



七夕おはなし会

おはなし会のあとに、七夕飾りを作りましょう。短冊には、どんな願いごとを書こうかな？

☑ 絵本「ガンピーさんのふなあそび」ほか、七夕飾りの製作

☑ 7月5日(土)14時～15時

☑ 3歳～小学生

☑ 20名(当日先着順)

共催▶児童奉仕ボランティア「がらがらどん」

4年生からのこわ～いおはなし会

いよいよ夏本番！少しだけこわい話を聞いて涼しくなろう！！大人の方もどうぞ！

☑ おはなし「鬼人大王 波平」「お話を知らなかった若者」ほか

☑ 7月12日(土)14時～14時40分

☑ 小学4年生～一般成人

☑ 20名(当日先着順)

共催▶児童奉仕ボランティア「がらがらどん」

夏のわくわく大冒険 in 総合センター

総合センター夏まつりに今年も図書館スタッフが出張します。おはなし会のテーマは「恐竜」と「虫」。夏の楽しいゲームやクイズもあります。

☑ 恐竜・虫に関する読み聞かせとクイズ、ゲームなど

☑ 7月27日(日)10時～15時

☑ 幼児～小学生

ライブラリアン・チャレンジ！

1日図書館員体験をしてみませんか？図書館の裏側がのぞけちゃうかも…！？あなたのチャレンジ、お待ちしております！

☑ 貸出・返却体験、おすすめ本のPOP作成など

※紹介したい図書館の本を1冊決めておいてください。

☑ 8月3日(日)9時～16時(12時～13時除く)

☑ 小学5年生～高校生 ☑ 2名(要事前申込)

☑ 昼食、飲み物、筆記用具

☑ 7月5日(土)11時～

展示

一般展示

「長編小説」

児童展示

「なぜ？どうして？ふしぎをしらべよう！」

おはなし会

3歳以下向け

☑ 7月4日(金)・18日(金)11時～

幼児・児童向け

☑ 7月5日(土)・19日(土)・26日(土)14時～

電子図書館おすすめ

「霞が関の人になってみた
—知られざる国家公務員の世界—」

霞いちか／著

官僚ってどんな人？国会期間中は何を
する？政策はどう作られる？他業種
から転職し、霞が関で国家公務員とし



て勤務する著者が、霞が関の不思議でゆかいな日常をゆるりと語る。

電子図書館内のYA向けの特集コーナーをご覧になったことはありますか？主な対象は中高生ですが、大人の方も楽しめる本がそろっていますので、ぜひご覧ください。

電子図書館HP⇒



もよりのスポットで
借りて返せる！

移動図書館
ブックシャトル

7月



※荒天・熱中症警戒時などは、運行を中止する場合があります。

Aコース 2日(水)・16日(水)

丸山公民館 14:00～14:35

南小学校 15:00～16:00

Bコース 3日(木)・17日(木)

原児童公園 10:40～11:15

宮前児童公園 11:35～12:10

JAさいたま四季彩館 13:40～14:15

小室小学校 14:40～15:40

Cコース 9日(水)・23日(水)

小針北小学校 14:40～15:45

さくら公園 16:05～16:35

Dコース 10日(木)・24日(木)

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

ユニクスコース 1日(火)

ユニクス伊奈 15:00～16:00

DJリードの 今月一枚

「辻井伸行印象派
コレクション」

この中にラヴェル作曲の「水の戯れ」が収録されています。水の流れや光の反射、波の動きを表現した曲です。夏の暑さをしばし忘れる涼やかな1曲です。辻井氏の演奏でぜひ、お楽しみください。

休館日 7月 7日(月)・14日(月)・22日(火)
28日(月)・31日(木)

☎723-0017
(本町2-186-1)

図書館
ホームページ▶





パドル体操教室 簡単に楽しく体力づくり!!

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、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。

回 7月11日(金)・25日(金)
13時30分～14時30分

場 2階会議室

対 一般成人

定 各回15名(先着順)

持 室内シューズ、タオル、5本指ソックス、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。
費 各回500円

講 木川琴美氏(NPO法人パドルジャークス体操協会)

温活ストレッチ -Relaxation Style-

冷房で身体が冷えすぎてしまうことがある夏に、ストレッチで温めませんか?大きな筋肉をゆっくり伸ばすことで血流を良くし、冷房に負け

ない身体を一緒に作りましょう!

強度<弱>

回 ①7月17日(休)②7月31日(休)10時～10時40分(1回のみの参加も可)

場 ①2階和室

②2階会議室

対 一般成人(高校生も可)

定 8名

持 タオル、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

費 各回500円

講 ゆめくるトレーニングジム
インストラクター

ゆめくるベビーサロン ベビーマッサージ体験

内 ベビーマッサージやふれあい遊び、絵本の読み聞かせ

回 7月28日(月)10時30分～11時30分

場 2階和室

対 生後2カ月以上の赤ちゃんと保護者

定 10組(先着順)

持 バスタオル、飲み物

費 500円

講 轟木智子氏(幼稚園教諭・保育士)

夏休み親子そば打ち体験教室

親子で楽しく、手打ちそばを打ってみませんか!!

回 8月2日(出)

9時30分～12時30分

場 2階調理室

対 小学生と保護者

定 7組14名(先着順)

持 エプロン、三角きん、筆記用具、持ち帰り用容器、ラップ

費 1組2,000円(材料費含む)

講 土屋正文氏

くらしの相談室

行政書士による遺言・相続・離婚・成年後見などの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。

回 7月20日(日)・24日(休)

9時～12時

場 1階相談室

定 各回3名(要事前予約、先着順)

フィットネス教室コース1～6 (コース5は2部制)

コース1 「ゼロ」から始めるエアロビクス

音楽に合わせて楽しく運動を行います。強度<弱>

回 8月18日～9月29日の各月曜日
9時30分～10時15分(全6回)

※9月15日休講。

コース6 脂肪燃焼エアロビクス

エアロビクスと簡単な筋力トレーニングを織り交ぜて運動を行います。強度<弱～中>

回 8月18日～9月29日の各月曜日
10時45分～11時30分(全6回)

※9月15日休講。

コース2 初めてのピラティス

インナーマッスルや体幹を鍛え、けがの予防や体調不良の改善が期待される運動を行います。強度<弱>

回 8月20日～9月24日の各水曜日
9時30分～10時15分(全6回)

コース3 美尻・美脚エクササイズ

マットに横になったり、立ったりしながらお尻の筋肉を動かす、自重トレーニングです。強度<弱>

回 8月20日～9月24日の各水曜日
10時45分～11時30分(全6回)

コース4 パンチフィットネス

パンチやキックで身体も温まり、ウエスト引き締め&ストレス解消に効果的です。強度<中>

回 8月21日～9月25日の各木曜日
19時～19時45分(全6回)

コース5-①コース5-② 癒しのヨガ

ヨガのポーズや呼吸法を行います。強度<弱>

回 8月22日～9月26日の各金曜日
10時～10時45分、11時15分～12時(各全6回)

フィットネス教室 共通事項

場 体育室

対 一般成人(コース4は中学生以上)

定 各90名(申込多数の場合抽選)

※抽選日以降の空き状況は、お問い合わせください。

持 タオル、飲み物、室内シューズ(コース2、3、5は不要)

※運動のできる服装でお越しください。

費 町内在住・在勤の方400円、町外の方600円(各回)

申 新規申込みの方は7月16日(休)までに、往復はがき(1枚につき1人)に希望するコース、住所(町外在住の方は、勤務先名・所在地・電話番号)、氏名(フリガナ)、年齢(学年)、電

話番号を明記のうえ、「〒362-0806 伊奈町小室2450-1 ふれあい活動センターゆめくる」へ
※返信用はがきに申込者の宛先(住所、氏名)を必ずご記入ください。
※複数のコースを希望の場合は、必ずコースごとに往復はがきでお申し込みください。