

ふれあい活動センター（ゆめくる）の催し物 ☎ 724-0717

パドル体操教室	
内 容	パドルを使って体をほぐし、初心者の方にも手軽にできるこの健康体操は、脳の活性化にも効果があります。
日 時	1月17日(木)・1月31日(木) 13時30分～15時 1回のみ参加もできます。
場 所	会議室
対 象	一般成人各30名(先着順)
費 用	1回300円
持ち物	なし
申込み	来館または電話で受付



いすをつくろう - 伊奈町エコクラブ -	
内 容	牛乳パックを再利用し、素敵ないすを作ろう。
日 時	2月20日(水) 13時30分～16時30分
場 所	創作室
対 象	一般成人20名(先着順)
費 用	1,200円(材料費含む)
持ち物	牛乳パック1ℓ用24本分(切り開いたもの)、ガムテープ、セロテープ、はさみ、針、糸、新聞紙4日分
申込み	来館または電話で受付

ゆめくる各種教室

コース1 みんなで歩こうエアロビクス

内 容	初・中級者向け、ウォーキングを中心とした動作を繰り返し行い、脂肪を燃焼させます。強度<中>
日 時	2月4日(月)～3月24日(月) 10時30分～11時30分 (全7回) 2月11日は休館日
場 所	体育室
定 員	80名

コース2 シェイプピラティス教室

内 容	シェイプピラティスは、体幹を安定させ、手足をやわらかくしなやかに動かします。ウエスト引き締め効果が大きく、姿勢改善の大きなエクササイズです。強度<中>
日 時	2月4日(月)～3月24日(月) 13時30分～14時30分 (全7回) 2月11日は休館日
場 所	会議室
定 員	30名

コース3 エアロビクス初めてコース

内 容	初心者向け、簡単でわかりやすい入門クラス。ストレッチや筋力強化運動を行い、腰痛・肩こり解消を目指します。強度<弱>
日 時	1月30日(水)～3月19日(水) 10時30分～11時30分(全8回)
場 所	体育室
定 員	80名

コース4 みんなで歩こうエアロビクス

内 容	初・中級者向け、ウォーキングを中心とした動作を繰り返し行い、脂肪を燃焼させます。強度<中>
日 時	1月31日(木)～3月27日(木) 19時30分～20時30分 (全8回) 3月20日は休館日
場 所	体育室
定 員	80名

コース5 ヨガ教室

内 容	血行を促進させ、柔軟性を高め、筋肉疲労や身体のゆがみを調整する効果があります。強度<弱>
日 時	2月1日(金)～3月28日(金) 10時30分～11時30分 (全8回) 2月29日は休講
場 所	会議室
定 員	30名

【ゆめくる各種教室 コース1～5の共通事項】

対 象	中学生以上
費 用	町内在住・在勤者1回300円、町外者1回450円
申込み	往復はがきに 希望コース 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 年齢(学年) 性別 電話番号を記入のうえ、下記のあて先へ
あて先	〒362-0806 伊奈町小室2450-1 ふれあい活動センター「ゆめくる」 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	1月16日(水)必着。応募多数の場合は抽選。

ゆめくるホームページ
<http://www.yumekuru.jp>

広 告

牛肉・豚肉・惣菜 ～皆様のご来店お待ちしております～

当店売れ筋ベスト7

- 1 もつ煮込み
- 2 メンチカツ
- 3 豚スタミナ漬
- 4 焼豚
- 5 餃子
- 6 鳥もも焼
- 7 手造り生ハンバーグ(和牛肉100%)

肉の長谷川
本町3-146-1
(小室交番前) TEL 048(722)8338

土地建物売買・アパート・マンション・リフォーム・不動産コンサルティング

株式会社東栄 **ココテラス**

CocoTerrace

宅建業：埼玉県知事(5)第14817号 建設業：埼玉県知事(特-18)第1208号
伊奈店 048-721-5922 上尾店 048-776-6111
<http://coco-ina.com> <http://coco-ageo.com>



図書館通信

おはなし会は14時(小さい子の時間)と14時30分(大きい子の時間)の2回です。

1月...12日・2月...9日

あかちゃん向けのおはなし会

1月18日...11時から

移動図書館「ブックシャトル」1月・2月

1月16日・2月6日・20日

(第1・3水曜日)

丸山公民館 14:00~14:35
南小学校 15:00~16:00

1月9日・23日・2月13日

(第2・4水曜日)

小針北小学校 14:40~15:45
小針中学校 16:05~16:35

1月17日・2月7日・21日

(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

1月10日・24日・2月14日

(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(1月~2月)

1月/1日・2日・3日・4日・7日・14日・15日・21日・28日・31日
2月/4日・11日・12日・18日・25日・26日・27日・28日・29日

図書館情報は...<http://www.lib.ina.saitama.jp>



今月のおすすめ



澄んだ空気で夜空がきれいに見える季節です。この本では、星や星座の探し方、星座にまつわる神話、宇宙に関する疑問への答えなどについて、写真と図を用いて解説しています。寒さ対策を万全にして、星空を見上げてみてはいかがでしょうか。

「星空に強くなる」(ニュートンプレス)

新着図書案内

「永遠を旅する者」	重松 清
「ダイニング・アイ」	東野 圭吾
「篤姫の生涯」	宮尾登美子
「仏果を得ず」	三浦しをん
~~~~~	
「うちゅうでいちばん」	川北 亮司
「かめきちのなくな!王子様」	村上しいこ
「初雪のふる日」	こみねゆら
「おまじないつかい」	なかがわちひろ

お問い合わせ 図書館 ☎723-0017



## Jason's News World

No. 9

During December and January each year you can see more Japanese people decorating their houses, buildings and trees with beautiful Christmas lights. If you go to Shinjuku you can see the many beautiful holiday light decorations, near Southern Terrace and Krispy Kreme Doughnuts. New Orleans has many brilliant light decorations during December and January. This special winter event is called "Celebration in the Oaks". Hurricane Katrina destroyed "Celebration in the Oaks" area. However after 3 years of many good volunteers, donation money, and rebuilding efforts; "Celebration in the Oaks" has reopened. There are so many wonderful light decorations for example: snowman, rainbows, animals, Jesus Christ's birth scene, Santa Claus, Disney Characters, Pirate ships and many more. Many families, foreigners, musicians and news media come to "Celebration in the Oaks" in New Orleans, Louisiana to enjoy the fun atmosphere, amusement rides, music, New Orleans food, and of course the holiday light decorations.

毎年12月から1月にかけて、とてもきれいなクリスマスライトを飾っている家やビル、木を見ることが出来ますね。もし、新宿に行く機会があれば、サザンテラスやクリスマスクリームドーナツの辺りでたくさんのきれいな飾りを見ることが出来ます。ニューオーリンズでは12月から1月にかけてキラキラ輝くライトがたくさん飾りつけられています。この冬の特別なイベントは「セレブレーション イン ジ オークス」と呼ばれるものです。かつて、ハリケーンカトリーナは、「セレブレーション イン ジ オークス」の地域を襲い、破壊しました。しかし3年後、多くのボランティアや寄付金、そして復興に力を注ぎ「セレブレーション イン ジ オークス」は再びよみがえりました。そこには美しいライトの飾りがたくさんあります。

例えば、雪だるま、虹、動物、イエス・キリスト誕生シーン、サンタクロース、ディズニーキャラクター、海賊船、それ以外にもたくさんあります。多くの家族や外国人、ミュージシャンやニュースメディアの人などがルイジアナ州ニューオーリンズの楽しい雰囲気味わいに、また面白い乗り物やニューオーリンズの食べ物、そしてもちろんきれいなライトの飾りを見に「セレブレーション イン ジ オークス」にやってきました。

「セレブレーション イン ジ オークス」は、ニューオーリンズにあるシティパークで12月中旬から1月の期間中、園内がライトアップされる。

ジェイソンへのお問い合わせは、教育委員会学校教育課内2532へ

日本語の文章は、ジェイソン自身がわかりやすく解説したものです。

## 広告

### 最近の新聞は面白いらしい!?

- ・読んでみたい新聞を1週間、無料でお届けします。お試し購読後、継続するかどうかをお客様がお決めください。勧誘はしません。
- ・対象は、朝日新聞、日本経済新聞、埼玉新聞、東京新聞。その他の銘柄もご相談ください。
- ・お試し購読後、ご成約の方にはプレゼントがあります。
- ・過去に無料お試し購読をされたことのあるお客様はご遠慮ください。

### * 無料お試し購読募集 *

= 無料お試し購読のお申込みとお問い合わせは =

ASA 伊奈

(有)武田新聞店

Tel 723-1555 ☎0120-1540-76