

図書館スタッフがえらぶ



いい夢みたら、いい気分。
眠るのが楽しみになっちゃう“夢”の本を紹介します。



図書館
Library

☎ 69-3706



『夢の正体
夜の旅を科学する』
アリス ロブ / 著
川添 節子 / 訳
早川書房

夢はどのように働くのか？なぜ必要なのか？占いの対象として見られることの多い夢が、どのくらい科学的に解明されているかを解説してくれる1冊。



『うさぎになったゆめがみたいの』

おくはら ゆめ / 作
BL 出版

うさぎになった夢がみたくて、みーちゃんは前歯を出して寝てみました。みーちゃんになったのは…、テジクネズミ！？まねして寝たくなっちゃうかも。

切り絵展

蒲郡切り絵同好会の作品を展示します。

と き 2月1日(日)～12日(日)

※最終日は午後4時まで

と ころ 展示室



大人のためのきゅんとするブックトーク (恋愛編)

短歌や小説など胸がキュンとする本を紹介します。どんな本に出合えるでしょうか。

と き 2月3日(日) 午後2時～3時

と ころ 会議室 対 象 どなたでも

定 員 20人 申し込み 不要



市民体育センター

☎ 69-3241

おすすめ

健康太極拳

太極拳の動きでゆっくり動く事により下半身の筋力強化や健康増進を図ります。

と き 3月5・12・19・26日(日) 全4回

入門クラス

午前9時30分～10時30分

初級クラス

午前10時40分～11時40分

対 象 18歳以上の方

受講料 2,200円

筋膜リリースヨガ

筋肉を覆っている筋膜に刺激を与えて緩めることで痛みやコリを改善し、冷えやむくみの解消を目指します。

と き 3月4・11・18日(日) 全3回

午後7時30分～8時30分

対 象 18歳以上の方

受講料 1,980円

スタイルアップストレッチ

ストレッチで、ウエスト・背中・お尻回りもスッキリ。体幹を引き締めます。

と き 3月6・13・27日(日) 全3回

午後7時30分～8時30分

対 象 18歳以上の女性

受講料 2,640円



その他教室、イベントなど

