

行事予定		日時	場所
能登川ふれあいフェア 2023 能登川ふれあいスポーツフェスタ		10/15(日) 9:00~15:00	ふれあい運動公園
第65回 能登川地区 文化祭	菊花展	10/30(月)~11/5(日)	能登川コミュニティ センター
	作品展示	11/4(土) 9:00~16:00 11/5(日) 9:00~15:00	
	将棋大会・囲碁大会	11/4(土) 9:30~16:00 ※申込要	
	歴史講話	11/4(土) 10:00~11:30	
	青少年育成大会	11/4(土) 13:30~15:30	
	芸能発表会	11/5(日) 午後	
健康スポーツチャレンジ 2023		11/26(日) 10:00~15:00	能登川アリーナ

毎食に小鉢1品ずつ野菜を増やしましょう！

毎日野菜を食べ続けると、生活習慣病のリスクを下げる効果が期待できます。

<1日に摂りたい野菜の目標量>

緑黄色野菜

120g以上



1日2皿

淡色野菜

230g以上



1日3皿

東近江市民の野菜摂取量は **208.7g**、目標量の 350g に約 **140g** 足りません。

東近江市民が足りない 140g は野菜の小鉢3品分で、**毎食1品ずつ野菜の小鉢を増やす** ことで目標を達成することができます。まずは1品から野菜料理を増やしていきましょう。

お問合せ 東近江市健康推進課(保健センター)
能登川支所保健師の窓口

IP☎ 050-5801-5050
IP☎ 050-5801-1331

☎ 0748-23-5050
☎ 0748-42-7672

能登川図書館

能登川博物館

10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					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）

10/ 8(日) 14:00～	大人向け『赤毛のアン』《洋画・日本語吹き替え》(141分) 監督/ケヴィン・サリヴァン 出演/ミーガン・フォローズ 他
10/22(日) 14:00～	子ども向け『バーバパパのはこぶね』(24分)
11/12(日) 14:00～	大人向け『男はつらいよ 寅次郎の休日』《邦画》(106分) 監督/山田洋次 出演/渥美清、倍賞千恵子 他
11/26(日) 14:00～	子ども向け『ピングー④ ピングーの家出 ほか』(22分)

図書館 おはなし会

おひざでだっこのおはなし会	10/ 6(金), 11/10(金)	10:30～	集会ホール
おはなしタイム	10月：7(土), 14(土), 21(土), 28(土) 11月：4(土), 11(土), 18(土), 25(土)	14:30～	はだしの コーナー

博物館 展示・イベント 対象：どなたでも（小学校3年生以下は保護者同伴）

～10/ 8(日)	第144回企画展「ガリ版伝承館の堀井家資料大公開！」 「エジソンからの手紙」や堀井 ^{とうしやど} 騰写堂の経営に関する記録等の資料を紹介します。	
10/22(日) 10:00～12:00	「猪子山探検隊 秋の植物観察会」※雨天中止 木の実や葉、キノコ等を採取し観察します。定員20名 参加費100円	申込受付 10/1(日)10:00

埋蔵文化財センター 展示・イベント

10/25(水) ～11/12(日)	東近江市埋蔵文化財センター企画展 「重要文化財雪野山古墳出土品特別公開・東近江市発掘調査速報展」 市内の発掘調査で出土した土器などから、当時の人々の生活の一端を紹介します。	
10/28(土) 10:00～12:00	「雪野山古墳と周辺の古墳をめぐるウォーキング」※雨天中止 定員20名 参加費：100円	申込受付
11/11(土) 10:00～12:00	「鏡の鑄造体験」 低融点金属を使った鏡作りを体験します。 定員10名 参加費：1,000円 場所：能登川博物館体験学習室	10/2(月)10:00 埋蔵文化財センター
11/11(土) 14:00～15:30	講演会「雪野山古墳(仮)」 場所：能登川博物館集会ホール 講師：杉浦隆支(東近江市埋蔵文化財センター所長) 参加費：300円	TEL：42-5011 IP：050-5801-5011
会期中の水曜日 14:00～14:30	ギャラリートーク 埋蔵文化財センター企画展の展示解説を行います。 場所：能登川博物館企画展示室 参加費：無料	当日受付

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