

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

フィットネス教室 コース1~5

デコ巻き寿司教室

季節を彩る素敵なデコ巻き寿司をつくりましょう!
①うぐいす、ちょうちょ、花巻き②鯉のぼり、自動車、割り七曜

日時	①3月18日(水)②25日(水)9時30分~12時15分
定員	16名(先着順)
費用	3,000円(材料費含む)
持ち物	持帰り用容器、エプロン、三角きん、ふきん

パドル体操教室

簡単に楽しく体力づくり!!
おしゃもじ型のパドルを使ってストレッチを行います。生活習慣病、肩こり、腰痛予防または日ごろの運動不足やストレス解消に最適です。どなたでも無理なく楽しみながらできます。

日時	4月10日・24日、5月8日・22日、6月12日・26日の各金曜日13時30分~15時
定員	20名(先着順) 費用 各回300円
持ち物	動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物、5本指の靴下



くらしの相談室

(遺言・相続・離婚・成年後見等の無料相談)

内容	街の法律家「行政書士」による無料相談会を開催します。ご相談者のペースに合わせて質問をお受けしますので、具体的な内容には資料などをご用意ください。
日時	3月15日(日)10時~16時
定員	5名(先着順)

コース1 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	4月6日~6月1日の各月曜日(全8回) 10時~11時※5月4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、ウエスト引き締め、腰痛改善にも効果的です。強度〈弱〉 ※靴は使用しません
日時	4月6日~6月1日の各月曜日(全8回) 13時30分~14時30分※5月4日は休講

コース3 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	4月1日~5月27日の各水曜日(全8回) 10時~11時※5月6日は休講

コース4 ペルビックストレッチ	
内容	骨盤のゆがみ改善で、お腹やお尻の引き締め、姿勢改善を目指します。強度〈弱~中〉 ※靴は使用しません
日時	4月2日~5月28日の各木曜日(全8回) 19時30分~20時30分※5月7日は休講

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	4月3日~5月29日の各金曜日(全8回) 10時~11時※5月1日は休講

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は中学生以上も可)		
費用	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①希望するコース、②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)、③氏名(フリガナも記入)、④年齢(学年も記入)、⑤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、申込者の宛先(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、コースごとに必ず往復はがきでお申し込みください。		
申込締切	3月21日(祝)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。		

けんかつの催し物

申・問 生涯学習・地域連携担当 ☎728-7113
インターネットから申込可 <http://www.kenkatsu.or.jp>

本多俊之“GREETINGS”コンサート FEATURING スペシャル・ サクソフォン・クインテット&ピアノ

日時	3月14日(土) 13時30分開場、14時開演
定員	250名(先着順)
対象	一般成人
料金	前売券: 3,000円 当日券: 3,300円



※前売券完売の場合、当日券の販売はありません。

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 ☎ 723-0017 伊奈町本町2-186-1

○図書館イベント情報！

・春の『ワクワクえいがかい』

①ふしぎの国のアリス②ピーターパン

日時 ①3月22日(日) ②4月5日(日)
13時30分～(約90分)

場所 集会室

定員 40名(先着順)

※申込不要

○伊奈映写クラブ16ミリ映写会

日時 3月15日(日)14時～(46分)

場所 集会室

上映作品 『チリンの鈴』

☎ 熊谷 ☎ 721-5247

○『読書マラソン』今月で終了！

スタンプ・賞状・プレゼントの受け渡しは、読み終わった日にかかわらず、3月20日(金)までに図書館カウンターまたはゆめくる図書室に届け出た分のみとなります。また、移動図書館「ブックシャトル」のスタンプの受付は各コース3月1回目の運行日まで、プレゼントや賞状がある場合は3月2回目の運行日にお渡しします。

おはなし会

●3歳以下向け 3月6日・20日(金)11時～

●幼児・児童向け 3月7日・14日・21日・28日(土)14時～

移動図書館「ブックシャトル」 3月・4月

3月4日・18日、4月1日・15日	3月11日・25日、4月8日・22日
Aコース (第1・3水曜日)	Cコース (第2・4水曜日)
丸山公民館 14:00～14:35	小針北小学校 14:40～15:45
南小学校 15:00～16:00	さくら公園 16:05～16:35

3月5日・19日、4月2日・16日	3月12日・26日、4月9日・23日
Bコース (第1・3木曜日)	Dコース (第2・4木曜日)
原児童公園 10:40～11:15	中島児童公園 11:00～11:35
宮前児童公園 11:35～12:10	伊奈中央会館 13:50～14:20
あやめ会館 13:40～14:15	小針小学校 14:40～15:40
小室小学校 14:40～15:40	

休館日(3月・4月) ※黒のマスが休館日です

3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				

※31日(火)は月末整理日のため休館となります。

4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		

※30日(木)は月末整理日のため休館となります。

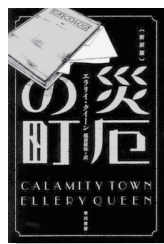
図書館ではこのほかにもさまざまなイベントを開催しています！
詳しくは図書館内の掲示や図書館ホームページをご覧ください。

○今月の図書館展示のご案内

一般展示『日本の災害を考える』…今一度、災害について振り返り、考えてみませんか？過去に起こったもの、これから起こりうるもの…私たちはどうすればいいのか。本から知識を得て、身につけるためのキッカケにはいかがですか。

児童展示『知りたい！本当にあったおはなし』…伝記を中心に本当にあったできごとをもとに作られたよみものや絵本を集めました。「えっコレって本当にあったことなの!？」とびっくりするようなお話もありますよ。

今月のおすすめ



『災厄の町』

結婚式直前に失踪したジムが町に戻ってきた。3年の間、彼の帰りを待っていたノーラと無事に式を挙げ、ようやく幸福な日々が始まったかに見えたが、ジムの持ち物から妻の死を知らせる手紙が見つかり…。

エラリー・クイーン著(早川書房)



『農家になろう6 バラとともに』

バラの育種と栽培を手がける花農家の仕事とは？兵庫県の花農家・浅見均さんに密着し、その仕事を写真とともに紹介。バラの育種や栽培についての解説や、未来の花農家に向けてのメッセージも収録する。

農文協編(農山漁村文化協会)

新着図書案内

『学校で教えてくれない音楽』……………大友良英著
『「世代」の正体』……………長山靖生著
『埼玉の万葉集』……………藤倉明著
~~~~~  
『ばんぶんおばけ』……………なかがわちひろ作/絵  
『おみくじ』……………きたあிரい作  
『モーモー村のおくりもの』……………堀米薫作