

三本松老壮大学 12/9

「コロナに負けない！運動習慣を身につけよう」
☆自宅で気軽にできる軽運動を教えてくださいました。



講師：健康運動指導士
早坂聡子氏



図書室からのお知らせ



新しい本が入りました！

- | | |
|------------------------|----------------|
| 「あなたの人生、片づけます」 | 垣谷 美雨著 |
| 「あなたのゼイ肉、落とします」 | 垣谷 美雨著 |
| 「水壁」 | 高橋 克彦著 |
| 「ソルハ」 | 帚木 蓬生著 |
| 「ケーキの切れない非行少年たち」 | 宮口 幸治著 |
| 「夫のトリセツ」 | 黒川伊保子著 |
| 「流人道中記上・下」 | 浅田 次郎著 |
| 「ジャングルへようこそ！双極性障がいの世界」 | ヒラリー・スミス著、奥田宏訳 |
| 「人は愛するに足り、真心は信ずるに足る」 | 中村 哲、澤地 久枝著 |
| 「草むらにハイヒール」 | 小倉千加子著 |
| 「背高泡立草」 | 古川 真人著 |
| 「きたきた捕物帖」 | 宮部みゆき著 |
| 「『国境なき医師団』を見に行く」 | いとうせいこう著 |
| 「クジラアタマの王様」 | 伊坂幸太郎著 |
| 「逆ソクラテス」 | 伊坂幸太郎著 |
| 「八月のひかり」 | 中島 信子著 |
| 「こもれび」 | 林 木林著、岡田 千晶画 |

1月の窓口業務

- | | |
|-----|--------------------------|
| 3月分 | 抽選申込分の当選確定：1/5（火）～1/9（土） |
| | 空室申込：1/10（日）～ |
| 4月分 | 地域優先申し込み：1/5（火）～1/15（金） |
| | 抽選申込：1/16（土）～1/31（日） |

体育館の個人使用について

※1月16日(土)は市民センター主催講座のため個人使用は休止となります。



1月の予定



1	金	休館日
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	4月分優先使用申込開始（～15日）
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	体育館個人使用日
10	日	体育館個人使用日 3月分空室申込開始
11	月	成人の日
12	火	休館日
13	水	三本松老壮大学⑤
14	木	
15	金	
16	土	ミュージックあらかると 図書貸出日 4月分抽選申込開始（～31日）
17	日	体育館個人使用日
18	月	休館日
19	火	
20	水	図書貸出日
21	木	堤町再発見
22	金	
23	土	体育館個人使用日 図書貸出日
24	日	体育館個人使用日
25	月	休館日
26	火	
27	水	図書貸出日
28	木	
29	金	
30	土	インリーダー研修会 体育館個人使用日 図書貸出日
31	日	体育館個人使用日