



図書館スタッフが えらぶ

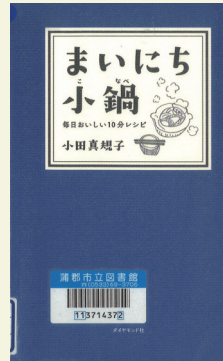


図書館
Library
☎ 69-3706



おいしい文藝
『ぐつぐつ、お鍋』
阿川 佐和子 ほか / 著
河出書房新社

池波正太郎、安野モヨコ、森絵都など37人のお鍋にまつわるエッセイアンソロジー。鍋っていいよねえ、とつばやきたくなる1冊です。



『まいにち小鍋
毎日おいしい10分レシピ』
小田 真規子 / 著
ダイヤモンド社

定番から変わりダネまで、少ない具材とおうちにある調味料で手軽にできる鍋レシピの本。火を使わず作れるおつまみ（大根のおろしマヨわさびほか）レシピも掲載。

絵馬展

干支を描いた絵馬を展示します。

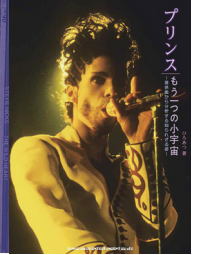
と き 1月4日(日)～10日(日)
※最終日は午後3時まで
と ころ 展示室



企画展 プリンスってこんな人

作詞作曲、演奏、衣装などすべてがオリジナルのアーティスト、プリンスを紹介します。

と き 1月14日(日)～28日(日)
と ころ 展示室



市民体育センター

☎ 69-3241

新教室

男性のみの運動教室

体力に自信のない方、運動習慣のない方も安心して参加できます。関節に痛みのある方も無理のない方法で運動できます。

と き 2月2・9・16日(日) 全3回
午後2時30分～3時30分
対 象 60歳以上の男性
受講料 1,650円

おすすめ

骨盤底筋トレーニングヨガ

年齢とともに低下する筋力の影響や症状をトレーニングで改善します。

と き 2月8・22日(日) 全2回
午後7時30分～8時30分
対 象 18歳以上の方
受講料 1,760円

チェアヨガ

主にイスに座って行うヨガです。激しい運動ができない方も無理なく参加できます。

と き 2月2・9・16日(日) 全3回
午前11時50分～午後0時50分
対 象 18歳以上の方
受講料 1,650円

その他教室、イベントなど

