



キッチンがたった1日で劇的に片づく本

阪下 千恵 / 著
主婦と生活社

劣等感だらけだった料理研究家が片づけテクを伝授！キッチンが変われば人生が変わります。



英文多読講演会

英文多読の仕組みやたくさん読むためのコツ、図書館を利用して始める具体的な方法を紹介。

- と き** 7月13日 日
午後1時15分～4時30分(開場 午後1時)
- と ころ** 市民会館会議室3
- 講 師** 西澤 一(豊田工業高等専門学校教授)
- 定 員** 30人
- 対 象** どなたでも
- 参加費** 無料
- 申し込み** 直接または電話で図書館へ。



図書館スタッフが
えらぶ



子ども

きょうりゅうのおおきさってどれぐらい？



大島 英太郎 / 著
福音館書店

もし現代の公園や商店街に恐竜がいたら？恐竜の大きさがわかる絵本。



めくるくん

読書感想文におすすめの本
紹介します!!

悩みのタネ？夏休みの本選びを解決。お気に入りを見つけよう。

- と き** 中学生 7月21・28日 日
午後3時30分～4時
- 小学生 7月23日 日～26日 金、30日 日
午後2時～3時
- と ころ** 児童室おはなしの部屋
- 参加費** 無料
- 申し込み** 不要



市民体育センター

☎ 69-3241

開催日時・参加費など申し込み・問合せは直接または電話で市民体育センターへ。

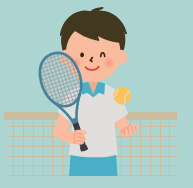
市民体育センターでは皆さんの健康をサポートできる、さまざまな講座を取り揃えています。

今月のおすすめ

- 太極拳
8月6・20・27日 日
午前9時30分～10時30分(入門)
午前10時40分～11時40分(初級)
- ピラティス
8月6・20・27日 日
午後1時45分～2時45分(中級)
午後3時～4時(初級)



この他にも、クラシックバレエ教室や硬式テニス集中型(2日間)体験教室(金平)など、魅力的な講座や教室をたくさん開催中!



蒲郡市民体育センター 🔍 検索

ユトリーナ蒲郡

☎ 57-0123

7月 開催の教室



水中教室

ホット DE ダンシング	日	午後7時	月 2,000円
水中ストレッチ	日	午後2時	無料
アクアフィットネス	日	午後2時	無料



スポーツ教室

美スタイルヨガ	日	午後7時30分	月 3回 2,000円
バランスヨガ	日	午前10時30分	
夜ヨガ	日	午後7時	月 3回 2,000円
おそヨガ	金	午後7時30分	
キッズダンス	金	午後4時30分	1回 700円
エアロビクス	日	午後7時	
子連れヨガ	金	午前10時30分	



文化教室

簡単生け花	9日	午後1時30分	1,400円
インテリア書道	18日	午後2時	1,000円
ソープカービング	2日	午後1時15分	1,000円
和布で季節の小物	20日	午後1時15分	1,000円
脳トレ	11・25日	午後1時15分	1回 500円