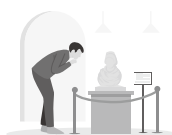


博物館展覧会 開催中

会 期	令和6年11月1日(金)から12月15日(日)
展覧会名	「愛荘町と文化財のこれまでとこれから」
会 場	歴史文化博物館 企画展示室
開館時間	10:00～17:00(入館は16:30)
休 館 日	月・火 ※11月中の休館日はありません。
入 館 料	町内在住の方は無料

講 演 会	11月17日(日) 13:30～15:00 「埋蔵文化財調査とこれからの活用」 細川 修平 氏(滋賀県文化スポーツ部文化財保護課)
展示解説	11月3日(日)、11月24日(日) 11:00、14:00(各30分)
ワークショップ	11月30日(土)、12月7日(土) 11:00、14:00(各30分)
参 加 料	無料(要観覧券)



企画展【第5回 国際交流こども絵画展】 ARTで知ろうつながろうブラジルと日本

過去4回の作品とともに、絵画、写真、映像、文章など多様な表現を通して、町内にあるブラジル人学校サンタナ学園の子どもたちや滋賀に暮らす外国の人々の日常を紹介しします。

会 期	令和6年10月26日(土)～11月17日(日)
開館時間	10時～18時(最終日は15時まで)
休 館 日	月・火曜日、10月30日(水)
会 場	びんてまりの館 企画展示ギャラリー、視聴覚室



▲昨年度の展示の様子

明日も良い日! 高齢者お元気予報 (第22回)

明るく・楽しく 介護予防! 地域包括支援センター便り

皆さん、歩いていますか?

皆さんは、どんな「秋」をお過ごしでしょうか? 「食欲の秋」「芸術の秋」「読書の秋」「行楽の秋」・・・何歳になっても「スポーツの秋」「運動の秋」を意識したいものですね。そこで、まずは「歩くこと」から取り組んでみてはいかがでしょうか。高齢者が歩くことのメリットとしては、生活習慣病の予防、睡眠の質の向上、骨粗しょう症の予防、転倒の予防の4つが



挙げられます。最近の研究によると、歩くことは運動面だけではなく、認知機能低下を予防する効果もあるといわれています。

昼間歩くことが恥ずかしい方もおられるでしょう。夜風を浴びながらウォーキングをすることもひとつです。夜間は必ず反射バンドやタスキを着用し、暗いところでもドライバーに分かりやすい服装で取り組みましょう。一緒にお喋りをしながら歩けるパートナーがいればなおさら、楽しく安全に運動ができます。

歩くことが難しい方は、室内で身体を動かすことをおすすめします。集落のサロン等へ町の地域包括支援センターの職員が出向いて指導も行いますので、お気軽にご相談ください。

☎ 地域包括支援センター ☎ 0749-42-4690

男 女 共 同 参 画

—できることから始めよう!! 男女に築く 愛のまち—

11月は「仕事と生活の調和推進月間」です!

「仕事と生活の調和」すなわち「ワーク・ライフ・バランス」とは、仕事や家庭生活、地域活動など、様々な活動を自分が希望するバランスで行うことができる状態のことです。仕事の責任を果たしながら、子育てや介護、趣味などのプライベートの時間をもち、健康で心豊かな生活を送ることのできるよう、私たちができることについて考えてみましょう。

ワークライフバランス



◎ワーク・ライフ・バランスをチェック!

- ☐ ほぼ毎日十分な睡眠がとれている。
- ☐ 食事は毎日おいしく食べている。
- ☐ 残業は少ない方である。
- ☐ 気軽に相談できる友人や仲間がいる。
- ☐ 仕事にやりがいや充実感を感じている。
- ☐ 有給休暇などの制度を有効に利用している。
- ☐ 平日でも学校行事や地域活動に参加している。
- ☐ 充実した余暇や趣味の時間を過ごしている。
- ☐ 家事や育児などは家族と協力し合っている。
- ☐ スポーツなどで健康維持に努めている。

ワーク・ライフ・バランスの実現は、働き方改革などの社会全体の動きだけではなく、自分自身の働き方について見直すきっかけにもなります。仕事と生活の両方を充実させるには、どのような働き方が最適かを考え、できることから取り組んでみませんか。

☎ みらい創生課 ☎ 0749-29-9046

・ハーティーセンター秦荘	☎0749-37-4110	休 館 日 月曜(祝日に当たる場合は翌日以降の平日)
・歴史文化博物館	☎0749-37-4500	開館時間 10:00～17:00
・近江上布伝統産業会館	☎0749-42-3246	休 館 日 月・火・祝日の翌日
(ゆめまちテラスえち1階)		開館時間 10:00～17:00
・愛知川びんてまりの館	☎0749-42-4114	休 館 日 月・祝日
		開館時間 10:00～18:00
		休 館 日 月・火・毎月最終水曜・祝日

愛荘町音楽祭2024



愛荘町内の児童・生徒が、日ごろの練習の成果を発表する音楽発表会です。どなたでもご覧いただけます。子どもたちのがんばる姿やすばらしい演奏に、皆さんで盛大な拍手をお送りください。

日 時	11月2日(土) 13:30から
場 所	ハーティーセンター秦荘 大ホール
入 場 料	無料
出 演 者	愛荘町少年少女合唱団 秦荘中学校吹奏楽部 愛知中学校吹奏楽部 愛知高校音楽コース

ハーティーマンスリーコンサート

音楽好きが、とにかく楽しく演奏するコンサートです。ジャンルも色々、歌あり演奏ありの60分です。気軽な気分でお越しください。

日 時	11月30日(土) 10:00から
場 所	ハーティーセンター秦荘 大ホールロビー
入 場 料	無料

♪LANDS(ランズ)
♪カリンバ・鍵盤ハーモニカ・ピアノグループ
Sun Heart(サンハート)

※出演者は変更になる場合がございます。
※使用済のアルミ缶やペットボトルキャップ・切手があればお持ちください。

出演者募集

コンサートに出演する音楽家の皆さんを募集中です。詳しくはホームページをご確認ください。



はーてぃーシネマ vol.2

人生をしまう時間

都会の片隅で「在宅死」と向き合うベテラン医師 小堀 鷗一郎医師80歳。東大病院の名外科医だった彼がたどりついた最後の現場は在宅の終末期医療でした。患者と家族とともに様々な難問に向き合う医師や看護師、ケアマネジャーたち。一人ひとりの人生の終わりに、医療は何ができるのかについて、地域の在宅医療に携わる人々の活動に密着した映画です。命の現場を記録した映画を通して、避けられない「死」そして「生きること」について考えてみませんか。



日 時	令和7年2月9日(日) 13:30から
場 所	ハーティーセンター秦荘 中ホール
入 場 料	一 般 500円 ※税込

文化協会会員 無料 ※整理券必要

プレイガイド ハーティーセンター秦荘、愛知川公民館、るーぶる愛知川

12/7(土)
発売

☎ 愛荘町立ハーティーセンター秦荘 《指定管理者 (一社) 愛荘町文化協会》
☎0749-37-4110 URL : <https://www.heartycenter.jp>