

まち  
愛の田園だより



No.100  
元気なまちづくり情報誌  
2021.6

100号記念 2021年4月19日撮影  
愛東の風景 空撮：Kazuhiko Yamamoto

〒527-0157 東近江市下中野町431  
愛東地区まちづくり協議会 (IP) 0505-802-8614  
愛東コミュニティセンター (Tel) 0749-46-2267

(mail) machinet@e-omi.ne.jp  
(IP) 0505-801-2267

(mail) aito-k@e-omi.ne.jp

まち協FB



# 令和3年度 愛東地区自治会連合会の役員が決まりました

## 自治会連合会役員 (敬称略)

会 長：北坂町	吉岡 登
副 会 長：鯉江町	鯉江浅樹
理 事：百済寺町	藤田林三
理 事：妹 町	田村宏市
会計幹事：上山町	藤澤刃三郎
会計幹事：小倉町	北岡清悟

## 各町の自治会長 (敬称略)

平尾町：中田正樹	百済寺本町：野村忠男
園 町：脇坂慎介	愛 東 外町：安岡一繁
大覚寺町：丸山忠幸	青 山 町：藤川範秀
大林町：増本和嗣	曾 根 町：吉川重哉
市ヶ原町：藤關直也	中 戸 町：中村孝之
上中野町：権並靖剛	上 岸 本町：高橋譽之
下中野町：福永理文	梅 林 町：北川友徳
池之尻町：林 宏	大 萩 町：野瀬賀治

みなさま、一年間よろしくお願ひします。

4月17日(土)愛東地区自治会連合会総会及び第1回自治会長会議が愛東支所で開催され、令和3年度の役員が選出されました。1年間よろしくお願ひします。

愛東地区自治会連合会(自治連)では、愛東地区まちづくり協議会と連携しながら、行政と協働によるまちづくりの推進に努めてまいります。

**自治連事務局：東近江市愛東支所 Tel.46-0211 IP5801-0211**

# 令和3年度 愛東地区の主な各種団体等役員のご紹介 (敬称略)

## 愛東地区人権のまちづくり協議会

会長：岡田米陽 副会長：鈴木重史

## 愛東地区少年補導員

石森文和・西川太三治・藤澤 徹  
太田清蔵・田村京子・山本弘子

## 愛東地区スポーツ協会

会長：鯉江 貢 副会長：奥村 耕

## 愛東地区子ども会連合会

会長：藤関 徹 副会長：薫森弘充

## 愛東赤十字奉仕団

委員長：福澤ミヨ子  
副委員長：奥村典子・脇坂俊子

## 青少年育成市民会議愛東支部

支部長：野瀬隆行 副会長：藤澤 徹

## 更生保護女性会愛東分会

会長：中嶋きよ子  
副会長：山本厚子

## 愛東地区民生委員児童委員協議会

会長：辰己はる枝  
副会長：大澤栄三・平柳美恵子

## 愛東南小学校PTA

会長：田中大介 副会長：中西  
広樹・奥村美由紀

## 愛東地区社会福祉協議会

会長：密谷要一郎 副会長：山田和代

## 愛東北小学校PTA

会長：花本貴弘 副会長：福永  
真也・藤田 恵

## 愛東中学校PTA

会長：中嶋源二  
副会長：岸 智昭・山本和美

2021年5月12日現在の情報です

3月号から6月号にわたり、菜の花館で生産している地域特産品の『菜ばかり』をご紹介します。最終回の今回は、「菜ばかり」の特徴をご紹介します。

### 【主な取扱店】

菜の花館 / マーガレットステーション / あいとう直売館 / イオン  
近江八幡 / きてかーな…

### 【菜ばかりの成分】

- ・オレイン酸(悪玉コレステロールを下げる)
- ・天然ビタミンE(老化や成人病を予防する)
- ・ビタミンK(骨を強くする)

### 【特徴】

色…驚くほどの黄色さ!!!  
酸化しにくい / 香り豊か



使い方は自由自在!  
炒め物や揚げ物、ドレッシング感覚でそのままかけて召し上がるのも!

菜の花館だより

『菜ばかり』(菜たね油)ができるまで…

最終回

### 【比較】

市販の油と比較してみました!  
色の違いは一目瞭然!



市販の油



菜ばかり

市販の油	菜ばかり
無味無臭	香ばしい香り
抽出効率を高めるため、溶剤を使用し、少しでも多く抽出させる	圧搾のみの一番搾り
脱色工程あり	脱色工程なし
遺伝子組み換え原料を使用している場合あり	東近江市産菜種 100%使用

安価な原料の輸入や、効率性などの観点から、今では市販の透明な油が一般的になりました。しかし、菜ばかりは地域の菜種のみを使用し、昔ながらの製法で一本一本丁寧に搾った貴重な油です。ぜひこの地域で作られた油を、みなさんもお試しくささい。

菜ばかり製造の様子や、館内見学はいつでも可能ですので、お気軽にお越しくださいませ。(火曜 / 祝日は休館日)

# ～フレイルを予防しよう～

フレイルとは、「虚弱」のことを言います。加齢に伴い、体の機能の低下がおこり、「健康状態」と「要介護状態」の中間的な状態と言われます。



- ・体重が減っていませんか？
- ・筋力が落ちていませんか？
- ・いつも疲れていませんか？
- ・歩く速度が遅くなっていませんか？
- ・体を動かす力が低下していませんか？

でも大丈夫！



生活の質を見直して、少しでも生活習慣の改善を行えば  
フレイルの進行を  
予防できます。

## ★座っている時間を減らしましょう。自宅でできるちょっとした運動で、身体を守りましょう！

立ったり歩いたりする時間を増やすことも重要です。テレビのコマーシャルの合間に足ふみをするなど、体を動かしましょう。お天気の良い日は屋外など、開放された場所で身体を動かしましょう。

ウォーキングの前には、体のストレッチをされることをお勧めします。また、脚をしっかりあげて歩くことを意識しましょう。



## ★筋肉を維持しましょう。関節も固くならないように気を付けて！

ラジオ体操や足首回し、手を握ったり開いたりすることでも、筋肉の衰えを予防できます。ペットボトルの蓋が開けられますか。握力は上半身の筋肉量と比例します。



## ★お口を清潔に保ちましょう！しっかり噛んで、できれば毎日おしゃべりを！

毎食後と寝る前に歯を磨きましょう。歯をきれいに保つことは、病気を予防することに繋がります。

噛める人は意識して、少し噛み応えのある食材を選ぶことも大切です。お口の周りの筋肉を保ちましょう。1日3食しっかり噛んで食べましょう。



## ★三食欠かさず食べましょう！

身体（特に筋肉）を作る大切な栄養素である、たんぱく質（魚・肉・卵・豆腐など）をしっかりとることが大切です。食事の制限を受けている人は、かかりつけ医に相談しましょう。

## ★家族や友人との支え合いが大切です！

高齢者の方は、人との交流がとても大切です。外出しにくい今の状況こそ、意識して電話などを利用した交流をしましょう。ちょっとしたあいさつや会話も忘れずに。マスクの着用も忘れずに！

資料出典：一般社団法人日本老年医学会資料より引用

## ★パタカラ教室

最近「つまづきやすくなった」、「固い物が食べにくくなった」、「疲れやすくなった」等心身の機能の低下を感じている65歳以上の人を対象に実施します。内容は、運動機能の向上を中心に口腔機能向上、栄養改善、認知症の予防について学びます。詳細は「保健師の窓口」までお尋ねください。



### 【問合せ先】

東近江保健センター IP050-5801-5050  
☎0748-23-5050  
愛東支所保健師の窓口 IP050-5801-5621  
☎0749-46-2278



## 令和3年度 米寿記念写真展 を開催します

敬老の気持ちを育み、思いやりや地域を大切に思う心が育ち合うまちづくりを目的に、満88歳を迎える方々に米寿をお祝いする写真を撮影していただき、『米寿記念写真展』を開催します。

### 申込み/お問い合わせ

東近江市社会福祉協議会 愛東事務所  
住所 東近江市妹町 29  
電話 0749-46-2044 / IP 050-5802-2990



- 対象 昭和8年1月1日～12月31日生まれの方  
写真展での展示に同意いただける方のみ
- 撮影料金 5,000円  
申込書に添えて、社協窓口でお申し込みください。
- 撮影時期 7月下旬～
- 撮影場所 ご自宅、写真館スタジオ(指定)、市内の通所・入所施設、病院など
- 写真展 9月中旬～(予定)
- 申込締切 7月7日(水) 申込締切日以降は受付できません。

※コロナウイルスの状況等により、撮影をキャンセルさせていただく場合があります。

# COWCITY CLUB BAND

3月に行われた東近江大花火大会 IN 愛東で卒業生に向けてライブステージを行ってくれた「COWCITY CLUB BAND」彼らは愛東地区出身の岸川 倅平(vo.gt) 世良ジーン(gt)城 弘憲(ba)遼太郎(dr)による4人組バンド。今回は COWCITY CLUB BAND にインタビューをしました。

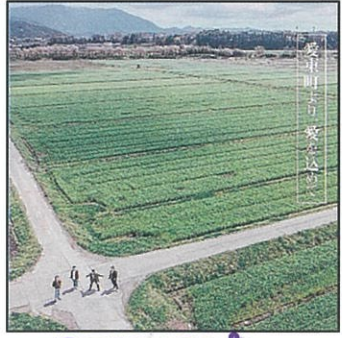


Q: 皆さんは、愛東中学校の文化祭が、観客の前での初めての演奏とお聞きしましたが、バンドをやろうと思ったきっかけと、そこからプロになれるまでのプロセスを、教えていただけませんか？



Q: バンド名の由来を教えてください。

A: 田舎を象徴する COW (牛) が、都市 (CITY) に出る様子を表し、田舎の挑戦を意味しています。CLUB BAND は、The Beatles の名盤「Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club Band」から引用しました。深夜のファミレスで決めたのですが、その日【ペー (vo.gt)】は大遅刻してきました。【城 (ba)】



Q: 今までバンドをしていて辛かったこと、また嬉しかったことを教えてください。

## Release ジャケット写真

A: 曲のアレンジがうまくいかなかったり、ライブでミスをしたりすると、やっぱり辛いです。でも、お客さんから、この曲よかったよとか、ライブかっこいいとか言ってもらえると、すごく励みになるし、嬉しいです。そして、このメンバーでバンド活動ができていくことが、なによりも嬉しいです。人生を賭けて夢を追えるメンバーと出会えて、本当に幸せです。【世良 (gt)】

## ♡愛東の子どもたちにメッセージをお願いします!!♡

僕はやりたいことが、なかなか見つかりませんでした。が、バンドをはじめて楽しく過ごせています。皆さんもやりたいことをたくさん見つけて、楽しく毎日を過ごしてほしいです。僕たちも頑張ります。一緒に頑張っていきましょう!!【遼太郎(dr)】

A: きっかけは中学校1年生の時、愛東コミュニティセンターで見たジェリー・ベーンズというバンドのライブです。以前から音楽に興味があったのですが、ライブを見るのはその日が初めてで、頭に電気が流れたような衝撃でした。それがきっかけでロックを始めたくてたまらなくなり、帰り道にひろ (ba) を誘ってとバンドを組みました。そのバンドが今も続いています。

初めてライブをした文化祭のステージや、夏祭りの特設ステージから、県内のライブハウスのステージへ。そして今は、全国のライブハウスのステージで演奏しています。立ち止まったり、振り出しに戻ったり、前に進めることばかりではなかったけど、何よりも僕はこのバンドが好きです。ずっと続けていきたいと思っています。そしていつか、もっと有名になったら愛東で大きな野外ライブをしたいです。その時、僕らのライブを見た誰かが、また音楽やバンドを始めたら、なんか素敵やな~と思います。【岸川(Vo.gt)】

Q: 愛東中学校時代はどんな学生でしたか？練習はどこでしていましたか？地元での練習エピソードがあれば教えてください。

A: 中学校の頃は、みんないかに、前髪を真っ直ぐストレートにできるか、ということに燃えていました。ヤンチャでもなく真面目でもなく、ただひたすらに前髪をアイロンで伸ばしていました。もちろんその生活の中には、ずっと音楽が流れていました。探せば探すほど見つけることができる、かっこいい音楽にドキドキワクワクしていました。バンドを組んでからは、せらっぴ (gt) の家にみんなで集まって、練習したり遊んだりしていました。当時ハマっていた遊びは人生ゲーム、ドラクエ、相撲、サッカーで、今思い出しても少し笑える、いい思い出です。【岸川(Vo.gt)】

Q: COWCITYCLUBAND さんの主な活動拠点はどちらですか？今後のライブ予定・活動を教えてください。

A: 滋賀県を中心に東京・大阪・名古屋を主な活動拠点とし、6月9日に1mini.album「愛東町より、愛を込めて」をリリース、レコ発イベントを東京で開催します。その後は、全国にツアーに出る予定です。

★今後のライブスケジュール★

6月9日	下北沢	SHELLTER
6月21日	大阪	2nd Line
6月24日	岡山	PEPPERLAND
6月25日	福岡	Queblick
7月18日	名古屋	R. A. D
8月1日	滋賀	B-FLAT

**TOPIC**



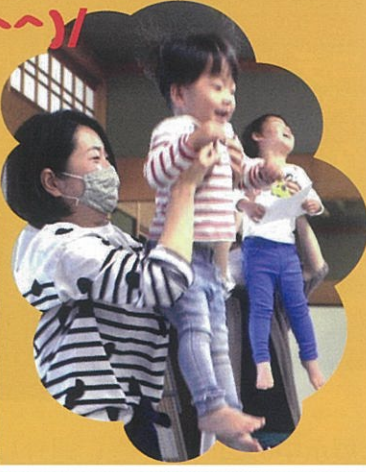
日本では、特別天然記念物です。国際的に「絶滅のおそれのある鳥」とされています。

**コウノトリが  
下中野町に  
やって来た!!**

投稿いただいたのは5月7日。下中野町に現れたのはきつと「コウノトリ」!! 驚きです。何日か前から餌を探しに来っていたようです。この地にとどまってくれるといいのになあ。因みに、平尾町にも餌を食べに来ているようです。

**リトミック教室が  
始まりました(^-^)**

親子の嬉しそうな笑顔が戻ってきました!! 楽しい時間を過ごしてくださいね(^-^♪



愛のまちクイズコーナー ♡ 愛のまちクイズコーナー ♡ 愛のまちクイズコーナー ♡ 愛のまちクイズコーナー ♡ 愛のまちクイズコーナー ♡ 愛のまちクイズコーナー

★100号記念は、青山町の『ぴっかりさん』のお食事招待券を4名様にプレゼント! 地元の食材を活かしたお料理と自家製調味料をたっぷり味わっていただけます。



★応募締切日6月6日(日)ハガキは当日消印有効、メールは締切日午後5時まで受付。上記以外は無効となりますご注意ください。

**6月号クイズ! 6月号の記事で下の3つの問いにお答えください。**

- ① 下中野町にやって来た特別天然記念物は?
- ② 愛東図書館が旧愛東支所から移転して何年になりますか?
- ③ 毎月掲載の「菜花の会 俳句」の中で、『辛夷』は何と読むでしょうか?

◇官製はがき、QRコードで、クイズの答えと**気に入った記事のご意見、ご感想**、お名前、ご住所、電話番号をご記入いただき、愛東地区まちづくり協議会までお願いします。

☆当選された4名の方に、「ぴっかりさんのお食事招待券」をプレゼント、その他ご応募いただいた方に粗品を進呈させていただきます。当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。☆5月号には18名の皆様からご応募いただきました。ありがとうございました。



クイズの応募はQRで簡単♪

**☆ (5月号への皆さまからのご感想)**

- ・3/27の花火大会に参加させていただいたのですが、とてもいい思い出になりました。コロナであまり思い出作りが出来なくて残念だなと思っていましたが、楽しい思い出が最後に作れてとてもうれしかったです。この花火大会を企画して下さいありがとうございました。(下中野町 女性)
- ・「こんにちは あいとうとしょかんです」いつも拝見させて頂いています。毎月のおすすめの本を楽しみにしています。これからも為になる本を宜しくをお願いします。(百済寺本町 女性)
- ・毎月楽しみにしております。愛のまちクイズコーナーに応募しようと思いつきながら、なかなかできませんでした。携帯から簡単にできるし、魅力的なプレゼントばかりなので、毎月応募しようと思います。笑 当たります様に! (下中野町 女性)

63 愛東地区まちづくり協議会行  
東近江市下中野町四三一

〇月号のこたえ

①  
②  
③

ご意見・感想

お名前  
ご住所  
電話番号

記入もれありません。  
出す前にご確認を!

# あの「小和田先生」と「中井先生」の

## B I G対談がコミセンで聞ける！

**満席近し！**

お申込みはおハガキで！！  
住所・氏名・お電話番号を明記の上、愛東コミュニティセンターまでお送りください。  
コミュニティセンターから参加証としておハガキをお送りしますので当日は必ずご持参ください。  
定員になり次第締め切らせていただきます。詳しいお問い合わせは愛東コミュニティセンターまで

「国史跡百済寺境内」  
**歴史講演会**



講演会

### 「織田信長の六角攻めと百済寺」

静岡大学名誉教授 小和田 哲男氏



### 「六角氏の城と百済寺」

滋賀県立大学名誉教授 中井 均氏

対談

### 「歴史学者と考古学者が語る湖東の城と寺」

宣教師レイスワウスの「地上の天国」とまで称した百済寺  
しかし、元龜4年（1573）、織田信長の焼き討ちにより、全山が焼失した  
なぜ、信長は百済寺を焼き討ちしたのか  
2人の歴史家がその謎に迫ります！

令和3年  
**7/10**

**土**

会場 愛東コミュニティセンター  
《東近江市下中野町431番地》ホール  
午後1時から午後4時まで

**入場無料**

定員200名（先着順）  
お申込みはおハガキで  
詳しくは裏面をご覧ください



主催 / 東近江市・愛東コミュニティセンター

こんにちは  
あいとうとしょかんです

ただいま展示中のコーナーをご紹介します。  
そして、愛東図書館へのメッセージとおすすめ本大募集します！

### 多肉植物の世界

展示中  
～6/30まで

ぷっくりした質感とさまざまな形が美しい多肉植物。  
大林町の片岡八重子さんが丹精込めて作られた12点の寄せ植えを展示しています。

見ているとなぜか癒される魅惑の植物が寄せ植えになって、鉢の中で小さな世界を作っているかのよう…。  
心ゆくまでごゆっくりご鑑賞ください。

多肉植物の本も一緒にどうぞ。



展示期間中、作品の入れ替えも  
あります。お楽しみに！



### 愛東図書館リニューアルオープン 10周年記念 メッセージ&おすすめ本 大募集!

愛東図書館が、2011年8月6日に旧愛東支所から現在の愛東コミュニティセンター内に移転して今年でちょうど10年。その間、多くの方にご利用いただきました。本当にありがとうございます。このことを記念して、図書館へのメッセージやあなたのおすすめの本を募集します。期間中お渡しする用紙にお書きください。お寄せいただいたものは7・8月にロビーコーナーで展示させていただきます。ぜひたくさんの皆さんのメッセージとおすすめ本をお待ちしています！

☆募集期間：6月2日（水）

～8月29日（日）

！お問い合わせ・本のご予約は愛東図書館まで Tel. 0749-46-2266 / IP 050-5801-2266

# 「あいとう★キラリ人★」ご紹介コーナー



今回は密谷要一郎さん(妹町)と小椋喜八郎さん(百済寺本町)です。お二人は愛東地区で毎月実施されている菜の花館での「資源回収」のボランティアとして、平成26年4月から現在まで出役していただいています。長年のご苦勞に感謝申し上げます。



## コミセン 花物語 ~ 楓(かえで) ~

現代でも見られる植物を、生け花と和歌を添えて紹介します。今月は楓(かえで)です。この季節の楓は若楓と呼ばれ、秋の紅葉もやることながら、初夏の若葉の美しさもまた、格別のものがあります。カエデはムクロジ科(旧カエデ科)カエデ属の落葉高木の総称です。日本に自生しているカエデの種類は、26種類にのぼるとされています。カエデ類は、古来風致樹として各地に植栽され、庭園などに植えられ奈良時代にはすでに觀賞されて、江戸時代に入ると品種改良が盛んになり、多くの園芸品種が作られました。カエデの名称の由来は、葉がカエルの手に似ていることから「カエルデ」と呼ばれ、それが転訛したものとされています。「楓」は日本人の人名としても古くから使われており、主に女性名として使われることが多く、源平合戦で活躍した佐藤継信の妻の名が楓であったと伝わっています。今月はこの若楓を拾玉集に納められた歌をご紹介します。

なつころも たつた わかかえで  
夏衣 龍田の山の若楓  
秋の色にはあらぬものかな

(作者) 慈円(じえん)

(意味)

夏の衣を身にまとった龍田山の青々とした若楓を見れば無常にして生々流転 決して秋の色ではないものだなあ。

龍田山は現・奈良県生駒郡三郷町、龍田本宮(たつたほんぐう)の西、信貴山の南付近の丘陵。紅葉の名所。



生け花協力 池之尻町 小林喜代次さん

### 『愛の三十一文字』

チャイム音 聞こえず頑張る 部員たち  
ちよっと切ない チャイムの気持ち

奥村 美空

貯まらない ストレスだけは 貯まるのに  
コロナで仕事も お金も逃げていく

川副 翔大

最近の 天気がなんだか おかしいぞ  
すっかり見よう ウェザーニュース

水谷 名央人

### 俳句

あいとう菜花の会

永源寺桜笑ふや羅漢像

湛水

飛花落葉埋木舎の静寂かな

鮎子

九十九折り角井峠や辛夷咲く

貢



※一緒に俳句で遊びませんか。毎月一回  
コミュニティセンターで開催しています。  
連絡先050・8034・1712植田茂太郎まで

# 令和3年6月 教室・講座・校園等の予定



実施日	行事名	場所
2日(水)	歴史散策講座①	愛東地区～永源寺地区
4日(金)	リトミック教室⑤	愛東コミュニティセンター
9日(水)	デジカメ上達講座①	愛東コミュニティセンター
11日(金)	リトミック教室⑥	愛東コミュニティセンター
11日(金)	季節の絵手紙講座①	愛東コミュニティセンター
12日(土)	学習おうえん隊① + 子ども防災体験	愛東コミュニティセンター
13日(日)	経田川清掃活動	集合は愛東コミュニティセンター
15日(火)	愛東地区グラウンドゴルフ定例会	荒神山グラウンドゴルフ場
16日(水)	女性のための和みのヨガ②	愛東コミュニティセンター
17日(木)	ほがらか学級②(創作)	愛東コミュニティセンター
18日(金)	リトミック教室⑦	愛東コミュニティセンター
19日(土)	愛東中学校 体育祭	愛東中学校グラウンド
20日(日)	あいとう歴史塾③	愛東コミュニティセンター
21日(金)	シニア楽音教室③	愛東コミュニティセンター
23日(水)	青少年各町育成推進員研修会	愛東コミュニティセンター
27日(日)	防災出前講座(妹町)	妹町集落センター
30日(水)	女性のための和みのヨガ③	愛東コミュニティセンター



## 編集あ・れ・こ・れ

### 祝「愛の田園だより」創刊100号!

「愛東地区まちづくり協議会」の情報誌と「愛東コミュニティセンターだより」が1冊の広報誌となってから、約8年の歳月が流れました。平成25年4月に、「愛の田園だより」として第1号が発行され、6月で第100号の節目を迎えました。先人が築かれた愛東地区をさらに元気なまちにするため、地域の多くの方々、関係の皆様のご協力により、充実した内容の情報誌が、毎月お手元に届けられてきました。

今回は100号を記念して、表紙にはドローンを使って愛東地区の全景を撮影していただきました。また、好評の「愛のまちクイズコーナー」では、豪華景品をご用意させていただきました。これからも、元気なまちづくりの広報誌になるよう、皆様のご支援をよろしくお願いいたします。(T.N)



## 愛東診療所だより

### 新型コロナウイルス感染症の 検査について

新型コロナウイルス感染症の流行が続きます。問い合わせが多いので、当診療所で行っている抗原検査とPCR検査について簡単に説明します。(症状のある方は、検査代は公費負担、診察代は医療保険対応)

抗原検査・・・鼻咽頭ぬぐい液、結果は15分後にわかる、精度がやや劣る

PCR検査・・・鼻咽頭ぬぐい液か唾液、結果は翌日にわかる

検査は発熱外来として対応しています。

あいとう診療所 横田哲朗医師  
電話 0749-46-8030 IP050-5801-8030

