令和8年度　図書館でいきいき健康づくり連続事業

野菜を作って食べて元気になろう!

みなさん、野菜の摂取量は足りていますか？ 野菜づくりで体を動かし、
自分でつくった野菜をおいしく食べれば、一石二鳥！さあ、いきいき健康に。

令和8年 11月28日（土）

講座 Lecture　10:30～12:30

野菜を作って食べて元気になろう！

【内 容】

- フレイル予防と野菜の摂取について
- 野菜づくりのコツと裏技 講習会
  講師：農山漁村文化協会　職員
- 健康に役立つ本の紹介
- 健康推進アプリ BIWA-TEKU の紹介

定員：30 人　11/1(日)から受付開始

野菜市 Farmer's market　10:00～11:00

地域の野菜＆ええもん市

【内 容】
おすそわけ野菜や
地域のおいしいもの　いろいろ

協力：湯屋の里(パン)
茶房 茶くら(焼き菓子)
地域の野菜生産者のみなさん



展示 Exhibition

湖東のお宝発見！

11月5日(木)～12月6日(日)　湖東の「集いの場」紹介パネル展



【問合せ・申込み】東近江市立湖東図書館
東近江市横溝町1967番地
電話 0749-45-2300 /IP. 050-5801-2300

【アクセス】湖東図書館へは…
ちょこっとバス湖東線で「湖東支所」下車、徒歩 3 分



PIONEER CITY 東近江イズム HIGASHIOMISM

共催　東近江市立図書館／東近江市社会福祉協議会
東近江市長寿福祉課／湖東地区まちづくり協議会