



12月3日～9日は障害者週間。当事者による本を読んでみませんか。



『文字の読めないパイロット 識字障害の僕がドローンと出会って飛び立つまで』
高梨 智樹／著 イースト・プレス

文字が読めない著者がどのように過ごしてきたのか当事者の言葉で語られます。障がい理解してくれる人との出会いが大切だと実感させられます。



『センス・オブ・何だあ? 感じて育つ』
三宮 麻由子／著 大野 八生／画 福音館書店

4歳の時に視力を失った著者が大切にするのは「感じる」こと「何だろう」と思うこと。子どもたちの体験をさせてくれたご両親も素敵です。



“デイジー図書”あります

様々な理由で「活字をそのままでは読めない」人のため、代わりに本を読んで録音したものです(パソコンやMP3対応CDプレイヤーなどで再生)。人気なのは小説や実用書です。リクエストにも応えています。

年末年始休館前の貸出期間変更

12月14日(火)～27日(火)

2週間→3週間

※電子図書館は除く。



市民体育センター

☎ 69-3241

今月のおすすめ!

幼児・児童トランポリン教室

いろいろな跳び方を楽しみながら体幹を鍛え、空中感覚を養います。

と き 1月10・24・31日(火) 午後4時～5時

対 象 年長～小学3年生

受講料 4,290円

糸掛け曼茶羅講座

規則性に沿って糸を掛け、アート作品をつくります。

と き 1月21日(土)

午前9時30分～11時30分

対 象 小学生以上の親子ペアまたは18歳以上の方

定 員 10人

受講料 親子ペア 2,000円

18歳以上 1,500円



新教室!

筋膜リリースヨガ

筋肉を覆う“筋膜”のよじれや癒着をほぐします。冷えやむくみの改善、内臓の調子も整います。

と き 1月23・30日(月)

午後7時30分～8時30分

対 象 18歳以上の方

受講料 1回 660円 ※初月のみ



今人気の「筋膜リリース」の理論を取り入れた新しいヨガです。身体の奥深くまで整えましょう。

その他講座はQRコードから



筋膜リリースヨガ講師
丸山七枝