ならられんと No217 2019,8,1,発行

休館日 8/13·9/10 (毎月第2火曜)

8月の奈良でちゃちゃ8/7(水)9:30~11:30

http://yokohama-shisetsu.com/nara/



おはなしのくに

なつやすみスペシャル

開催日:8月21日(水曜日)中会議室入場無料

時 間:①10時~(小さい子から)

「うみのなかのかくれんぼ」「でんしゃがくるよ」他 ②10時50分~(ひとりで聞ける子向け・小学生)

「かっぱのお礼」「ばけバケツ」他

(手袋シアター・大型紙芝居・語り・など) ょくせつ会場へきてね!

FP ファイナンシャル に聞いてみよう キャッシュレス・電子マネー講座

開催日:9月19日(木)

時 間: 10 時~11 時 45 分

対象・定員: 18 歳以上の方 20 人

参加費:100円 (資料代)

講 師:田川知春さん(あおば FP くらしの会)

申込方法:8/11 から受付・TEL にて先着順

- 2019年度 第2回 ダンスパーティ_- ▲

開催日:9月8日(日曜日)時間:13時~16時 对 象:18 歳以上 参加費:1,000 円 (年会費 3 回分) ※1 回のみの参加は 400円

※女性はヒールカバー着用。直接会場へ!

さわやかスポーツテー

パラリンピック公式種目にもチャレンジ!

開催日:9月1日(日曜日)

時 間:13時~15時

参加費:無料

持ち物:うわばき 飲み物

種目 ナインゴール・ボッチャ・わなげ、

スカイリング

※種目は都合により、変更する場合があります

どなたでもお楽しみいただけます。

直接、体育室にお越しください

★参加者先着 50 名様におみやげあり!★ 協力:青葉区さわやかスポーツ普及委員会

わんぱくホリテー

はらぺこクラス

パンせんべいを作ろう!

開催日:9月18日(水)

時間:15時30分~16時30分

对象:定員:小学生 10人

参加費:100円

申込方法:

8/11 から受付・TEL にて先着順

①シェイプエアロビクス(後期) ②骨盤ストレッチ(後期)

開催日: 10/1 • 29、11/5 • 19 • 26、12/3 • 17 • 24、R2/1/7 1/21・28、2/4・18、3/3・3/17 (火曜日、①・②とも 全15回)

時 間: ①午前9時15分~10時15分 ②午前10時30分~11時30分

対象・定員: ①②とも青葉区在住 18 歳以の方 80 人(お子様連れ不可・車での来館不可)

参加費: 2,500 円(全回分・保険料を含む) 持ち物: 運動着・飲み物(1)上履き (2)ヨガマット 講 師:木下美香子さん

9月3日(火)必着 抽選

申込方法:下記参照 両方ご希望の方はそれぞれ申し込み要 ※途中入室はご遠慮下さい。 ① 当番制で開始前の体育室用具の片づけ ②終了後の体育室用具のセッティングをして頂きます。

◆◇◆申込方法◆◇◆

横浜市民施設協会

往復はがき(62円×2)に、講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号をご記入し、下記までお送り 下さい。または、返信用はがき(62円)をご持参のうえ、受付でお申込みください。

※料金の足りないハガキは無効とさせていただきます。

〒227-0036 横浜市青葉区奈良町 1843-11 奈良地区センター TEL045-963-5380



図書コーナーより



新しく入った本

- 失敗図鑑 すごい人ほどダメだった!
- ・傑作はまだ
- ・居酒屋ぼったくり 11
- · 119
- ・樹木希林 120 の遺言
- 百花
- ・玉麒麟―羽州ぼろ鳶組8―
- ・82 年生まれ、キム・ジョン
- 慈雨
- ・平場の月
- ・みをつくし献立帖

- ・感情的にならない気持ちの整理術
- ・認知症の介護に役立つハンドセラピー
- ・やわらかく、飲み込みやすい高齢者の食事メニュー
- ・もういちどベートーヴェン

一2019年 小学生課題図書—

- ・魔女ののろいアメ・スタンリーと小さな火星人
- ・心ってどこにあるのでしょう?・もぐらはすごい!
- ・かみさまにあいたい ・子ぶたのトリュフ
- ・そうだったのか!しゅんかん図鑑 ・ぼくとニケ
- 季節のごちそうハチごはん・かべのむこうになにがある?
- マンザナの風にのせて もうひとつの屋久島から

一雑誌一

・きょうの料理、趣味の園芸、すてきにハンドメイド

芥川賞・直木賞 受賞作も 入りました!

今月のおすすめ本 !!

奈良地区センターにあります!

『誰の味方でもありません』

TVのイメージが良くなくて、著者の

本は読んだことがなかった。が、本

好きの友人がお気に入りとのこと

すると、これが結構面白い。文章も

週刊誌の連載エッセイをまとめたも

で、それならばと手に取ってみた。

古市憲寿 著

奈良地区センター

館長の推薦本

わかり易い。

まちの本屋さん 昭和書房さん 推薦本 |||||||





作れました!』

印度カリー子・こいしゆうこ著

こんな簡単で良かったんだ! これでマンネリカレーを打破できる! 今までのカレーに対する考えが変わ る!!

しかもコミックエッセイで丁寧に教え てくれます。よく カフェメニューに も登場する、キーマカレーやほうれん 草のチキンカレーとかもこれなら作れ ちゃう!

しかもやせるなんて・・・

暑さ対策だけじゃなく、ストレスや冷 え性も助けてくれる 一冊です。

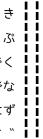
よみきかせサークル

おはなしのくにさん 推薦本

『へっこ ぷっと たれた』 構成/文 こがようこ 絵 降矢なな

`わらべうた'でひろがる赤ちゃん 絵本です。「おいっちに…」と、き のこが歩いて、だれかが「ぷ っ! | !!どうぞ声に出して読んでく ださいね。小さな赤ちゃんだけでな く、大きな大人も、とても心がはず む絵本です。構成/文は、かつて" おはなしのくに"で一緒におはなし 会をひらいていた

"こがようこさん" なんですよ!



のなので、1 つの話が短く飽きずに 読める。 著者は、TVでコメントするより、文

章で表現した方が良いのかもしれな い。そして、意外と素直な人間なの かも、と思えてしまった。

食わず嫌いの方も是非!



本の貸出もできます!

★本を借りるには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。