

図書館スタッフがえらぶ
夏の実験！



図書館
Library
☎ 69-3706



**おうちでできる
オモシロ実験！**
市岡元気 / 著 藤本たみこ / イラスト
講談社

100円ショップで買える材料を中心に、簡単な実験を20個紹介。家族やお友達と一緒に、ドキドキワクワクする実験をやってみよう。



アリエナイ化学実験事典
レイユール / 文 薬理凶室 / 監修
三オブックス

蛍光ペンから光る色素を取り出したり、羽毛布団からチキンスープを作ったり、身の回りにある様々なものを使った驚きの実験がもりだくさん！簡単なものから本格的なものまで、読み応えたっぷりの1冊です。

大橋裕之の なんとなくとおいた展 ID 20260811

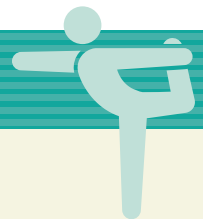
本市出身の漫画家が、今もなぜか捨てずに残しているコレクションを展示します。

とき 8月11日(金)～9月6日(日)
ところ 展示室



市民体育センター

☎ 69-3241



おすすめ

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 9月2・9・16・30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

介護予防ヨガ&エクササイズ

体力・筋力の低下を防ぎつつ、正しい体の使い方を学び、介護の必要がない体を目指します。

とき ① 9月7・14・28日(全3回)
② 9月2・9・16・30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 ① 1,800円
② 2,400円

腸活ヨガ

ヨガのポーズを通して、腸を始めとした内臓に刺激を与え自律神経を整えることで、ストレスのない体を目指します。

とき 9月3・10・17・24日(全4回)
午後2時45分～3時45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)