

市民太極拳教室を開催

日時 4月12日から5月17日
までの毎週月曜日（5月3日祝を除く）全5回 午後7時30分～9時

会場 シルクドーム

講師 日本武術太極拳連盟公認指導員

対象 市内在住・在勤・在学者で太極拳に興味のある人

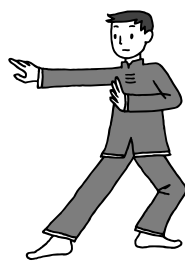
定員 25人（先着順）

参加費 500円

用意 運動のできる服装、室内用運動靴

申込 3月15日(月)から電話又は直接左記へ

★体育課 ☎251152



川淵三郎塾～スポーツ健康教室～

申し込み順で先着100人に歩数計をプレゼント!

「スポーツはちょっと…」と思っているみなさん、ウォーキングや食生活など、身近なことから健康を楽しく考えてみませんか。

日時 3月28日(日) 午前10時～正午 **会場** シルクドーム前庭
※クロスカントリー大会と同時開催です。ランナーを応援しながら自分も健康になりませんか。雨天の場合はシルクドーム内で行います。

①「免疫と運動」

時間 午前10時～10時45分
内容 健康づくりの必要性、運動と栄養など
講師 鈴木 克彦 先生（早稲田大学スポーツ科学部准教授）

②「わかつちやいるけどできない運動をどうするか」

時間 午前11時～11時45分
内容 生活の中でできる運動、肩こり・腰痛の対処法など
講師 宮地 元彦 先生（国立健康・栄養研究所プロジェクトリーダー）

《①②共通》 **対象** 市内在住・在勤者 **定員** 各講座50人（先着順）

参加費 無料 **用意** 運動のできる服装
申込 3月10日(水)から電話又は直接体育課へ
★体育課 ☎251152

公民館

◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みはいずれも午前8時30分からです。

中央公民館 ☎227600

◆4月のパソコン無料開放日
初級者でパソコンを練習したい人は、お気軽にご利用ください。事前の申し込みは不要です。当日直接公民館へ。
開放日 毎週火・金曜日
時間 午前9時～正午、午後1時～4時

※ボランティアの指導者が常駐し、初級者レベルの内容であれば対応します。また、4月13日(火)は、午前9時から正午までパソコン相談日として指導員も常駐します。

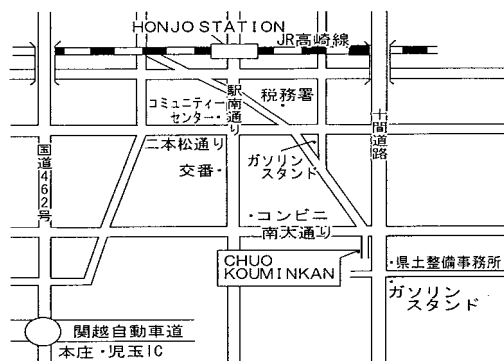
◇日本語教室ボランティアを募集します

毎週日曜日(午前中)に、中央公民館で開催している日本語教室では、ボランティアを募集しています。日本語が話せれば、特別な資格は必要ありません。
希望する人は、電話又は直接中央公民館へお申し込みください。

☆GRATUITAMENTE ENSINAMOS JAPONÉS.
TODOS OS DOMINGOS,DAS 10:00 ~ 12:00 HS.
LOCAL : CHUO KOUMINKAN

☆CLASES GRATUITAS DE JAPONÉS.
TODOS LOS DOMINGOS DE 10:00 A 12:00 HRS.
LUGAR : CHUO KOUMINKAN

☆教日語（无費）
日期：毎星期日上午10～12点
場所：中央公民館



旭公民館 ☎25940

◆ストレッチ&ダイエット体操教室
簡単にできるストレッチとダイエット体操のノウハウを身につけて、健康的で美しい体を手に入れましょう。

日時 4月6日から20日までの毎週火曜日 全3回 午後1時30分～3時

講師 渡辺 京子 先生

定員 30人（先着順）

費用 無料

用意 運動のできる服装、タオル、室内用運動靴

申込 3月16日(火)から電話又は直接公民館へ

北泉公民館 ☎22484

◆紙粘土教室

紙粘土で形を作り、彩色やビーズなどの装飾を施して、すてきなティッシュカバーケースを作りますか。参加をお待ちしています。

日時 4月5日(月)・19日(月) 全2回 午前9時30分～11時30分

講師 浅見 麻江 先生

定員 12人（先着順）

費用 1,000円

用意 手ふき用タオル、作品を持ち帰るための箱

申込 3月15日(月)から電話又は直接公民館へ

図書館だより

本館 ☎ 243746
児玉分館 ☎ 731783

開館時間／午前9時30分～午後6時15分
休館日／毎週月曜日
23日(火)(振替休館日)31日(火)(館内整理日)
※児玉分館は、蔵書点検のため3月1日(月)～8日(月)は休館です。
ホームページアドレス
http://www.lib.honjo.saitama.jp/

たのしいおはなし会

★本館

日時 3月13日(土)・27日(土)
午後2時～

会場 図書館児童室

内容 絵本『わたしとあそんで』、紙芝居『やさしいともだち』ほか

協力 「よみきかせサークル 本庄ほんの会」のみなさん

★児玉分館

日時 3月13日(土) 午前11時～11時30分

会場 児玉分館児童コーナー

内容 大型絵本『月曜日にはなきたべる』ほか

協力 「こだまお話しのお会」・「語りの会(ごよみ)」のみなさん

ビデオ上映会(本館)

日時 3月20日(土) 午後2時～

会場 図書館視聴覚室

内容 アニメ『さるかに』
定員 80人(当日先着順)

絵本とわらべうたのおはなし会(本館)

日時 3月4日(木)・4月1日(木)

午前11時～11時30分

会場 図書館児童室ブックス

ターゲットコーナー

内容 絵本の読み聞かせやわらべうたなど

対象 保育園・幼稚園入園前

のお子さんと保護者

新着図書案内(本館)

★今月の一般図書

だむかん 柄澤昌幸著

十字架 重松清著

誰も書けなかった国会議員の話 川田龍平著

私たちの選択 アル・ゴア著

あゝあ、楽天イーグルス 野村克也著

宇宙飛行士になった子どもたち 杉山由美子著

日本経済 地方からの再生 西澤隆・桑原真樹著

たった一人でがんばっている君へ 中園直樹著



地球寒冷却化 人類の危機 丸山茂徳著

妻を看取る日 垣添忠生著
「都市縮小」の時代 矢作弘著

★今月の児童図書

ネットとリアルのあいだ 西垣通著

ロシアのごはん 銀城康子文

野生動物のお医者さん 齊藤慶輔著

日本の神様 あやとりできた! 畑中章宏著

さつね小僧 福田けい監

チームひとり 星新一作

星くずのブラックドレス 吉野万理子作

にいちちゃんのランドセル あんびるやすこ著

とむらう女 城島充著

おそうじ隊長 ロレッタ・エルスワース著

よしながこうたく作

かあさんをまつふゆ 長谷川義史作

ジャクリン・ウッドソン著

だじゃれ日本一周 きむらよしお作

ねこガム 長谷川義史作

きむらよしお作

新着図書案内(児玉分館)

★今月の一般図書

自分なくしの旅 みうらじゅん著

世界は俺が回してる なかにし礼著

あたしはビー玉 山崎ナオコラ著

夜のだれかの玩具箱 あさのあつこ著

つくも神さん、お茶ください 畠中恵著

ほかならぬ人へ 白石一文著

風邪とごはん 渡辺有子著

星雲星団ベストガイド 浅田英夫著

宇宙から来た72秒のシゲナル ルポ 日本の縮図に住んでみる 鳴沢真也著

北極熊ナヌーク ニコラ・デイビス文

いじわるなないしょオバケ ティエリー・ロブレヒト作

かいわれざむらいとだいかん ひめ 川北亮司文



おかしな料理 龍崎英子著

はらぺこねこちゃん はせがわさとみ 脚本・絵

インドネシアのごはん 銀城康子文



インドネシアのごはん 銀城康子文

かいぶつトルルのまほうのおしろ たなか鮎子作・絵
かいけつゾロリきょうふのよ ukaien 著

はじめての坂本竜馬 斎藤孝著

卒業の歌 本田有明著

ミーアキャットの家族 内山晟写真

図書館の本は大切に!!

切抜きや汚損、破損のために、利用できなくなる本が増えていきます。図書館の本はみんなの大切な財産ですので、本を大切にしてください。



かわいそうな本...