとうございました。





'18 さざんか学習講座を振り返って (後篇)



パティシエに学ぶ本格スイーツ教室

あまりにも本格的、そして美味……
ああ今日もまたほっぺたが落ちて
しまう……



プラチナ教室

今回の野外学習は、滋賀の魅力
再発見!!近くて行けない?八幡堀の水
郷巡りと琵琶湖テラスに行きま
した。



歌う脳トレ♪

東岸先生の楽しい指導にみなさん
笑顔が絶えません。音楽に合わせて
歌ったり、身体を動かしたり、出来な
くてみなさん戸惑いますが、出来ない
ほうがいいんです!
脳を沢山使って、
脳がどんどん
若返っていく~!!



季節野菜おいしくクッキング!!

旬の野菜は美味しいだけでなく栄養
盛りだくさん!! 調理中も先生にたく
さん質問しながら、今年も笑いのたえ
ない教室になりました!



郷土探訪教室

「和食から伝統文化を考える」第2
弾となる今年度は、グレードアップし
た美味しい料理と、珍しい場所を訪れ
る旅に、みんな大満足でした。



コーラス教室

5周年記念のコンサートを開き
ました。大勢のお客さまに聴いて
いただけて、とても幸せでした。



三味線に挑戦

今年は初めて演奏会
のステージに立ちまし
た。日ごろの練習の成果
を発揮して、喜んでもら
えました。



ミラクルレディー教室

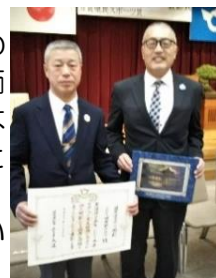


今年もいろいろなことに
チャレンジしました。写真は
色鮮やかなハーバリウム。
今年初めてのチョークアート
も体験して気分はもうミラ
クル!!

ことう健康夢クラブが滋賀県スポーツ顕彰受賞!

平成30年度滋賀県スポーツ顕彰功労者団体で当クラブ
が表彰されました。

平成17年設立以来、地道に地域の
スポーツ活動に取り組んできたのが評価
されました。松居チーフマネージャーは
「これをきっかけに会員さんはもと
より、他の方にも運動習慣を広めて、
健康な生活が送れるようにしていきたい
です」と話されました。



お知らせ掲示板



4月 さざんか学習講座

15・22日 (月) 19:30~ 三味線に挑戦
18日 (木) 13:30~ 書道教室



~2019 さざんか学習講座の受講生募集~

期間: 平成31年3月26日(火) ~4月12日(金)
時間: 午前9時~午後5時 場所: 湖東コミセン

詳細につきましては、

「2019年度 受講生募集チラシ」をご覧ください!

~4月のまちカフェ通信~

☆1回目...4月9日(火) 10時~12時

【めり絵喫茶】参加費200円
(ドリンク付き)



☆2回目...4月26日(金) 10時~12時

【笑顔で元気に体操しましょう】
参加費200円(ドリンク付き)



みんなでステップ体操をしたあと、
ビワテクのポイントを確認しましょう。

★場 所...湖東コミセン別館

※ドリンクを100円で提供しています。
お散歩の休憩やお友達とのおしゃべりにも、
気軽にお越しください。みなさまのお越しを
お待ちしております。

