

# まち 愛の田園だより

枝豆いっぱいとったよー!!  
今年も大盛況、池之尻枝豆収穫祭

枝豆大好き! 笑顔いっぱい!

〒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 (メール) machinet@e-omi.ne.jp

愛東コミュニティセンター (TEL) 0749-46-2267 (IP) 0505-801-2267 (メール) aito-k@e-omi.ne.jp

No.45

元気なまちづくり情報誌

2016. 11

# 認知症のイロハ



## 認知症って聞いたことがある？

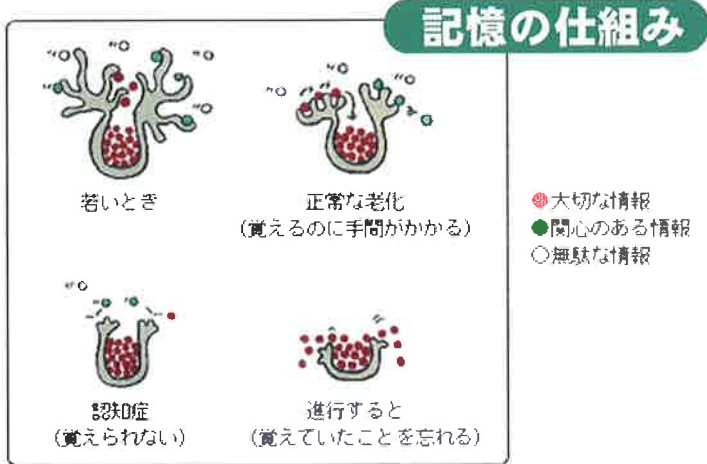
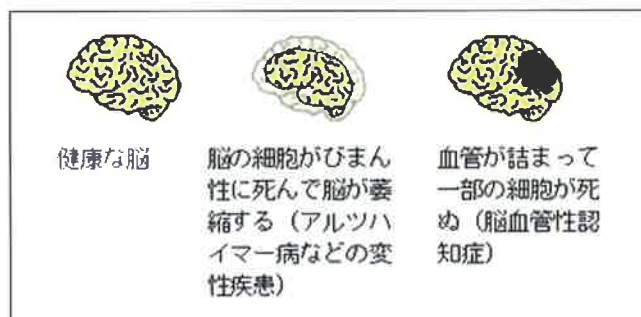
年を重ねていくと、誰でも耳が遠くなったり、目がかすんだり、足腰が弱くなったり、全身の器官の機能が衰えて病気にかかりやすくなります。脳も例外ではありません。認知症も、脳の機能の老化によって現れる病気のひとつです。

では、「認知症」っていったいどんな病気なのでしょうか？

認知症というのは、脳に起きた変化によって、記憶障害（物忘れ）がおこり、日常生活をおくることが困難になっている状態です。

（認知症というのは病名ではなく、状態を表した言葉なんですね。）

だから、人がその状態（認知症）になったのは何が原因なのかによってそれぞれ病名がつきます。たとえば、「アルツハイマー型認知症」とか、「脳血管性認知症」という病名です。



大切なことは、「認知症」になると、皆「記憶障害」がおこるってことです。私たちの生活には“記憶”が大切ですが、その記憶が障害されてしまうのが認知症の特徴です。



## 普通のもの忘れとは違うの？

認知症の症状としてよく知られているのは「もの忘れ」ですが、知っているはずの人や物の名前が思い出せないなど、年をとると誰にでも起こるもの

の忘れを「加齢によるもの忘れ」といい、「認知症によるもの忘れ」とは区別しています。

「加齢によるもの忘れ」は出来事の一部を忘れてしまうことで、例えば食事のあとに「何を食べたか思い出せない」という状態であるのに対し、「認知症によるもの忘れ」は出来事そのものを忘れるため、「食事をしたこと自体」を忘れてしまい、「ごはんはまだ？」と何度も催促するようなことがあります。

## うおのぶ

### お買い得情報



カレンダー台紙をご持参ください。（お忘れの方は無効です。）  
現金のお買い物の方に2倍ポイントプレゼント（一日一回のみ有効）（11月）  
カレンダーにスタンプを押します。  
1ヶ月間大切にしてください！！

●毎週木曜日●  
手づくりカレーの日  
10:00 ~ 13:00  
ごはん 200g → 240円  
250g → 290円  
300g → 340円  
安い!!  
うまい!!  
カレーの量はあなたの好きなだけ!

日	月	火	水	木	金	土
休		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

レジ袋の売り上げ ¥10.492 をご寄付いただきました。ありがとうございました。

「最近 1～2 年間で、同じことを何度も言ったり聞いたりする、財布などを置き忘れてしまったりする、人や物の名前が思い出せないなどの変化がみられる場合は認知症の可能性が考えられます。

### 《物忘れ》

物事の一部を忘れてしまうこと。

知人の名前がすぐにごでこないが、ヒントなどを与えると思い出せる。

### 《認知症》

物事が起こった事自体忘れる。

知人の顔を見ても誰だかわからず、ヒントを与えても思い出せない。



## 認知症の初期症状を チェックしてみよう！

認知症は長い時間かかってゆっくりと進行します。こんな症状があると気づいたら、気を付けましょう。

～採点法～    ほとんどない…0点    ・ときどきある…1点    ・ひんぱんにある…2点

1. 同じ話を無意識に繰り返す	点
2. 知っている人の名前が思い出せない	点
3. もののしまい場所を忘れる	点
4. 漢字を忘れる	点
5. いま、しようとしていることを忘れる	点
6. 器具の説明書を読むのを面倒がる	点
7. 理由もないのに気がふさぐ	点
8. 身だしなみに無関心である	点
9. 外出をおっくうがる	点
10. もの（財布など）が見当たらないことを他人のせいにする。	点
合計	点



評価    0～8点…正常    9～13点…要注意    14～20点…病的（認知症の始まり？）

認知症になると、騒いだり、暴れたりすることがあるために「問題行動を起こすからこわい」と誤解されることがあります。しかし、認知症の原因や症状によっては、治療や周りの人の接し方などで改善することも期待できます。認知症とは何かを理解することが、介護する人にとって大切です。

あいとう福祉プロジェクト 楠神渉

出典：厚生労働省ホームページ「認知症を理解する」、認知症なるほどハンドブック（渡辺哲弘）、認知症疾患医療センターホームページ「認知症簡易チェック」

## わからない？こまったな…吉岡仏壇に聞こっ！



「ん～仏壇の扉が閉まりにくい」  
「あれっなんか部品が外れ落ちてる～」  
「あした仏寺まだ掃除ができてない…」  
「おかしいな～照明電気が点かない？」

なんでも、とにかく  
いっぺん聞いてみるのは  
…**無料**です

## 気軽な仏壇工房 吉岡仏壇店

お仏壇製造販売、修復 愛東北坂町 電話 0749-46-0403 IP 050-5801-4687

# あいべつ



## 「きのこの里」フェスティバル開催

9月11日、第30回あいべつ「きのこの里」フェスティバルが愛別ダム特設会場で開催され、町内外から約6,000人と多くの方が会場を訪れました。

今年は第30回を記念して、新キャラ「ラプリーちゃん」のお披露目や復活もちまき、愛別町出身のミュージシャン「怪盗銀次郎」オンステージ、数量限定メニューの愛別町産牛肉シュラスコ、お楽しみ抽選会での旅行券プレゼントなど、特別企画が用意されました。

また、「きのこ牛肉の食べ放題」や直径3.5mの大鍋で作る「ジャンボきのこ鍋」、地元産のお米百升をまきの火力で一気に炊き上げる「百姓一揆炊き」のほか、きのこなどの町内外の各種特産品の販売やなめこのつかみ取り、滋賀県東近江市の愛東地区まちづくり交流協議会によるナシとブドウの販売などが行われ、来場者は秋の味覚を堪能しました。ナシとブドウは15分で完売しました。

あいちゃんステージでは、A b (アーフラッツ) のスウィングジャズや愛別蓬萊太鼓の和太鼓、嵐舞あいべつと他団体のよさこいソーラン、K' I C K' X X (キックス) のヒップホップダンス、愛別ブア・ナニのフラダンスが披露され、会場を大いに盛り上げました。



## 2016年も「出前サンタ」をします!

今年も愛東地区まちづくり協議会では、『出前サンタ』を希望される子ども会、団体等を募集します。

但し、愛東地区内の子どもが参加するクリスマスイベントに限ります。『出前サンタ』は、クリスマス会にサンタ訪問するものです。(応募の多い日は調整します。)

★申込締切…11月25日(金)まで

★申込・お問合せ先…愛東コミュニティセンター

IP 電話0505-801-2267

## 出前サンタが飛んでいきます~



Merry X'mas

## いただきます、ふるさとの味

No.1

### カボチャのマヨネーズグラタン

材料	分量(4人分)
カボチャ	1/4
塩・こしょう	少々
たまご	2個
玉ねぎ	1個
マヨネーズ	80g
牛乳	大さじ2杯
青じそ	6枚
塩	少々
砂糖	少々
パン粉	大さじ2杯
粉チーズ	適量
溶かしバター	適量

- ①カボチャの種を取り、皮をところどころ削り取り、4つに割る。レンジで約7分間加熱する。覚めたら1cm程の厚さのくし切りにし、塩・こしょうをする。
- ②卵はゆでてから殻をむき輪切りにする。
- ③玉ねぎは薄く切りバターで軽く炒める。
- ④マヨネーズに牛乳と干切りにした青じそ・塩・砂糖を少量混ぜる。
- ⑤大皿に①と②を並べて③をのせ、上から④をかける。パン粉と粉チーズをかけて、溶かしバター適量をかける。
- ⑥オーブントースターで焦げ目が付くまで焼いたらできあがり。



※旧愛東町で作成された『わが家の自慢料理集』の中から掲載しています。

人権尊重と青少年健全育成を考えるつどい

# あいとう『愛と夢のつどい』

地域に暮らす一人一人が大切にされるまちづくり（人権尊重）と次代を担う青少年が、自他共にかげがえのない存在であることを認識し、また社会の一員であることを自覚しながら健やかにのびのびと育つ環境づくり（青少年健全）を目指す取り組みの一環としまして「あいとう愛と夢のつどい 私の意見 2016」を開催します。

11/26 (土)

13:30~15:30(受付13:00~)  
愛東コミュニティセンターホール

内容と日程

第1部

13:30~14:30

わたしたちの意見を  
聞いてください！下  
の写真は昨年の意見  
発表の様子です。



## 愛東の小学生・中学生の 意見発表と優秀作品表彰

愛東の小学生・中学生が「人権」や「夢」「主張」「感動したこと」などについて自分の思いを綴っています。今年はどうのような意見発表が聞けるでしょうか。地域の皆さん、ぜひ子どもたちの意見をお聞きください。



講演

第2部

14:30~15:30

11月25日（金）は午後から  
愛東中学校で講演されます。

講師

森 源太 さん (シンガー/ライター)

演題

「一人一人の子どもの人生が、  
自立した幸せなものであるように」



主催：あいとう愛と夢のつどい実行委員会 共催：愛東中学校PTA研修部  
主管：愛東地区人権のまちづくり協議会・青少年育成市民会議愛東支部

# 「飛び出し坊や」つくったよ！



まず、下絵を描いて



ちょっと、ひと休み

10月2日(日)愛東地区子ども会連合会で「飛び出し坊や」を作成しました！個性あふれる作品ができ、子どもも大人も大満足！あいう文化まつりで展示したあとは、各自治会に設置予定です。ぜひ、探してみてくださいね♪



愛東地区子ども会連合会事業

楽しかったね♪



はみ出さないように・・・



青空を走っているみたいですね♪



# 読書の秋！

図書館に新しく入った本のなかから、おすすめの本をご紹介します。



「風を繡う」

あさのあつこ/著 実業之日本社

江戸・深川の縫箔(刺繡)屋の娘・おちえの店に旗本の吉澤一居が弟子入りを志願に来ます。その頃、江戸を震撼させる娘惨殺事件が起こり…人気作家の時代ミステリー。



「ペコロスのいつか母ちゃん」  
にありがとう 介護げなげな話  
岡野雄一著 小学館

映画化もされた漫画「ペコロスの母に会いに行く」では描き切れなかった、認知症の母の自宅介護の本音ををつづった笑いあり涙ありのイラストエッセイです。著者の描く母みつえさんにぜひ会いに来てください。



「縁 ENISHI 絵画を愛した美知子の作品集」  
川副美知子/著 サンライズ出版

昨年9月に永眠された川副美知子さん(妹町)の絵画作品集が、ご遺族により出版されました。図書館でもすてきな絵画を展示していただいていたので、ご覧になったことがあるのではないのでしょうか。にこやかで明るいお人柄が作品と重なります。

お探しの本が見あたらない時は、お気軽にカウンターまで。

# 和みのヨガ



心とからだを ゆるめて戻す  
—秋～冬編—

外に木枯らしが吹く季節、冷えによる身体の不調が現れてくる頃です。早めにケアして、冷えやインフルエンザに負けないカラダづくりをめざします。年齢に関係なく、女性のみで平日の午前中の講座です。★講師：楠本えま先生

- 日程
- ①11/15 ②11/22
  - ③11/29 ④12/6
  - ⑤12/20

全5回 火曜日  
★午前10時～  
午前11時30分

対象：女性のみ 定員：12名  
費用：2,000円(5回分)  
持ち物：飲み物、タオル

※定員に達しない場合のみ、1回限りのご参加も可能です。お問合せ下さい。その場合は受講料600円が必要です。

## ほんどめいと 和こもの講座

和装に似合う小物ってお好みのものがなかなか見つかりませんが、材料を集めて自分で手作りすれば、オリジナルの素敵な小物ができるんです。ピンを変えればブローチにもできますよ。文化まつりで展示予定。



## 平成29年 東近江市成人式

日時：平成29年1月8日(日)

12:00～

(11:30受付)

会場：八日市文化若



## 愛東地区二十歳のつとめ

日時：平成29年1月8日(日)  
15:00～(予定)

会場：愛東コミュニティセンター

～詳細は新成人宛に  
案内が送付されます～



※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

頬に触る秋思の御手や弥勒仏  
権並 清

ピストルにあがる喊声秋走る  
中村 貢

舌遊びできぬ種なしぶどうかな  
苗村 耕

俳句  
『あいとう菜花の会』

## チャリティコンサート



難病の方を支援するチャリティコンサートです。  
今回は愛東中学校吹奏楽部が出演されます。今夏、県地区予選で銀賞受賞！

開催日：11月13日(日) 開場 13:30 開演 14:00

場所：愛東コミュニティセンター

出演者：愛東中学校吹奏楽部・誰でもおいでよふるさとハーモニー・和音・バナナバンド

# 平成28年 11月 教室・講座・スポーツ大会等の予定



実施日	行事名	場所
9日(水)	コミュニティカフェ“ぐるっぺ”	愛東コミュニティセンター
11日(金)	絵手紙教室④	愛東コミュニティセンター
13日(日)	チャリティコンサート	愛東コミュニティセンター
14日(月)	うたごえ広場④	愛東コミュニティセンター
15日(火)	和みのヨガ①	愛東コミュニティセンター
17日(木)	ほがらか学級⑥	愛東コミュニティセンター
17日(木)	親子みらいちゃんルーム	愛東支所
18日(金)	写真教室撮影会	長浜方面
19日(土)	歴史塾⑦	愛東コミュニティセンター
19日(土)	カラーセラピー②	愛東コミュニティセンター
21日(月)	あたまいきいき音読教室④	愛東コミュニティセンター
22日(火)	和みのヨガ②	愛東コミュニティセンター
26日(土)	あいとう愛と夢のつどい	愛東コミュニティセンター
29日(火)	和みのヨガ③	愛東コミュニティセンター
29日(火)	おでかけ広場(人形劇)	愛東北幼稚園
30日(水)	歴史散策講座③	伊賀方面
30日(水)	あかちゃん広場	愛東つどいの広場



## 編・集・あ・れ・こ・れ

本格的な秋の到来に、素敵だな～と思うのが紅葉。愛東には百済寺さんや東光寺さんなど紅葉の名所があるので、今から楽しみです☆

さて、ここで紅葉にちなんだ豆知識。「モミジ」と「カエデ」の違いって知っていますか？

実はどちらもカエデ科カエデ属で植物の分類上は同じですが、普通は、葉の見た目を使い分けているそうです。葉の切れ込みが深いカエデを「〇〇〇モミジ」、葉の切れ込みが浅いカエデを「〇〇〇カエデ」と呼んでいます。例えば「イロハモミジ」「ハウチワカエデ」です。「モミジ」と「カエデ」は別の意味を持った言葉で、その名の由来が違うそうです。

モミジは、秋に草木が黄色や赤色に変わることを意味する動詞「もみず」に由来し、転じて、特に目立って色を変えるカエデの仲間を「モミジ」と呼ぶようになったそうです。一方、カエデは、葉の形がカエルの手に似ているので、「かへるで」、後に「カエデ」と呼ばれるようになったのだそうです。

今年の紅葉狩りで気にして見てみてはどうでしょうか。(E)



## あいとう診療所だより



### インフルエンザ予防接種が始まっています！

重症化しやすい「高齢者や乳幼児」の方は受けたほうが良いでしょう。

特に持病のない元気な若者の方は、周囲の状況(家族に高齢者や乳幼児がいないか、仕事を休めるかなど)を考慮して受けるかどうか決めていただくのが良いでしょう。一般的な接種回数は、13歳未満の方が2回で、13歳以上の方は1回です。

当診療所での接種対象年齢は、6カ月児以上です。

ご質問のある方は、あいとう診療所までお問い合わせください。

あいとう診療所

0749-46-8030 IP 050-5801-8030

