

西中図書館 新刊オススメ本



『祖父母学』
大森 弘 [著]
グッドブックス

私たちの住む西会津町は、都会に比べて2世帯、3世帯が同居する家庭や、別居をしても毎日のように祖父母が孫の子守りをしている家庭が多いように思います。
祖父母の役割とは、孫をただ甘やかしてかわいがるだけではなく、親とは違った目線で心配りし、いざという時には心の支えとなる存在であることが重要です。
この本は、子どもの発達段階ごとの関わり方のポイントから家族間の問題までを、4コマ漫画やイラスト、また豊富な事例で分かりやすく説明しており、参考になります。祖父母でなくても、子どもとの関わり方を学べる一冊です。



『かわたれどき』
畠中 恵 [著]
文藝春秋



『木曜日の子ども』
重松 清 [著]
KADOKAWA



『ノースライト』
横山 秀夫 [著]
新潮社



『アレンジが広がる多肉植物ずかん』
TOKIHIRO [監修]
メイツ出版

本年度は「10教室」を開催！体を動かしたい方、必見！
西会津スポーツクラブで
楽しく体を動かしませんか？

10教室で会員を募集集中！

西会津スポーツクラブでは本年度、以下の10教室を開催します。現在、会員を大々・大募集中です！

運動不足の人、仕事終わりに体を動かしたい人、最近体重が気になり始めた人、何か楽しみを見つけた人、お酒を飲む前に体を動かそうと思っている人、学生や主婦の人などなど、皆さんの参加をお待ちしています！

申込時にコースや教室を選択

本スポーツクラブでは、ご自身の生活スタイルに合わ

せ、「年会コース（1年間）」、「前期コース（4月～9月）」、「後期コース（10月～3月）」が選べます。また、会費や保険料のほかに、教室によって参加費やプール使用料が必要となる場合もありますので、申込時にご確認ください。各教室の詳細については申込時にお渡しします。年度途中での申し込みや教室の追加も可能です。

人気の「ヨガ教室」は今月5月から始まりますので、ぜひお申し込みください！

〈申込・問い合わせ先〉

町公民館
☎45-2719
担当…成田



町民ギャラリー 手芸友の会

今月は、齋藤 高子さん（上野尻2）の作品です。

作品名

七宝まりと三猿の置き物とミニそでなしと着物

作品作りを振り返って

手芸友の会に入会させていただき、いろいろな作品をたくさん作ってきました。

3年前にさるばを作った後に、さるばよりも大きな、そして両目、両耳、口を手で覆った、いわゆる「さる」に「～ざる」をかけた、見ざる、聞かざる、言わざるの三猿を作りました。

今は、居間に飾り、朝夕と声を掛け、一日一日を過ごしています。



教室名	開催日程	時間	場所
スイミング	第1・2 金曜	午後6時30分から	さゆり公園プール
水中ウォーキング	第1・2 木曜	午後6時30分から	さゆり公園プール
エアロビクス	第1・3 月曜	午後6時30分から午後7時30分	町公民館
レクリエーションダンス	第1・3 金曜	午後1時30分から午後3時	町公民館
すば一つ吹矢	第1・3 水曜	午後1時30分から午後3時	町公民館
筋力ストレッチ	第2・4 火曜	午後7時から午後8時	町公民館
ヨガ	第1・3 水曜	午後7時から午後8時	町公民館
椅子ヨガ (体験も可能。1回300円)	週2回	午前の部 午前10時から午前11時 午後の部 午後2時から午後3時	町公民館
《新メニュー》(見学可能) リズムエクササイズ	第2・4 木曜	午後1時30分から午後2時30分	町公民館
《新メニュー》(見学可能) TRAINING studio (ヨガの要素を盛り込んだ筋トレ)	週2回	午後7時から午後8時	町内各施設