



## 西中図書館 新刊オススメ本



『男の肌活  
現役世代の新ルートイーン』  
[橋本 加代子 著]  
ライフサイエンス出版

「毛穴・テカリ・ひげ・くすみ・たるみ・しわ・AGA・ふけ」これらのワードが気になっている人には必見の1冊です。

現代の男性社会では、仕事の専門知識や経験、スキルと同じくらい見た目や清潔さも重視されることが増えて、男性向けスキンケア用品も多く販売されています。

この本は、加齢を感じつつも現役感のある男性に向けたスキンケアの解説本です。よく寄せられる質問に皮膚科専門医による改善策や解説が分かりやすくまとめられています。見た目に差がつく簡単お手入れ術も紹介されていますので、ぜひお試しください。



『ついでにジェントルメン』  
[柚木 麻子 著]  
文藝春秋

『僕らはそれに対抗できない』  
[アダム・オルター 著]  
ダイヤモンド社



『子宝船 きたきた捕物帖2』  
[宮部 みゆき 著]  
PHP研究所



『八月の母』  
[早見 和真 著]  
角川書店

本年度の西会津キッズランニングクラブが6月11日に、げんきUP! キッズクラブが6月25日にそれぞれスタートしました。両クラブ共に随時参加者を募集しています！興味のある人は気軽に問い合わせください。

子どもたちの体力向上を目指して活動中!!  
**キッズランニングクラブ**  
&  
**げんきUP! キッズクラブ**

## 西会津キッズ ランニングクラブ

「西会津キッズランニングクラブ」は、児童の体力向上と長距離ランナーの育成を目的に開催しています。

本年度は、対象となる小学4年生から6年生までの21人の申し込みがありました。6月11日の開講式には13人が参加し、町陸上競技協会会員の指導の下、ストレッチ、ウォーミングアップの後、さゆり公園多目的広場の外周を走ったり、グラウンド内で障害物競走や助け鬼を楽しんだりしました。

今後は、毎月2回程度開催する予定で、タグラグビーなどの遊びを交えた体力作りや、近隣市町村で開催されるマラソン大会へ参加するなど活動していきます。



## げんきUP! キッズクラブ

子どもの運動不足と体力低下を予防し、身体を動かすことの楽しさを伝える「げんきUP! キッズクラブ」の第1回目の活動を6月25日にさゆり公園体育館で行いました。

本年度は、対象の小学1年生から3年生までの21人の申し込みがあり、当日は17人が参加しました。この日は、いろいろな飛び方で縄跳びをしたり、鬼ごっこやドッジボールをしたりと、楽しながら体を動かして体力向上を図りました。



## 町民ギャラリー フォトクラブどんぐり

今月は、フォトクラブどんぐり・大竹隆一さん（原）の作品です。



### ◎撮影場所

町役場新郷連絡所前の棚田付近

### ◎作品紹介

この撮影場所は、遠くに雄大な飯豊山を仰ぎ見ることができる場所であり、周りは棚田に囲まれ、いつ来ても季節を感じさせてくれる場所です。初夏の飯豊山の山容と新緑の山々そして棚田、初秋の黄金の稲穂と飯豊山との対比、その後の紅葉など、いろいろなコントラスト（対比）を楽しむことができます。