

図書館スタッフの  
おすすめ

# ぬいぐるみ



## ぬいぐるみとしゃべる人はやさしい

大前 粟生 / 著  
河出書房新社

“男らしさ”や“女らしさ”のノリが苦手な大学二年生七森の恋愛模様が描かれた作品と他3編を収録。



## 大人だって、ぬいぐるみに癒やされたい!

伊庭 和高 / 著  
PHP研究所

ぬいぐるみを“心のパートナー”として活用した新しい「ぬい活」。不安や自信のない気持ちをぬいぐるみにこっそり教えてみては。

図書館  
Library

☎ 69-3706

### 認知症予防の会

- とき** 毎月第2回  
午前10時～11時  
※8月を除く
- ところ** 会議室
- 定員** 15人



### 大人のためのゆる～い読書会 テーマ「絵本」

- とき** 5月17日回  
午後2時～3時
- ところ** 会議室
- 対象** 18歳以上の方
- 定員** 10人
- 持ち物** 紹介用の絵本1人1冊



おはなし会 ID 0083927

- とき** 毎週水金日 午前10時～、毎週日 午後2時～ ※各30分
- ところ** 児童室おはなしの部屋

あかちゃんタイム ID 0102982

- とき** 毎週金 午前10時～正午

## 市民体育センター

☎ 69-3241



### おすすめ

#### 週末ととのえヨガ

仕事の疲れをヨガでととのえて、週末を楽しく過ごしましょう。

- とき** 6月5・12・19・26日回 (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

#### ジェントルヨガ

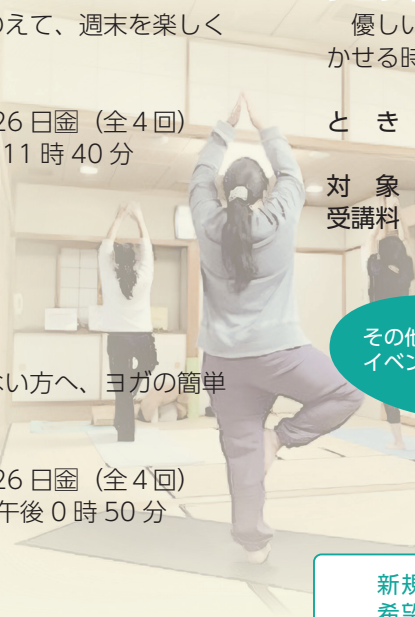
優しい・穏やかなヨガで、心と体を落ち着かせる時間を過ごしましょう。

- とき** 6月5・12・19・26日回 (全4回)  
午後7時～8時
- 対象** 18歳以上の方
- 受講料** 2,800円

#### はじめてのヨガ

初めての方、始めて間もない方へ、ヨガの簡単な姿勢からご案内します。

- とき** 6月5・12・19・26日回 (全4回)  
午前11時50分～午後0時50分
- 対象** 18歳以上の方
- 受講料** 2,400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)