

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7年 9 月 225号

## 募集

「健康フェスティバル」開催のご案内 …P3・4

「第31回 楽しく歩こう会」のご案内 …P5

「うたごえ広場+運動」開催のお知らせ …P5

「秋まつり」開催のご案内 …P6



お友達登録  
をお願いします

LINEID:@548fshxy



毎月第一金曜日(9:30~11:30) 御園  
コミュニティセンターにて開催しています。

包丁・はさみ・おもちゃの再生病院

2人に1人はがんになる時代！

がん検診は早期発見、早期治療のチャンスです！

●受診方法は2通りあります。

- ・指定医療機関または集団検診で受診することができます。
- ・集団検診は12月まで実施していますので、早めにご予約ください。血液検査等の健康診査を同じ日に受診することができますので、ご相談ください。

■午前9時～午前11時 ▼午後1時～午後3時 赤字は土日祝日  
×は定員に達しています

月	日	曜日	会場	予約締切日	健康診査	肺がん	大腸がん	胃がん	子宮頸がん	乳がん	【検診案内】
11	6	木	保健センター	10月7日		■	■	■	■	■	【検診案内】 
	14	金		10月23日	×	■	■	■	■	■	
	24	月		11月4日		■	■	■	■	■	【集団検診予約】 
	29	土			■	■	■	■	■		
	30	日			■	■	■	■	■		
12	2	火	11月12日	■	■	■	■	■			

詳細については健康ガイドブックまたは2次元コードをご覧ください。

おしらせ

東近江市では、SMS（ショートメッセージサービス）を利用した健康診査・がん検診（一部）の受診勧奨を実施します。  
\*メッセージ内の本文のURLのクリックが不安な人は、直接保健センターにご連絡ください。

集団検診のご予約・お問合せ先

東近江市保健センター ☎0748-23-5050

集団健診で特定健診を受けた後、結果説明会に参加してきました。  
今年から結果説明会がリニューアル！姿勢のチェック（ゆがみーる）や血液さらさら測定やインボディが受けられたり、運動相談や無塩だしの試飲もできました。  
初めての経験でとても楽しく、勉強になりました！



御園地区健康専門家委員

10月の各種団体とコミセン行事

- 1日(水) 見守り支援
- 3日(金) 包丁・はさみ・おもちゃの再生病院 (9:30~11:30)
- 8日(水) いとばた喫茶 (13:30~15:30)
- 12日(日) 健康フェスティバル (9:00~12:00)
- 16日(木) まち協企画委員会
- 17日(金) おにぎり食堂
- 19日(日) 東近江市議会議員一般選挙
- 20日(月) 米粉のケーキ作り講座 (9:30~12:30)
- 21日(火) クレイクラフト講座 (13:30~15:30)
- 22日(水) カラオケ広場 (13:30~15:30)
- 自治会連合会会議
- 27日(月) 健康なからだづくりの連続講座 (13:30~15:00)

みそのいとばた喫茶

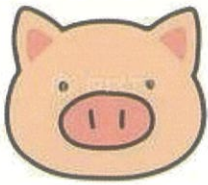
10月8日(水)  
13:30~15:30

今回は、「健康推進員による簡単な講座」を行います。

参加費 100円  
コーヒーおかわり自由  
ジュースやお菓子もあります

募集

女性スポーツリーダー



## 第31回 楽しく歩こう会のご案内

御園地区スポーツ協会 女性スポーツリーダー

### 伊賀の里モクモク手づくりファーム散策の案内

「モクモク手づくりファーム」は、動物とのふれあいやウイナーなどの手づくり体験やグルメ、お買い物などの魅力が詰まった牧場です。

大自然に包まれたヘルシーロード、森林浴をのんびり歩くコースを回り、モクモクの各工房で作られた製品やお野菜のメニューでバイキングを楽しんでいただきます。

たくさんのご参加をお待ちしています。

記

- 【日 時】 令和7年11月14日（金） 雨天決行
- 【集合場所】 御園コミュニティセンター
- 【集合時間】 午前8時40分
- 【出発時間】 午前9時（近江観光バス乗車）
- 【参加費】 大人：4,500円（交通費、昼食代、保険代含む）
- 【持ち物】 各自で飲物、雨具、念のため防寒の用意をしてください。
- 【申込先】 御園コミュニティセンター

定員先着  
40名です



（申し込み時、氏名と携帯電話番号をお願いします。）

TEL 0748-22-0503 IP 050-8034-0503

【申込締切日】 10月24日（金） ★御園地区在住の女性に限ります。

募集

事前申込不要

## 四ツ葉のクローバー隊のうたごえ広場に健康体操をプラス! うたごえ広場+運動

コミュニティセンター

歌うこと、声を出すことは免疫強化、ストレス発散、心肺機能を高めるのに効果があります。今回さらに健康増進のため、歌の合間に健康体操を取り入れます。楽しくからだを動かしましょう。

「デイサービス リハセンターかけはし」の先生に協力頂きます。

運動用の衣類は不要です。普段着で起こし下さいね！



【日 時】 **11月19日（水） 13:30~15:30**

- 【場 所】 御園コミュニティセンター 大会議室
- 【演 奏】 みっちゃん、よっちゃん（四ツ葉のクローバー隊）
- 【体 操】 中村佳子さん（デイサービス リハセンターかけはし）
- 【参加料】 300円（ドリンク付き）
- 【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】 御園コミュニティセンター



# 令和7年度 御園地区 秋まつり

日時：11月9日(日) 9:00~12:00

場所：御園小学校グラウンド ※雨天中止

## ステージイベント

9:00 ~ 9:30	御園ふるさと太鼓
9:30 ~ 9:50	わかば幼稚園
9:50 ~ 10:20	玉園中学校吹奏楽部
10:20 ~ 10:30	下位抽選会
10:30 ~ 11:00	大道芸 バルーン シュウ
11:00 ~ 11:30	大道芸 ジャグリング 星丸
11:30 ~	上位抽選会



## お楽しみエリア

- ・包丁・はさみ・おもちゃの修理の受付
- ・ボールピンゴシューティングゲーム
- ・缶バッチ作り  
笛作り
- ・モルック

## お楽しみ 大抽選会

**特等：八風の湯ペア宿泊券  
(1本)**

**1等：マキタ スティック  
クリーナー (2本)**

**2等：グリル鍋 (5本)**

**3等：防犯バッグ(5本)  
カセットコンロ(5本)**

**4等：醤油セット (40本)**

**5等：キッチンセット(100本)**

**6等：指定ゴミ袋 (200本)**

## グルメエリア

- ・いも料理
- ・パン販売
- ・コロッケ
- ・カレーライス  
フライドポテト
- ・喫茶、福祉展示

## 八身福祉会エリア

- ・みたらし団子
- ・焼きそば
- ・フランクフルト
- ・ゲーム

## 7/1マエリア

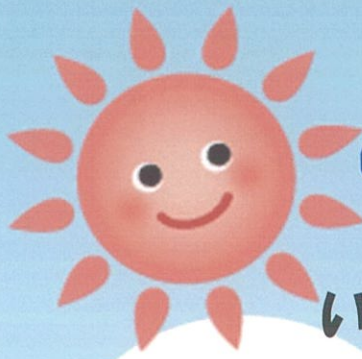
- ・キーホルダーのワーク  
ショップ  
ピアス、イヤリングの  
販売
- ・野菜の販売
- ・手作り小物品
- ・シーグラスアート



キッチンカーもやって来るよ

内容に変更がある場合があります。ご了承ください。

第三回 令和7年



# 健康フェスティバル

いろいろな運動体験や面白いイベントがいっぱい

令和7年

10/12 日 9:00~12:00

場 所:御園小学校グラウンド・体育館  
※雨天の場合は体育館のみでイベントを行います。

主 催:健康フェスティバル実行委員会

共 催:御園コミュニティセンター

持ち物:あれば上履き、飲み物

懐かしい  
お味噌汁



今年もぜひ、  
味わってください。

## 運動イベント

- ・ウォーキング教室と相談会 歩き方に悩んでいる方ぜひ
- ・スクエアステップ体験 楽しい運動と脳トレ
- ・ストラックアウト体験
- ・グラウンドゴルフ体験
- ・ニュースポーツ体験

専門家による  
健康相談会

## 今年もスタンプラリーを開催!

まずは、受付で台紙を受け取ってください。

各イベントでスタンプを押し  
て(いくつでもOK!)記念品を受け取ってください。



## 自分のからだを知ろう

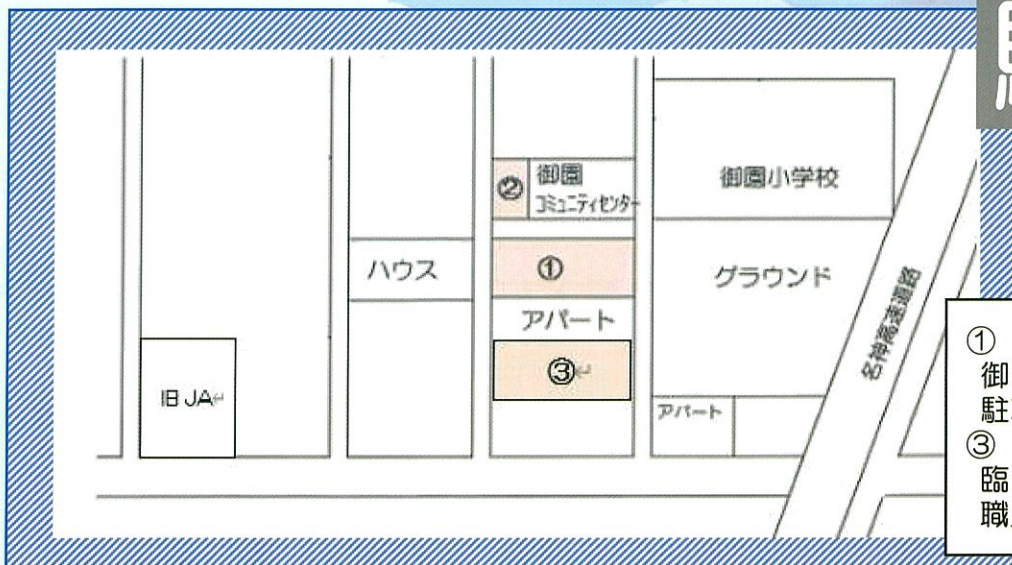
- ・(健康測定) ・体脂肪 ・血圧
- ・(ベジチェック) お野菜をちゃんと食べているかがわかります
- ・(体成分分析(インボティ)) 体の栄養状態がわかります
- ・(体力測定) ・握力測定 ・開眼片足立ち測定

# 会場案内

## 駐車場



- ① と ②  
御園コミュニティセンター  
駐車場
- ③  
臨時駐車場 (医療センター  
職員駐車場)



### 体力測定

握力測定  
開眼片足立ち測定

【スポーツ協会】

### インボティ (体成分分析)

【地域振興事業団】

### 健康測定

体脂肪、血圧

【東近江医療センター】

### 健康相談

【女性スポーツリーダー】

### ストラック アウト

【健康推進員】

【保健センター】

【健康推進員】

### スクエア ステップ

### ベジチェック

### 啓発 コーナー

## 体育館

出入口

### 校舎側



駐輪場

正門

### 体育館入口

### 受付

健康専門家会会議  
給食ボランティア

お楽しみコーナー  
お味噌汁

ネットでポンポイ

【市スポーツ  
推進委員】

モルック

【健康専門家会議  
ちいきんぐく】

ワーキング教室

【グラウンドゴルフ  
同好会】

グラウンドゴルフ

グラウンドゴルフ