

行事予定		日 時	場 所
第63回 能登川地区 文化祭	菊花展	11/ 1(月)~7(日)	能登川コミュニティセンター
	作品展示	11/ 6(土) 9:00~16:00 11/ 7(日) 9:00~15:00	
	将棋大会・囲碁大会	11/ 6(土) 9:30~16:00 ※申込要	
	歴史講話	11/ 6(土) 10:00~11:30	

能登川地区文化協会 体験教室のご案内 ※状況により、変更や中止となる場合があります。

サークル名	体験日時/参加費/定員	内容/持ち物
☆気功体操☆ 気功体操サークル	①10/5 ②10/12 ③10/19 各火曜日 14:00~16:00 参加費 無料 定員 3名/回	運動に自信がない…動作を覚えなくては…心配はいりません。先生の呼吸と動作を真似て行う体操です。 ◆持ち物:マスク・飲み物・体操のできる服装
☆詩 吟☆ 淡海吟詩会	①10/6 ②10/20 各水曜日 13:00~15:00 参加費 無料 定員 3名/回	詩吟の発声練習を行います。 初心者の方、少しでも興味のある方ご参加ください。 ◆持ち物:筆記用具
☆生命の貯蓄体操☆ 源気サークル	10/15(金) 9:30~11:30 参加費 無料 定員 5名	呼吸法と号令に合わせた動きで、血液の流れをよくし、インナーマッスルを鍛え、免疫力を高めます。 ◆持ち物:タオル・お茶・体操のできる服装

能登川支所保健師の窓口

TEL 42-7672

フレイル予防について

「食べ物がかみにくい」「むせやすくなった」「最近、疲れやすい」「時々つまづくようになった」など、このような心当たりがある人は、もしかしたら**フレイル**かもしれません！

フレイルとは、体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなり、**健康な状態から要介護へ移行する中間の段階**



しかし、フレイルの段階で適切に対応することで、**健康な状態に戻ることができる時期**とも言われています。

東近江市では、フレイル予防の一環として「パタカラ教室」を実施しています。もしかしたらフレイルかもしれないとお困りの方は、能登川支所保健師の窓口にご相談ください。

能登川図書館

能登川博物館

10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						

11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				

開館時間：10:00～18:00 ■は休館日、□は館内整理日(休館日)

図書館 ライブラリーシアター（集会ホール 定員：各 15名）

10/10(日) 14:00～	大人向け『外科室』(50分) 監督/坂東玉三郎 出演/吉永小百合 他
10/24(日) 14:00～	子ども向け『14ひきのひっこし』(28分)
11/14(日) 14:00～	大人向け『至福のとき』(97分)《日本語吹替版》 監督/チャン・イーモウ 出演/チャオ・ベンシヤン 他
11/28(日) 14:00～	子ども向け『バーバパパのアフリカいき』(25分)

図書館 おはなし会

おひぎでだっこのおはなし会	10/1(金), 11/5(金)	10:30～	集会ホール
おはなしタイム	10月: 2(土), 9(土), 16(土), 23(土), 30(土) 11月: 6(土), 13(土), 20(土), 27(土)	14:30～	はだしの コーナー

図書館 展示（能登川博物館展示室 10:00～18:00）

10/20(水) ～11/28(日)	能登川図書館秋季企画展「 ^{あきのいさむ} 秋野亥左半絵本原画展」 他の生きものとの垣根も、他の民族や国との境も軽々と超えた画家・秋野亥左半。 彼の生き方と残してくれた作品にふれてみてください。
-----------------------	--

博物館 展示（能登川博物館展示室 10:00～18:00）

9/15(水) ～10/10(日)	第139回企画展「びわこ国体から40年 in 東近江」 昭和56年にびわこ国体が開催され早くも40年がたちます。東近江市も国体会場となりました。その足跡を振り返ります。
----------------------	---

博物館 イベント

10/ 9(土) 10:00～12:00	猪子山探検隊 秋のきのこ 猪子山できのこを採集し、どんなきのこが生えているかを調べます。 (9/19(日) 10時申込受付開始 参加費：無料 5歳以上 定員：20名 雨天中止)
11/ 6(土) 10:00～12:00	猪子山探検隊 秋を見つけよう 内容：秋の猪子山で、落ち葉や木の実を集めて、秋の様子を観察します。 (10/16(土) 10時申込受付開始 参加費：無料 5歳以上 定員：20名 雨天中止)
11/27(土) 13:30～16:00	オリジナルリース作り 内容：つるや木の実などを使って、あなただけのオリジナルリースを作ります。 (11/ 7(日) 10時申込受付開始 参加費：500円 5歳以上 定員：20名)

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、催し物は中止・延期になる場合があります。

●能登川図書館

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

●能登川博物館

TEL: 42-6761 FAX: 42-8123 IP: 050-5801-6761
https://e-omi-muse.com/notohaku/