



図書館スタッフのおすすめ

# おうちDIY



図書館

Library

☎ 69-3706



目的別でわかる  
DIYでリフォーム&修繕  
成美堂出版編集部/編著  
成美堂出版

古いおうちが快適に！屋内・屋外のリフォームや修繕について、目的別に紹介。作業時間や材料費の目安、難度も載っています。



賃貸だけどDIY  
やってみた！  
ユリカ/著  
KADOKAWA

電動工具がなくても、賃貸住宅でも可能なアイデアが盛りだくさん。穴あけ不要のカーテン取り付け、照明の付け替えなどの簡単DIYで部屋の雰囲気を変えてみませんか？

## 春の特別展 おはなしおばさんのかわいい仲間たち

「春の空、ふんわり」をテーマに、手作りの人形や季節のイラスト、おはなし会で使う衣装の帽子を展示します。

とき 3月1日 日～29日 日

ところ 展示室



## “かず&ことば”のおはなし会

とき 3月28日 土 午前10時～ ※30分程度

ところ 児童室おはなしの部屋

## 市民体育センター

☎ 69-3241



### おすすめ

#### ピラティス初級

インナーマッスルを鍛えて、体の癖や歪みからくる体調不良や痛みを軽減させましょう。

とき 4月2・9・16・23・30日 全5回  
午前9時30分～10時30分

対象 18歳以上の方

受講料 3,000円

#### 週末ととのえヨガ

正しい体の動かし方を学んで筋力の低下を 방지、介護の必要のない体づくりを目指します。

とき 4月3・10・17・24日 全4回  
午前10時40分～11時40分

対象 18歳以上の方

受講料 2,400円



#### スタイルアップストレッチ

音楽のリズムに乗って運動し、スッキリした体を手に入れましょう。

とき 4月1・8・15・22日 全4回  
午後7時30分～8時30分

対象 18歳以上の女性

受講料 3,600円



その他教室、  
イベントなど



新規の方は体験ができます。  
希望の方は、体育センター受付へ。  
(有料・1回のみ)