

御園地区の情報をお届け

みその

—御園地区まちづくり協議会広報誌—

令和4年11月191号

募集

～健康つくり講座～

...P7

自分らしくかっぱい、しごとく生きる

老後を明るく楽しく過ごすには？

市の電子回覧板の利用、活用について

...P8

ひがしおうみし
電子回覧板



お友達登録
をお願いします

LINEID:@548fshxy



コミセン横のコスモス迷路にて...
詳細は3ページをご覧ください。

長浜での体験ツアーに行ってきました!

コロナで2年間見合わせていました育成会の野外活動として、10月8日(土) 33名の参加者と役員7名の総勢40名で長浜に行ってきました。当日は天気にも恵まれ、まず窓なしで換気抜群の水陸両用バスで市内を巡った後、琵琶湖にそのまま乗り入れ湖上から見る伊吹山や街並みを堪能した後、黒壁体験館で一人一人がデザインした絵入りのタ



ンブラーをサンドブラスト工法で作る体験をしました。その後は各自好みのランチと黒壁スクウェアでの散策を楽しみました。

ちょうど当日は長浜きもの大園遊会が開催されており、曳山の交代式だったため曳山がアーケード街を練り歩く様子も見られ4月の曳山祭りに遭遇したのかと思われるぐらいの雰囲気味わえラッキーでした。



団体行動で大事な時間厳守の約束も守られ予定を完了して全員無事に帰ることができました。参加いただいた皆様、御協力いただいたコミュニティーセンターの皆様、各学校の皆様ありがとうございました。そして育成会の皆様ご苦労様でした。



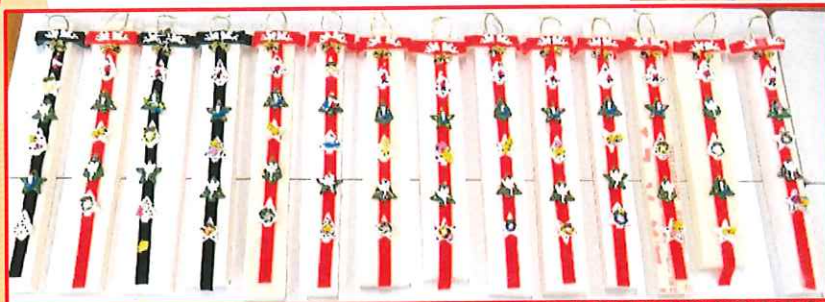
コミュニティーセンター

素敵なクリスマス壁かざりができました☆

11月2日(水)、クレイクラフト講座を開催しました。

今回は少し細かい作業が多く、みなさん最初は少し戸惑いましたが、奥先生の指導により、徐々に作業に慣れてくると笑顔いっぱい、楽しく作業が進みました。

パーツ一つ一つがとてもかわいいクリスマス飾りが完成しました。



今年も綺麗にコスモスが咲いています！！

コミュニティセンター



毎年五智町の安村さんが、コミセン畑横にコスモス迷路を作っておられます。

今年も綺麗に満開をむかえました。

迷路で遊んでいる児童や、お散歩の途中に立ち寄られる方や、みなさんの癒しの場となっています。

今年もたくさんの綺麗なコスモスを見せていただきました。

※表紙写真で紹介しています。



笑顔でにぎやかな開催となりました♪

社会福祉協議会

～いどばた喫茶開催～

10月12日(水) 肌寒い日となりましたが、二年ぶりに「いどばた喫茶」をコミセンの庭で開催しました。

久しぶりの開催で、久しぶりの再会の方もおられ、みなさんの声のトーンも上がり…

とても楽しくお喋りを楽しんでおられました。

次回は12月14日(水)です。コーヒーを飲

みながら、楽しいひとときを過ごしてくださいね。



コミセン花壇が冬仕様になりました！

コミュニティセンター

「花とみどりのサークル」のみなさんが、コミセン花壇の花を植え替えてくださいました。

春にはチューリップ、パンジー、ピオラたちでいっぱいになる予定です。

季節ごとに花壇のお花が変わり、お散歩されているみなさんやコミセンに来られる方に、とても楽しんでいただいています。

いつもきれいな花壇をありがとうございます。



今年も大豊作でした！！

コミュニティセンター

10月14日(金)、御園小学校の児童約50名が2班に分かれ、花とみどりのサークルさんと一緒にさつまいも掘りをしました。

今年はとても大きなさつまいもがゴロゴロ…子どもたちの歓声が飛び交いました。

さつまいもを傷つけないように、一生懸命丁寧に掘っていました。



ちびっ子サークル

10月21日(金)には、ちびっ子サークルでもさつまいも掘りを行いました。

たくさんのちびっ子がやって来てくれました。

大きなさつまいもを手にとり、お母さんたちもにっこり♡

楽しい時間を過ごしました。



元気をもらえる居場所づくりマハロ



今年も見事なさつまいも 🍠 出来てました。

コミセン畑3年目 みなさん手際良く作業してくれてみごとに収穫させていただきました。

ヤーコンもたくさん！！

『みその市マルシェ』で、販売させていただきました♡

永い間ありがとうございました



令和4年10月をもってコミセンサークルの「水墨画教室」さんが、サークル活動を廃止されました。

活動されている日には、研修室での楽しそうな笑い声とともに、水墨画を楽しんでおられる声が事務所まで聞こえ、職員も一緒に楽しませていただきました。

本当にありがとうございました。



保健センター

朝食を必ずとりましょう！ 朝食の大切さについて

頑張らない！朝食準備の工夫

毎日朝食を食べるためには、手軽に準備できることが大切です。頑張らずにできる工夫を紹介します。

■ 前日に準備

みそ汁の具を電子レンジで加熱しておくだけ、サラダの野菜を切っておくだけでも、翌日の準備が楽になります。

■ 缶詰、冷凍・カット野菜で簡単・時短

缶詰とカット野菜、即席みそ汁に冷凍野菜など、包丁・まな板不要でも立派な朝食に。



■ 夕食をリメイク

夕食のひじき煮を入れて卵焼き、夕食の筑前煮にだし汁を加えてのっぺい汁など、夕食の残りが新しい一品に。

朝食は1日をスタートさせる大事なエネルギー源です。しっかり食べて、元気な毎日を過ごしましょう。



東近江市ホームページもぜひご覧ください。

東近江市 健康づくり



写真ニュース



コミセン前の垣根の高さがスッキリ半分になりました

10月はハロウィンのかぼちゃの展示を行いました



地区グラウンドゴルフ同好会だより GG大会を実施しました



朝夕は肌寒ささえ覚える晩秋の候となりました。

依然としてコロナ感染症は減少傾向ではありますが、特に60才以下の方が80%を占める状況で、引き続き注意喚起が必要ですが、屋外競技でもあることから、感染対策を実施して10月8日に第51回大会を開催しました。参加者は72名で下記に大会結果を報告しますので参考にしてください。

なお、今後ともグラウンドゴルフを通し地域の方との親睦と健康増進及び地域の活性化に寄与していきますので宜しくお願い致します。

◎第51回大会結果報告…敬称略、(ネットスコア)

*入賞者

優勝 (53) 雁瀬 靖子 6位 (60) 北中 綾子
 2位 (57) 雁瀬 誠一郎 7位 (60) 小森 節子
 3位 (59) 安村 千恵美 8位 (60) 小林 三郎
 4位 (59) 赤沢 貞二 9位 (60) 小椋 末吉
 5位 (59) 角間 國雄 10位 (61) 大内 須磨男

*ホールインワン賞 10名 *ラッキー賞 34名

*参加者数 72名 (申込: 73名)

◎次回 52回大会 令和4年11月12日(土)

◎次次回53回大会 令和5年 3月11日(土)



多数の参加をお願いします。

12月の各種団体会議とコミセン行事

- 2日(金) 包丁・はさみ・おもちゃの再生病院
- 3日(土) CIAOのクリスマス2022
- 4日(日) まちづくり会議
- 6日(火) コミセン大掃除(老人クラブ連合会)
- 13日(火) 気持ちが明るくなる「寄せ植え教室」
- 14日(水) 見守り支援
いどばた喫茶
- 17日(土) うたごえ広場～6BEAT～
- 19日(月) 健康なからだづくりの連続講座
- 23日(金) コミセンワックス掛け
- 29日(木)～1月3日(火) コミセン休館



コミュニティセンター

「うたごえ広場」開催のお知らせ

コロナ禍、前回に引き続き「みんなで歌わない♪うたごえ広場♪」を開催します。詳細は10月号でお知らせしていますので、ぜひご覧ください。

【日時】12月17日(土)
13:30～15:00

【場所】御園コミュニティセンター
 【演奏】6BEAT(シックスビート)
 【参加料】300円
 【申込】事前の申込は不要です。
 当日、直接会場にお越しください。

【主催・問合せ先】
 御園コミュニティセンター
 TEL 0748-22-0503
 IP 050-8034-0503

～健康つくり講座～

自分らしくかいっぱい、しごとく生きる

老後を明るく楽しく過ごすには？

齢を重ねて、今まで出来たことが出来なくなったり、健康でなくなることの不安は誰でも思うこと。今後どう生きるかのヒントを話して頂きます。

簡単な運動指導、食事指導や体力測定も行いますのでぜひご参加ください。

【日 時】 **令和5年1月21日(土) 13:30～15:00**

【場 所】 御園コミュニティセンター

【講 師】 齊藤 智孝氏 共同助産所 お産子の家代表

【その他】 その他希望者には ①体力測定（握力、血圧） ②運動指導 ③食事指導
もあります

【受講料】 200円

【定 員】 40名

【主 催】 御園地区健康専門家会議

申込について

- 受付：下記の申込先に電話してください。
- 申込：受講者さんの氏名、住所、電話番号
(受付時間 平日 9:00～17:00)
- 申込締切日：令和5年**1月13日(金) 17:00まで**
- 申込先：御園コミュニティセンター (TEL 0748-22-0503、IP 050-8034-0503)



市の電子回覧板の利用、活用について

電子回覧板は、自治会を通じて全戸配布や回覧されている行政情報、地域情報の電子データを閲覧できるサービスです。

毎月、御園地区の自治会で回覧、全戸配布される内容が掲載されています。

電子回覧板のメリット

ひがしおうみし
電子回覧板



- ① 家にいなくても、回覧板の内容を**どこでも**確認できる！
- ② 回覧板の内容を**いつでも**確認できる！

電子回覧板は更新されると LINE で通知されますので、見逃すことはありません

東近江市 LINE の登録の仕方

市公報より抜粋

東近江市LINE公式アカウントは、新型コロナウイルス関連情報や災害発生時の緊急情報などをお届けするほか、東近江市の各種ウェブサービスを利用できるサービスです。

そんな市LINE公式アカウントから、ひがしおうみし電子回覧板にアクセスできるようになりました。市LINE公式アカウントを登録して、ぜひ電子回覧板をご覧ください。

東近江市 LINE 公式アカウント 登録方法 (①または②)

①LINEアプリを起動し、ホームメニューの友だち追加から下記のQRコードを読み込んでください。

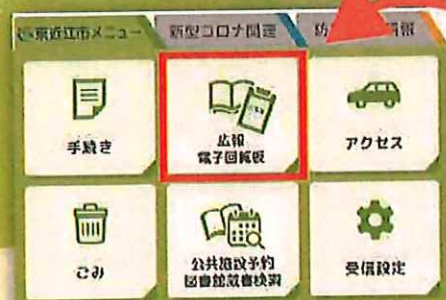


②LINEアプリを起動し、トークメニューの検索窓で「東近江市」と検索してください。

検索結果の画面で「公式アカウント」の分類から「東近江市LINE公式アカウント」を選択し、「追加」をタップしてください。

ひがしおうみし電子回覧板 閲覧方法

LINEアプリを起動し、トークメニューから東近江市公式アカウントを選択。下部のメニュー画面から「広報・電子回覧板」を選択してください。



タップ！