

図書館だより

本館休館日

4月7日(月)、14日(月)～22日(火)、
28日(月)、30日(水)

開館時間

平日 9時30分～18時
土・日・祝日 10時～18時

問い合わせ

☎72-9085



図書館
ホームページ



おすすめ図書



子どもの一生を決める花粉症対策

村川 哲也/著 小学館クリエイティブ/出版

花粉症の発症は低年齢化が進んでいますが、子どもは症状が出て花粉症という自覚がありません。そのまま長年治療を受けず放置すると重症化する傾向があります。本書を参考に、花粉症を正しく知り早期に対策してみたいかがでしょうか。



ゆうやけトンボジェット

吉野 万里子/作・村上 幸織/絵
くもん出版/出版

空港のそばでジェット機を見るのが好きなトンボのジェット。夏の暑い間は涼しい山へ兄姉や仲間といっしょに移動して秋には戻ります。ジェット機が見られずつまらない時にテントウムシと出会い友達になります。大好きなジェット機の話をしているうちにある事を思いつきます。どんなことが待っているのでしょうか。

図書館情報

■茅野市図書館特別整理休館日のお知らせ

01 休館期間

4月14日(月)～4月22日(火)の9日間

02 内容

上記期間中、茅野市図書館は特別整理期間のため休館となります。

この期間中は資料の貸出、リクエスト等の業務ができません。本・雑誌の返却のみブックポストへお願いします。視聴覚資料は破損の恐れがありますので、休館明けに直接カウンターまでお持ちください。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

4月							5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5					1	2	3
6	×	8	9	10	11	12	4	5	6	×	8	9	10
13	×	14	15	16	×	×	11	×	13	14	15	16	17
×	×	×	×	23	24	25	18	×	20	21	22	×	24
27	×	29	30				25	×	27	28	29	30	31

☒：休館日

ゆいわーく茅野

であう つながる

ひと・こと・ばしょ

～市民活動を紹介します～

vol.39

日本スポーツウエルネス吹矢
信州りんどう支部



活動内容

●内容

「健康維持・増進」を目的としている人、「昇段試験・各種競技大会」に参加して技術の向上を目指す人など等、それぞれの目標で吹矢の活動を楽しんでいます。また、小学校のクラブ活動、各種団体への体験会を通じて地域の方との交流を楽しんでおります。

●日時 毎週水曜日 13時30分～

●場所 ゆいわーく茅野



吹矢式呼吸法で健康に！

健康を目的としたスポーツです。吹矢式呼吸法(腹式呼吸+胸式呼吸)が源で呼吸法を最大限に行うために「基本の動作」(礼に始まり礼に終わる)があり、一連の動作が深い呼吸をもたらす精神力、集中力を高めて体に活力を与え、様々な健康効果が期待されております。



ゲーム感覚で、誰でも一緒に楽しむことができます！

見学・体験をお待ちしております！

市民活動については市民活動センター『ゆいわーく茅野』(☎75-0633)へお問い合わせください。

