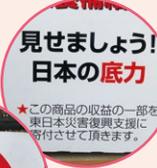


春の特別展 あれから10年 広告に見る忘れじの東日本大震災



平成23年3月11日、東北地方太平洋沖を襲った巨大地震から10年。被災地の復興を願い、世相を記録する広告などを展示します。

と き 3月5日(金)～28日(日)
と ころ ブラウジングルーム



司書が答えます おうち時間の 読み聞かせ



悩めるママより
(子ども1歳2か月・男の子)

うちの子、絵本を読んでも、最後まで聞いてくれないんです。他の遊びを始めてしまって…。

“本も楽しい”と分かってくると、最後まで聞けるようになりますよ。

読んであげるなら、お子さんが落ち着いている時や寝前の時間がおススメです。1冊にかかる時間は短いもの。大人もゆったりとした気持ちで、本を開いてくださいね。



市民体育センター

☎ 69-3241

今月のおすすめ

●エアロビクス

リズムに合わせた有酸素運動で体力アップ!

と き 4月5・12・19・26日(日)
午後1時45分～2時45分

●夜ヨガ

夜しか時間がない方向け。仕事や家事のストレスを和らげます。

と き 4月6・13・20・27日(日)
午後7時30分～8時30分

●産後ヨガ

産後の体調・体型を整えます。

と き 4月7・14・21・28日(日)
午前10時45分～11時45分

●ピラティス

体力のない方、運動の苦手な方でも気軽に始められます。

と き 4月6・13・20・27日(日)
中級クラス 午後1時45分～2時45分
初級クラス 午後3時～4時

●硬式テニス無料体験

テニス初心者に最適です。

と き 4月11日(日)
小学1～3年 午前9時～10時10分
小学4～6年 午前10時20分～11時30分
18～65歳 午後7時30分～9時
と ころ 金平テニスコート
★ラケット無料貸し出しあり

その他の講座は

▼市ホームページ

市民体育センター

🔍 検索