

ふれあい活動センター(ゆめくる)の催し物

〒伊奈町大字小室2450 - 1

724 - 0717 <http://www.yumekuru.jp>

お申込みはゆめくる窓口または電話で受付

ロコモティブシンドローム予防体操教室

日時	6月13日・27日、7月11日・25日の各金曜日 15時～16時30分 全て参加できる方		
場所	体育室	対象	一般成人
定員	50名(先着順)	費用	各回500円
持ち物	筆記用具、動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物		

アンチエイジング教室

日時	5月12日～6月2日の各月曜日15時～16時30分 1回のみ参加も可		
場所	体育室	対象	一般成人女性
定員	90名(先着順)	費用	各回500円
持ち物	筆記用具、動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物		

段染め夏系のレーシーチュニック

日時	5月22日・29日、6月12日の各木曜日13時～16時		
場所	創作室または視聴覚室		
対象	一般成人	定員	20名(先着順)
費用	4,200円(材料費含む)		
持ち物	金属製かぎ針5号(Mサイズ)、6号(Lサイズ)、裁縫道具		
申込み	5月15日(木)までに窓口または電話で受付 申込時に段染め夏系の色をご指定ください。 (ピンク系、グリーン系、モノトーン系)		

学びのセミナー

家族の安心の為に(後編)

・相続 ・任意後見契約とは

日時	5月25日(日)13時30分～15時30分		
場所	視聴覚室	対象	一般成人
定員	20名(先着順)	費用	無料
持ち物	筆記用具など		

赤ちゃんとママのファーストサイン教室

日時	5月29日(木)10時30分～11時30分		
場所	和室		
対象	1歳～1歳半くらいの赤ちゃんとママ		
定員	10組(先着順)	費用	500円



くらしの相談室

(遺言・相続・離婚・成年後見等の無料相談)

日時	5月18日(日)10時～16時		
場所	相談室		
対象	一般成人	定員	5名(先着順)
相談員	埼玉県行政書士会会員		

行政書士法上の守秘義務は厳守いたします。

フィットネス教室 コース1～5

コース1 歩くエアロビクス

内容	リズムに合わせてシンプルな動作を繰り返し、脂肪燃焼やスタイルアップを行います。強度<中>
日時	6月2日(月)～7月28日(月)10時～11時(全8回) 7月21日は休講

コース2 ピラティス教室

内容	日常生活で生じるゆがみや癖を解消し、正しい姿勢作りを目指します。インナーマッスルを使うので、ウェスト引き締めや腰痛改善にも効果的です。強度<弱> 靴は使用しません。
日時	6月2日(月)～7月28日(月)13時30分～14時30分(全8回) 7月21日は休講

コース3 初めてエアロビクス

内容	リズムに合わせた全身運動で、楽しみながら疲れにくい身体作りを行います。強度<弱>
日時	6月4日(水)～7月23日(水)10時～11時(全8回)

コース4 バレトン

内容	美脚、美尻を目指す筋トレ、バレエ、ヨガを組み合わせ、ウェスト引き締めや華やかな身体作りを行います。強度<弱～中> 靴は使用しません。
日時	6月5日(木)～7月24日(木)19時30分～20時30分(全8回)

コース5 癒しのヨガ教室

内容	ヨガのさまざまなポーズや呼吸法で、姿勢改善・血行促進・脳の活性化などに効果的です。強度<弱> 靴は使用しません。
日時	6月6日(金)～7月25日(金)13時30分～14時30分(全8回)

【フィットネス教室 コース1～5の共通事項】

場所	体育室	定員	各90名
対象	一般成人(コース4は中学生以上)		
参加費	町内在住・在勤者 1回300円、町外者 1回450円		
申込方法	必ず往復はがき(1人1枚)に 希望するコース、住所(町外在住で町内在勤の方は、勤務先名・所在地・電話番号も記入)、氏名(フリガナも記入)、年齢(学年)、電話番号を記入のうえ、〒362-0806伊奈町大字小室2450-1 ふれあい活動センター「ゆめくる」へ 返信用には、申込者のあて先(住所、氏名)を必ず記入してください。 複数のコースを希望の場合、コースごとに往復はがきでお申し込みください。		
申込締切	5月17日(土)必着(消印有効ではありません。ご注意ください。)応募多数の場合は抽選になります。締切日以降の空き状況についてはお問い合わせください。		

図書館通信



図書館情報は...

パソコン

<https://www.town-ina-saitama.lib.nexs-service.jp>

携帯電話

<https://www.town-ina-saitama.lib.nexs-service.jp/mobile/index.do>

☎ 図書館 ☎ 7 2 3 - 0 0 1 7 伊奈町本町2-186-1

○図書館イベント情報

『読書マラソン』

本を読んでスタンプを集める「読書マラソン」が6月1日(日)からはじまります。参加するにはエントリーが必要です。エントリーカードの配布場所は、伊奈町立図書館、移動図書館「ブックシャトル」、ふれあい活動センターゆめくる図書室です。エントリーカードを書いて図書館スタッフに渡してください。「マラソンノート」を受け取ってよいよスタートです！

詳しくは図書館ホームページまたはお問い合わせください。

○今月の図書館展示のご案内

一般展示『気分転換しませんか...』

ご自分に合った方法で心身のリフレッシュをしてみませんか。体操、ストレッチ、ツボ押し、お茶、写真集などの本を集めてみました。いろいろ、チャレンジしてみてくださいはいかがでしょう。

児童展示『どうぶつえんにいこう!』

ぞう、きりん、かば...、みんなはあったことがあるかな？どうぶつえんで、であえるどうぶつがでてくるえほんとずかんをあつめました！

おはなし会

3歳以下向け

5月2日、16日(金)11時~

幼児・児童向け

5月3日、10日、17日、24日(土)14時~

移動図書館「ブックシャトル」5月・6月

5月21日、6月4日・18日

Aコース (第1・3水曜日)

丸山公民館 14:00~14:35

南小学校 15:00~16:00

5月7日(水)は休館日のため運休します。

5月14日・28日、6月11日・25日

Cコース (第2・4水曜日)

小針北小学校 14:40~15:45

さくら公園 16:05~16:35

5月1日・15日、6月5日・19日

Bコース (第1・3木曜日)

原児童公園 10:40~11:15

宮前児童公園 11:35~12:10

あやめ会館 13:40~14:15

小室小学校 14:40~15:40

5月8日・22日、6月12日・26日

Dコース (第2・4木曜日)

中島児童公園 11:00~11:35

伊奈中央会館 13:50~14:20

小針小学校 14:40~15:40

休館日(5月・6月) 黒のマスが休館日です

5月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

6月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

3日(中)~6日(水)は通常通り開館し、翌7日(木)が休館となります。30日(金)は月末整理日のため休館となります。

図書館ではこのほかにさまざまなイベントを開催しています！

詳しくは図書館内の掲示や図書館ホームページをご覧ください。

○伊奈映写クラブ16ミリ映写会

日時 5月18日(日)14時~

上映作品 『青い鳥(原作メーテルリンク)』(32分)

場所 図書館集会室

☎ 小池 ☎ 7 2 1 - 1 1 6 9

今月のおすすめ



高級ブランドの直営店とファストファッションのビルが建ち並んでいる。街も生き物。時を経ることで様相が変わってゆくものだ。

しかし、銀座は銀座である...。銀座を描いた全33編を収録した短編集。『銀座百点』連載を書籍化。

『銀座 千と一の物語』 藤田宜永著(文藝春秋)



慈しみ育てた子が家を離れても、老いた母の息子を愛おしむ気持ちは変わらない。ときに母をなぐさめ、ときに母の思いを子に伝えるかしの木に見守られた、親子の物語。

『かしの木の子もりうた』

ロバート・マンチ原作、細谷亮太文、いせひでこ絵(岩崎書店)

新着図書案内

『医学探偵の歴史事件簿』.....小長谷正明著

『東北を聴く』.....佐々木幹郎著

『ローラの炎』.....長野慶太著

.....

『魂をゆさぶる歌に出会う』.....ウエルズ恵子著

『ひそひそ森の妖怪』.....富安陽子作

『パンやのろくちゃん げんきだね』

.....長谷川義史作・絵