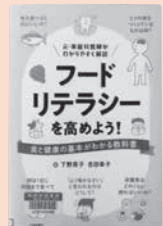


開館時間 月・水・金・土・日／午前10時～午後6時
木／午前10時～午後8時
休館日 毎週火曜日
毎月第3水曜日(館内整理日)
年末年始(12月29日～1月3日)
特別整理期間(年1回)
図書館 ☎(232)0404
図書館ホール ☎(232)7756
https://www.kikuyo.library.ne.jp 菊陽町図書館HP



新しく届いた本



フードリテラシーを高めよう!
下野 房子/著 吉田 幸子/著
「食」は命と健康を育む基本です。元家庭科教師が、すべての年代の人を知っていただきたい栄養素の基礎知識を、わかりやすく解説しています。



一筆啓上 漱石先生
くまもと漱石倶楽部
二十周年記念誌刊行委員会/編著
くまもと漱石倶楽部創立20周年記念誌として出版されました。漱石ファン56人が、漱石先生への気持ちを込めました。



名画の中で働く人々
中野 京子/著
世界には無限といえるほどの職業があります。はるか昔から画家が意図的、ないし無意識に描いてきた、絵画に塗り込められた職業について紹介しています。

親子の「どうしても起きられない」をなくす本
三池 輝久/著 木田 哲生/著
時計遺伝子 岡村 均/著
「足がよくなる」人のお助けBOOK 出沢 明/著
大人のクッキーと焼き菓子 石橋 かおり/著

菊陽町図書館だより ほんの森

みんなで楽しむ おはなし会

- ★朝のおはなし会(おはなしの森さんさん)
1月4日(水)・11日(水)、2月1日(水)・8日(水)
午前11時～11時15分
 - ★夕方のおはなし会(図書館職員)
1月5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)
午後4時30分～4時45分
 - ★日曜のおはなし会(おはなしの森さんさん)
1月22日(日)、2月12日(日)・26日(日)
午後2時～2時15分
 - ★あかちゃんと楽しむわらべうた(図書館職員)
1月25日(水)
①午前10時30分～10時45分(6カ月未満児対象)
②午前11時～11時15分(6カ月～1歳未満児対象)
- ※時間を短縮して開催します。
※人数が多い時は制限することがあります。
※状況により中止になることがあります。

図書館からのお知らせ

臨時休館のお知らせ

1月8日(日)は終日休館

図書館ホールで菊陽町成人式があるため、1月8日(日)は終日休館します。



菊陽町図書館ホール 令和5年1月の催し (令和4年12月10日現在確定分)

日	曜	開場	開演	終演	催し物	主催者	入場料	対象者
8	日	9:00	9:30	12:00	令和5年菊陽町二十歳の成人式	生涯学習課 ☎(232)4917	無料	関係者のみ
21	土	9:30	10:00	12:00	よかつれフェスタ2023	菊陽町男女共同参画さんさんの会 三里木町民センター ☎(232)5536	無料	どなたでも
28	土	9:30	10:00	12:00	菊陽町青少年健全育成町民会議 全体研修会	中央公民館 ☎(232)2116	無料	関係者のみ

☆主催者の都合により内容を変更する場合があります。
☆図書館駐車場が満車の際は、隣接する公園の駐車場をご利用ください。
☆練習・リハーサルなどは掲載していません。

令和5年8月分のホール使用の調整会議(抽選会)を、2月10日(金)の午前9時30分から視聴覚室で行います。認め印を持参し、時間までにお集まりください。

菊陽町
総合交流ターミナル
☎(232)8690

さんふわあ

NEWS
第17回



詳しくはこちら

ソフトエアロ

(木曜日)

エアロビクスは、ダンスをしながらエクササイズを行う運動です。私と一緒に楽しい汗をかきましょう!



安部先生



東先生

ZUMBA

(月曜日)

陽気で明るい軽快なラテン音楽をメインに、世界中の音楽とダンスを組み合わせたダンスフィットネスです。リズムに合わせて体を動かし日頃の運動不足やストレスを解消しましょう。

ソフトヨガ

(金曜日)

ヨガが初めての人から、経験のある人まで、どなたでも楽しめる内容です。

お気軽にご参加ください。



MAKI先生



長先生

ピラティス

(土曜日)

ピラティスでは自分の体に集中します。他の人と比べると自分に向き合っただけの動きのクセを取りベストな体を作ります。

その他、エアロ・パワーヨガ・ボディメイキング・REEJAMなど

健康増進施設 にんじむ

営業時間 9:30～22:30(受付21:30まで)
日曜・祝日/9:30～19:00(受付18:00まで)
火曜定休(祝日の場合は営業)
☎(232)8690(代)

当日券

トレーニング(1回/3時間)
一般400円/70歳以上300円
スタジオレッスン(1回)
一般400円/70歳以上300円

回数券・月会員

スタジオ回数券(11枚/3カ月間有効)
一般4,000円/70歳以上3,000円
月会員(トレーニング+スタジオ+温泉)
一般7,300円/70歳以上5,500円

参加者の感想



30代 女性

週2～3回エアロビを習っています。最初は簡単なステップを覚え、今では難しいステップにも挑戦中です。音楽に合わせて、体を動かすことでストレス発散になります!

先生の分かりやすい振り付けや豊かな表情のおかげでZUMBAを楽しんでいます。ピラティスではインナーマッスルの強化や姿勢改善を意識し、以前より猫背が改善されてきました。



60代 男性

新規入会キャンペーン

1/6(金) ▶▶ 1/12(木)

期間中の月会員ご入会で
1月分の月額利用料が無料!!



ご入館の際は検温・手指の消毒・マスクの着用にご協力ください