

夏めし 100
さっぱり&スパイシー

高橋 雅子 / 著
池田書店

食欲を刺激する夏野菜・肉・魚介料理を中心に、夏だからこそおいしいレシピを掲載。

図書館スタッフが 今月のオススメ
えらぶ



子ども



いきもの漢字図

えざき みつる / 作
あすなろ書房

人々の暮らしのまわりには、美しい姿のさまざまないきものたちの名前を漢字で紹介。



開館 50 周年記念展示 2

「海辺のまちの戦国時代」
「図書館 50 年のあゆみ」



蒲郡市の戦国時代についての紹介と昭和 44 年 7 月に開館した図書館の出来事を振り返ります。

と き 8月3日 土～25日 日

ところ 展示室



図書館 & 博物館 特別コラボトークショー

司書×学芸員が愛する「蒲郡の戦国時代」

三河地区の動きを中心に、海辺の小さなまちに起きた戦国期の動乱を熱く語り合います。

と き 8月4日 日
午後2時～3時

ところ 博物館研修室

参加費 無料 ※申し込み不要



市民体育センター

☎ 69-3241

申し込み・問合せは直接または電話で市民体育センターへ。

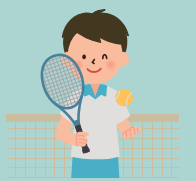
市民体育センターでは皆さんの健康をサポートできる、さまざまな講座を取り揃えています。

今月のおすすめ

- ママヨガ (子ども同伴可)
9月2・9・30日 月
午前10時40分～11時40分
9月4・11・18・25日 日
午前9時30分～10時30分
- ストレッチ&エアロビクス
9月2・9・30日 月
午後1時45分～2時45分



このほかにも、硬式テニス無料体験教室 (金平)、スタイルアップストレッチ教室など、魅力的な講座や教室をたくさん開催中!



蒲郡市民体育センター

🔍 検索

ユトリーナ蒲郡

☎ 57-0123

8月 開催の教室



水中教室

ホット DE ダンシング	日	午後7時	月 2,000 円
水中ストレッチ	日	午後2時	無料
アクアフィットネス	日	午後2時	無料



スポーツ教室

美スタイルヨガ	日	午後7時30分	月 3 回 2,000 円
バランスヨガ	日	午前10時30分	
夜ヨガ	日	午後7時	月 3 回 2,000 円
おそヨガ	金	午後7時30分	
キッズダンス	日	午後4時30分	月 3 回 2,000 円
エアロビクス	日	午後7時	
子連れヨガ	金	午前10時30分	1回 700 円



文化教室

簡単生け花	20日 日	午後1時30分	1,400 円
インテリア書道	8日 日	午後2時	1,000 円
ソープカービング	6日 日	午後1時15分	1,000 円
和布で季節の小物	17日 日	午後1時15分	1,000 円
脳トレ	8・22日 日	午後1時15分	1回 500 円