

奈良地区センター便り

休館日 10月12日(火)・11月9日(火)

HP: <http://yokohamashisetsu.com/nara/>

「奈良でちゃちゃ」は12月まで中止いたします。

検温・マスク着用の上でご来館をお願いします。

平日の閉館時間は21時、日曜日・祝日の閉館時間は17時に戻ります。

R3年度 第3期 ①シェイプエアロビクス ②骨盤ストレッチ



開催日: ①・②とも以下の火曜日

12/7・21 1/18・25 2/1・15・22 3/1・15 (全9回)

時間: ①午前9時30分～10時15分

②午前10時45分～11時30分

対象: 青葉区在住の方 各50名 (お子様連れ不可・車でのご来館不可)

※できるだけマスク着用、体調が優れない時は参加をご遠慮ください。

※当番制で①開始前会場準備 ②終了後 清掃・体育室用具の準備 有

参加費: 各3,000円 (全回分、保険料を含む) **講師:** 木下美香子さん

申込方法: 下記の【お申込・お問合せ方法】を参照。

注 ①②両方申込みの方は、別々にお申込み下さい。

抽選

10/24必着

わんぱくホリデー ハロウィン フォトブース



奈良地区センター恒例
「ハロウィン フォト
ブース」を10月中旬頃
からスタートします!!
写真をとりに来てくださ
いね!

10/31(日)は受付で
“トリックオアトリート”
の合言葉を言って下さ
い! 先着100人に
いい事あるよ♡

デューク更家式健康ウォーキング

開催日時: 11月10日(水)・24日(水) (全2回)

時間: 10時～11時

対象: 青葉区在住成人

定員: 20人

参加費: 1,000円

持ち物: 動きやすい服装 上履き(運動靴) 飲み物

汗拭きタオル 着替え(必要な方のみ)

※できるだけマスク着用、体調が優れない
時は参加をご遠慮ください。

先着順

講師: TOMO(佐藤朋子)さん

(デューク更家公認ウォーキングインストラクター)

申込方法: 10/11よりセンター窓口、電話にて先着順

わんぱくホリデー

おもちゃの病院

開催日時: 11月6日(土)

午前の部 10時～11時30分

午後の部 13時～14時30分

対象: 子どものおもちゃ 一組2点まで

(IC使用のおもちゃでICが壊れている場合は
修理できません)

定員: 各時間帯 親子6組

参加費: 無料 (破損した部品を交換する場
合は実費負担)

※電池で動くおもちゃは、新しい電池をご
用意下さい。

申込方法: 10/11より窓口、電話にて先着順

先着順

部屋利用の予約・ 個人利用の再開 について

10月からの部屋予
約を再開しました。
詳細は窓口までお
問い合わせくださ
い。

個人利用も再開し
ました。

★当館のイベント・講座などのご意見・ご要望はお気軽に受付までお知らせ下さい!

◆◆◆【お申込・お問合せ方法】◆◆◆

★先着順の講座は受付開始日より、電話・窓口でお申込み下さい。

★抽選の講座は 必要事項(講座名・住所・氏名・ふりがな・電話番号・年齢・性別)を明記し①往復はがき、②メール(件名に講座名 本文に必要事項)を送付または、③返信用はがきを持参(〒料金63円)のうえ窓口でお申込み下さい。

※電話番号、ふりがなの記入漏れが多いので、送る前によく確認をお願いします。

☆メール宛先 nara-kouza@jcom.zaq.ne.jp

〒227-0036横浜市青葉区奈良町1843-11

奈良地区センター TEL045-963-5380





奈良地区センター

図書コーナーより



地区センターにお越しになる際は、検温、マスク着用、手指の消毒、また 3密にならないよう、ご協力をお願いいたします。

新しく入った本

- ・ 透明な螺旋
- ・ 護られなかった者たちへ
- ・ ミステリークロック
- ・ めぐりんと私。
- ・ 優しい水
- ・ 定価のない本
- ・ 北条氏康 二世継承篇
- ・ 白頭の人
- ・ みとりねこ

- ・ 九十九藤
- ・ パコと魔法の絵本 (文庫)
- ・ 大人もしらない? ふしぎ現象事典
- ・ 昆虫の迷路
- ・ 伝説の迷路
- ・ 絶望鬼ごっこ①～⑩
- ・ 天気の不しぎえほん 他
- 雑誌—
- ・ きょうの料理、趣味の園芸、すてきにハンドメイド

奈良地区センターにあります!

今月のおすすめ本!

まちの本屋さん
昭和書房さん 推薦本



『乾物』

有元葉子 著

料理本という本の

レシピの中の1、2品を作ってお蔵入りしてしまいがちですが、この「乾物」は実用性はもちろん圧倒的に写真が綺麗で、まるで料理写真集の装いです。そして有元先生の料理はどれもストレートな素材を生かす味わいで、誰もが好きになるレシピ揃いです。これからの「食欲の秋」を彩る絶対オススメの一冊です。読後は乾物屋さんへGO!!



よみきかせサークル
おはなしのくにさん 推薦本

『さかなをたべた

あとのほね』

加藤休ミ 作



ゆうべ、この秋初めて「さんま」の塩焼きを食べました。秋の味覚、美味しかったです。骨だけ残してきれいに全部食べましたよ。お皿に残った骨を見て、思い出したこの絵本! 色んな魚の色んな骨が、クレヨンでリアルに繊細に描かれています。思わず指でなでてしまいたくなる魚と骨。一緒に読んだお子さんも「こんどはこうやって食べてみたい!」と喜ぶことでしょう。この「ちいさなかがくのとも」は子どもたちの身近な世界の不思議さを教えてくれるシリーズが揃っています。



奈良地区センター
職員の推薦本



『ババア上等!

大人のおしゃれDO! & DON'T』

地曳いく子 槇村さとる 著

これまで着ていた服が似合わなくなった、おしゃれ更年期の理由と突破法をスタイリストと漫画家の二人が伝授してくれます。「大人は姿勢! 脂肪のことを考えている暇があったら筋肉と骨を考へろ!」「晴れ着にお金をかけていたなら、これからは毎日の普段着・靴に使え!」と断言。「サイズ違いを着比べる、その手間を面倒だと思えば服は買わない!」と「人生は短いんです。好きでもない服は捨ててください。」は名言だと思いました。私、この本を読んで断捨離に踏み切れましたから。おしゃれに迷う大人の方に、お薦めします。

★本を借りるには奈良地区センターの貸し出しカードが必要です。お名前とご住所を確認できるもの(保険証・免許証・学生証等)をご持参の上、お申し込みください。即日発行いたします。

ひとり2冊 2週間借りることができます。また、貸し出しカードをお持ちの方は本の予約ができます。話題の本が、横浜市立図書館で借りるより早く読めることが多いので、是非ご利用下さい。

【お願い】返却日はお守り下さい。次の予約の方より連絡をいただくことがあります。返却日を過ぎてしまった場合は速やかにお返し下さいますよう、お願い申し上げます。