

# おただより

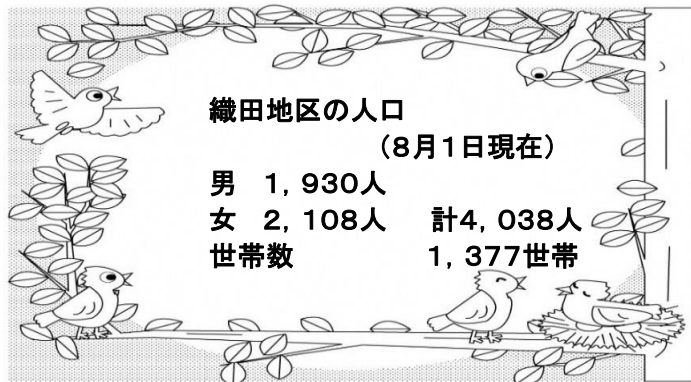
令和4年9月 第326号

～ 越前町生涯学習センター 織田分館

〒916-0215 越前町織田36-1

織田コミュニティセンター内

TEL(0778)36-1111 Fax(0778)36-1117



講座・教室のご案内

申込先 生涯学習センター TEL34-2000



えちぜん健康チャレンジ  
対象講座

## ～ バランスボール教室 ～

座るだけで、身体のバランスを調整し、ゆがみを整えることのできるバランスボール。手軽に始められ、室内で行えるのも魅力の1つです。  
インナーマッスルが鍛えられて基礎代謝が上がり、脂肪を燃焼しやすい身体づくりができます。他にも姿勢がよくなることで血行がよくなり腰痛が緩和するなどたくさんの効果があります。  
先生からいろいろなエクササイズを習ってスポーツの秋を楽しみましょう。

- 【日時】 10月15日(土) 午後1時～2時  
【会場】 宮崎コミュニティセンター アリーナ  
【講師】 松山 知世氏  
【定員】 15名  
【受講料】 無料  
【持ち物】 タオル、飲み物、健康チャレンジカード(ない人には当日お渡しします)  
(ヨガマットがある人は、お持ちください)  
【その他】 動きやすい服装でお越しください(裸足で行います)  
【申込先】 生涯学習センター宮崎分館 TEL32-7712  
【締切】 10月13日(木)

バランスボールは  
当日貸出します



## ロコモ予防体操講座 ～いつまでも元気に動ける体づくり～

いつまでも元気で自立した生活を送るためには、足腰の健康が大事です。  
加齢とともに低下していく筋肉やバランス機能を鍛えましょう。  
今回の講座では、「転倒予防」・「筋力低下予防」などに効果のある体操を学びます。  
自宅でも手軽にできる続けやすい体操で、元気な毎日を目指しましょう！

- 【日時】 9月22日(木)・29日(木) 午後1時30分～2時30分  
【会場】 生涯学習センター 1階 学習室3  
【講師】 NPO法人生涯体育学習振興機構 伊藤 紀恵氏 氏  
【定員】 15名  
【受講料】 無料  
【持ち物】 内スック、タオル、飲み物、健康チャレンジカード(ない人には当日お渡しします)  
【申込先】 越前町生涯学習センター TEL34-2000  
【締切】 9月20日(火)



### 越前町立図書館織田分館臨時休館のお知らせ

9月27日(火)から10月2日(日)の6日間

歴史資料館の燻蒸作業と図書館の蔵書資料点検作業を行うため、上記のとおり、お休みをいただきます。  
利用者のみなさまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。

お持ちの図書館資料で、返却期限の来ているものは速やかにご返却ください。ただし、まだ読んでいない場合、予約がついていない資料に限り延長が可能です。係員にお尋ねください。

また、臨時休館中に返却期限を迎えるものは夜間返却口をご利用ください。

一般書

- やっと訪れた春に 青山 文平
- レペゼン母 宇野 碧
- 死んでいる私と、私みたいな人たちの声 大前 粟生
- 空を駆ける 梶 よう子
- 翻訳はめぐる 金原 瑞人
- オンライン脳 川島 隆太
- アナベル・リイ 小池 真理子
- それでもがんばる! どんまいなもふもふ どうぶつ図鑑 今泉 忠明監修
- 殺人者の白い檻 長岡 弘樹
- 汝、星のごとく 風良 ゆう

児童書

- ★ はたけの絵本 いわむら かずお
- ★ 給食室のいちにち 大塚 菜生
- ★ 忘れもの遊園地 久米 絵美里
- ★ しまずかん こにしけい
- ★ チャコという犬がいた たなか ちづみ
- ★ 空と大地に出会う夏 濱野 京子
- ★ もしキミが、人を傷つけたなら、傷つけられたなら 犯罪学教室のかなえ先生
- ★ アマゾン川 サングマ・フランシス
- ★ 難しい本を読むためには 山口 尚
- ★ 長い長い夜 ルリ
- ★ キーウの月 ジャンニ・ロダーリ

ほか

ほか



## 生涯学習カレンダー

(生涯学習センター・宮崎・越前・織田・糸生分館 講座等)

| 日                                        | 月                                                                                           | 火      | 水     | 木                                                      | 金                              | 土                     |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|--------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| 8月28日                                    | 8月29日                                                                                       | 8月30日  | 8月31日 | 9月1日                                                   | 9月2日                           | 9月3日                  |
| バックナンバー、他地区生涯学習センターだよりが町のホームページでご覧いただけます |                                                                                             |        |       | 手づくりアロマオイル講座<br>織19:00～20:30                           | 代謝アップ・エクササイズ講座<br>セ19:00～20:00 |                       |
| 9月4日                                     | 9月5日                                                                                        | 9月6日   | 9月7日  | 9月8日                                                   | 9月9日                           | 9月10日                 |
|                                          | 図書館休館日                                                                                      |        |       | ピラティス体験教室<br>宮19:00～20:30                              |                                | パン作り講座<br>織9:00～12:30 |
| 9月11日                                    | 9月12日                                                                                       | 9月13日  | 9月14日 | 9月15日                                                  | 9月16日                          | 9月17日                 |
|                                          | 図書館休館日                                                                                      |        |       | ピラティス体験教室<br>宮19:00～20:30                              |                                |                       |
| 9月18日                                    | 9月19日                                                                                       | 9月20日  | 9月21日 | 9月22日                                                  | 9月23日                          | 9月24日                 |
|                                          | 敬老の日<br> | 図書館休館日 |       | ピラティス体験教室<br>宮19:00～20:30<br>ロコモ予防体操講座<br>セ13:30～14:30 | 秋分の日                           |                       |
| 9月25日                                    | 9月26日                                                                                       | 9月27日  | 9月28日 | 9月29日                                                  | 9月30日                          | 10月1日                 |
|                                          | 図書館休館日                                                                                      |        |       | ロコモ予防体操講座<br>セ13:30～14:30                              |                                |                       |
| 図書館織田分館臨時休館                              |                                                                                             |        |       |                                                        |                                |                       |

※問合せ先

セ：生涯学習センター TEL34-2000 宮：宮崎分館 TEL32-7712 織図：図書館織田分館 TEL36-2288

生涯学習センターだよりは10月から全地区で同じ記事になります



今まで越前町生涯学習センター、各分館で発行していたセンターだよりは、10月号から統一し、新「越前町生涯学習センターだより」として主に講座の開催についてお知らせします。今後ともよろしくお願いいたします。