

能登川コミュニティセンター

TEL 42-3200 IP 050-5801-3200
FAX 42-3222

行事予定	日時	場所
能登川地区子ども芸術展 * 能登川地区のこども園・幼稚園・ 小学校・中学校・東こどもの家・ 北こどもの家・地区子ども会の 子どもたちの絵画・書・立体作品 を展示します。	12/ 5(金) 9:00~20:00 6(土) 9:00~17:00 7(日) 9:00~17:00	能登川コミュニティセンター ホール

【能登川地区文化協会 体験教室】 ☆生命の貯蓄体操 源気サークル☆

深い呼吸とカラダの重みを使って、心身をゆるめて伸ばす体操です。

日時：2/10(火)・13(金) 9:30~11:30

参加費：無料

定員：5名/回

持ち物：タオル・飲み物・体操のできる服装

※お申込み・お問合せは、能登川コミュニティセンターまで



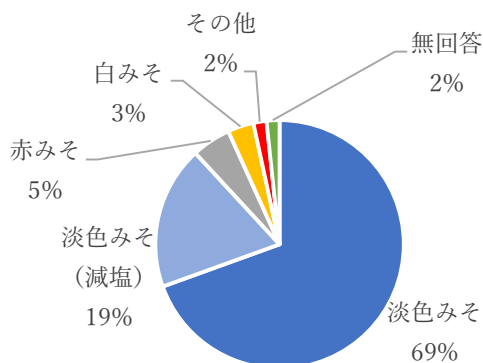
能登川支所保健師等の窓口

TEL 42-7672

減塩のコツを紹介します

普段使用されている「みそ」は種類によって含まれる塩分量が変わります。
 家庭でみそ汁を調理される際のコツを紹介します。

東近江市民を対象にみそ汁のアンケートを実施した結果、多くの家庭で「淡色みそ」を使用している結果となりました。



～みそ汁を作る時のコツ～

- ① 0.8%濃度のみそ汁にしましょう！
- ② 具だくさんにして汁の量を減らしましょう！

淡色みそ

だし汁 100ml

(減塩) 淡色みそ

みそ小さじ1

みそ小さじ
1と1/2

お問合せ 東近江市保健センター

IP ☎ 050-5801-5050

☎ 0748-23-5050

能登川支所保健師等の窓口

IP ☎ 050-5801-1331

☎ 0748-42-7672

能登川図書館

能登川博物館

12月						
日	月	火	水	木	金	土
	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	31			

1月						
日	月	火	水	木	金	土
				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	31

※年末年始は、12月28日から1月6日まで休館します。

開館時間：10:00～18:00 ■は休館日、■は館内整理日(休館日)

図書館 行事

12/14(日) 14:00～	ライブラリーシアター（映画会） 大人向け『ライムライト』《洋画・字幕》（137分） 監督/チャールズ・チャップリン 出演/クレア・ブルームほか
12/10(水) 13:30～15:00	認知症を学び地域で支えよう（認知症サポーター養成講座） 定員：30名（要申込） 対象：市内在住の方 認知症を理解し、安心して暮らし続けることができるまちづくりを考えます。
1/11(日) 14:00～	ライブラリーシアター（映画会） 大人向け『まあだだよ』《邦画》（134分） 監督/黒澤明 出演/松村達雄、香川京子ほか

図書館 おはなし会

おひざでだっこのおはなし会	12/5(金)、1/9(金)	10:30～	集会ホール
おはなしタイム	12月：6(土)、13(土)、20(土)、27(土) 1月：10(土)、17(土)、24(土)、31(土)	14:30～	はだしの コーナー

図書館・博物館 展示

11/22(土) ～12/21(日)	「平山和子・平山英三展 自然のうつろいに耳をすませた二人の足あと」 絵本『たんぽぽ』や『落ち葉』などの原画を展示します。
1/8(木) ～2/1(日)	「釣人が描く びわ湖と溪流・色鉛筆画展」 琵琶湖を題材にした色鉛筆画、釣人目線で描いた東北、木曽などの作品と溪流の木彫りクラフトを展示します。

博物館 イベント 申込は申込期間中に、博物館ホームページ内・申込みフォームへお願いします

2/1(日) 9:30～12:00 (雨天中止)	水鳥観察会 水辺に暮らす鳥たちの美しい姿を観察します。 場所 能登川水車とカヌーランド 対象 5歳以上 定員 20人（小学3年生以下は保護者同伴） 参加費 100円（保険代） 持ち物 暖かい服装、双眼鏡（あれば）	申込： 1/8(木) ～1/14(水)
--------------------------------	---	---------------------------

●能登川図書館

TEL：42-7007 FAX：42-8123 IP：050-5801-7007
http://www.city.higashiomi.shiga.jp/lib/

●能登川博物館

TEL：42-6761 FAX：42-8098 IP：050-5801-6761
https://e-omi-muse.com/notohaku/