

# 公共施設情報シイガシ

宮代町の木は「シイガシ」!!

●費用の記載のない催しは参加費無料です。

図書館

申問 34・9944

ホームページ



開館時間

火曜～金曜  
土・日・祝日

9時30分～19時 ※休館日:毎週月曜(祝日を除く)  
9時30分～18時 9月2日(火)、16日(火)、30日(火)

事業名	日時	場所	内容
すいようえほんの会	9月10日(水) 【0・1歳の部】11時～11時15分 【2・3歳～の部】11時30分～11時45分	おはなし コーナー	ちいさい子の絵本とわらべうたの会
ライブラリーシアター 「日の名残り」 (1993年 アメリカ映画 字幕)	9月12日(金)14時～16時15分	ホール	カズオ・イシグロのベストセラー小説を映画化した名作。1958年のイギリスで、時代の変化の中、職務に忠実に生きる老執事の姿を描いた人間ドラマ。
紙芝居と折り紙	9月13日(土)14時30分～15時30分	研修室	紙芝居「つきよとめがね」ほか 折り紙 たぬき
落語を楽しむ会	9月19日(金)14時～15時10分	ホール	志らくの弟子、立川志ら乃の落語をDVDでお届けします。「壺算」「粗忽長屋」ほか
おはなし会	①9月20日(土)②27日(土) 14時30分～15時	おはなし コーナー	①「三枚のお札」「金のとさかのおんどり」 ②「マーシャとくま」「お月さまの話」 対象 4歳以上(目安)
ナクソス音楽会 第6回 「バッハ・コレギウム・ジャパンを聴く」	9月21日(日)14時～15時30分	ホール	音楽配信サイト「ナクソス・ミュージック・ライブラリー」からお届けします。※生演奏ではありません
子ども映画会	9月27日(土)15時～15時45分	ホール	「きつねとぶどう」「花いっぱいになあれ」「よっちゃんの不思議なクレヨン」 対象 3歳以上(目安)
にちようえほんの会	9月28日(日) 【0・1歳の部】11時～11時15分 【2・3歳～の部】11時30分～11時45分	おはなし コーナー	ちいさい子の絵本とわらべうたの会
ナクソス音楽会 特別回 「0歳から楽しむ ファミリークラシック」	10月1日(水)11時～11時30分	ホール	親子で楽しめる音楽会です。音楽配信サイト「ナクソス・ミュージック・ライブラリー」からお届けします。※生演奏ではありません 「エルガー:愛の挨拶」「崖の上のポニョ」ほか
図書リサイクル市	10月4日(土)、5日(日) 9時30分～17時	ホール	図書館で不要となった図書を無料で頒布します(無くなり次第終了)。タイトルなどの問い合わせには応じられませんので、ご了承ください。 持物 持ち帰り用の袋
童話と絵本の会	10月4日(土) 【2・3歳～の部】14時30分～14時50分 【4歳～小学生の部】15時～15時30分	おはなし コーナー	年齢にあわせた絵本の読みきかせ
ぬいぐるみおとまり会 申込 9月7日(日)～15日(月・祝) までに窓口(申込用紙は図書館ホームページでも取得可)	【おはなし会】10月12日(日) 3歳～の部 14時30分～15時 小学生の部 15時20分～16時 【おむかえ】10月13日(月・祝) 15時～18時の間	ホール	お気に入りのぬいぐるみと一緒に絵本を聞いてみませんか?おはなし会のあとは、ぬいぐるみたちだけで図書館におとまりします。おむかえのときには、おとまりの様子を撮った写真をプレゼント♪ 定員 15組 対象 3歳～小学3年生(幼児は保護者同伴) 持物 ぬいぐるみ1体

## 認知症にフレンドリーな社会に向けた合同展vol.7 「あしたのわたしと認知症」

図書館では、9月の認知症月間を受けて認知症への理解を深めるための合同展を開催します。

2040年には高齢者の約3.3人に1人が認知症又は軽度認知障害になるといわれています。ぜひこの機会に認知症への正しい理解や町内での取り組み等をご覧いただき、認知症と共に暮らせるやさしいまちを目指していきましょう。

### ■協力

宮代町(健康介護課)  
宮代町社会福祉協議会  
日本工業大学

### パネル展示 「あしたのわたしと認知症」

「認知症を知ろう」・「認知症にやさしいまちづくり」・「認知症でも安心して暮らすための参考情報」を展示します。

日時 9月12日(金)～10月13日(月・祝)

場所 展示ホール

※図書館開館時間に閲覧可。最終日は16時まで。

### 回想サロン in 図書館

認知症の予防に効果があるといわれている回想法。昔の映像が収録されたDVDを使って当時の振り返ります。新しらか病院(認知症専門病院)によるレクリエーションも。

日時 9月28日(日)14時～15時30分

場所 ホール

### 認知症月間 特別映画会

#### 「ピア～まちをつなぐもの～」

若手医師が悩みながらも懸命に、在宅医療という高齢化社会の大きな課題に取り組んでいく感動の物語。「ケアニン」チームにより製作。

日時 9月23日(火・祝)14時～15時40分

場所 ホール

### 日本工業大学 特別講演会

#### 「暮らしの記憶を紡ぎ合う～宮代発「まちをアルバムにする」とそこから生まれた取り組みの紹介～」

日時 10月13日(月・祝)14時～15時30分

場所 ホール

講師 勝木祐仁 氏(日本工業大学 建築学科教授)

# ぐるる宮代

ホームページ



開館時間 火曜～土曜 9時～21時  
日曜・祝日 9時～18時 申問 32・1543

9月28日(日)～30日(火)は、  
プール水抜き清掃のため、  
プール棟は休館します。

事業名	日時等	場所	内容
はじめてのピラティス 申込 ①受付中 ②9月2日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	①9月3日(水)②10月1日(水) 11時15分～12時15分	会議室	インナーマッスルを重視し姿勢の改善、バランスのとれた体にするを目標にします。 定員 各15名 対象 16歳以上 費用 1,100円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル、ヨガマット
ウエルラウンド 申込 9月2日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	9月10日(水)、10月8日(水) 11時15分～12時	トレーニングルーム	リズムに合わせてステップ運動とマシーントレーニングを繰り返し行うサーキットトレーニングです。 定員 各7名 対象 16歳以上 費用 600円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
はじめてのボクササイズ 申込 ①受付中 ②9月2日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	①9月12日(金)②10月24日(金) 11時～12時	研修室	ボクシングの基本スキルを使い、筋コンディショニングと有酸素運動を同時に行います。 定員 各15名 対象 16歳以上 費用 1,100円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
走り方教室 申込 9月2日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	9月20日(土)13時30分～15時	多目的広場	腕の振り方や走る姿勢などのコツやポイントを紹介。速く走るための練習をします。 定員 20名 対象 小学生 費用 1,100円 持物 動きやすい服装、シューズ(雨天時は室内履き)、飲み物、タオル
無料体験会 ミズノバレーボール教室 申込 受付中 先着順、窓口または電話	9月20日(土) ①15時～16時20分②16時30分～17時50分 10月13日(月・祝) ③9時30分～10時50分④11時～12時20分	メインアリーナ	①④初心者 親子でも参加できます②③経験者 レベルアップしたい方 定員 各20名 対象 ①④小学生以上②③小学4年生以上 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
個人参加型 みんなでモルック 申込 9月2日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	9月27日(土)14時30分～16時	サブアリーナ	年齢性別問わずワイワイ楽しめます。 定員 30名 対象 小学生以上 費用 600円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
体力測定会 申込 9月16日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	10月1日(水) 9時～11時40分、13時～15時40分 ※一人あたり約20分	トレーニングルーム、ロビー	①開眼片足立ち・握力・長座体前屈・上体起こし②エアロバイク負荷測定(トレーニング室利用者限定)のどちらかをお選びください。 対象 16歳以上 費用 300円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
ウォーキング&ちょこっとジョギング教室 申込 9月16日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	10月2日(木)9時30分～11時 ※メインアリーナに集合	園路	正しいフォームのウォーキングを習得し、ちょこっとジョギングで心拍数を上げ、有酸素運動を行います。 定員 20名 対象 16歳以上 費用 1,100円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル
無料教室 アクアビクス・アクアダンス 申込 当日先着順	【アクアダンス】10月3日(金)、18日(土) 【アクアビクス】10月11日(土)、23日(木) 11時～11時30分	プール	音楽に合わせて有酸素運動を行います。水中なので負担がなく楽に運動できます。 定員 各30名 対象 16歳以上 費用 400円(入場料) 持物 水着、キャップ、飲み物、タオル
はじめてのズンバ 申込 9月2日(火)10時～ 先着順、窓口または電話	10月14日(火)、28日(火) 10時30分～11時20分	剣道場	ラテンの音楽に合わせて踊る創作ダンスエクササイズ。 定員 各40名 対象 16歳以上 費用 600円 持物 動きやすい服装、室内履き、飲み物、タオル

# 笠原小学校内 陽だまりサロン



開館時間  
月曜～金曜、第3・第4土曜  
10時～16時



ホームページ 申問 37・0145

各事業の詳細はお問い合わせください。

- ぬりえをしましろう 毎週月曜13時30分～
- 囲碁・将棋の日 毎週水曜10時～
- さをり織り体験 毎週木・金曜10時30分～12時、13時30分～15時  
今月は裂き織りマットを織ります♪
- スクエアステップ 第2・4金曜13時30分～15時

事業名	日時	内容
ポッチャdeかるた	9月5日(金)、10月3日(金) 10時30分～11時30分	椅子に座って、大きなかるたがけてお手玉を投げます。「宮代みんなのふくしかるた」「いぬぼうかるた」を使って遊びましょう。どなたでもご参加ください。輪投げもあります。
はるるの折紙タイム 申込 前日までに直接または電話	9月16日(火)13時30分～15時	定員 10名(申込順) 持物 折紙、はさみ、ボンド、のり、定規、鉛筆
糸掛けアートフレームでハロウィン飾りを作しましょう 申込 前日までに直接または電話	9月19日(金)10時30分～12時	糸掛けアートフレームは蜘蛛の巣、飾りは蜘蛛?魔女?それともカボチャ? 定員 10名(申込順) 費用 100円
お手玉を作しましょう	9月20日(土)10時30分～12時、13時30分～15時 のお好きな時間にお越しください	昔懐かしいお手玉を手作りしませんか?材料はこちらで用意しますが、お好きな布がありましたらお持ちください。
リコーダーを吹きましょう	9月27日(土)13時30分～14時30分	先生はいません。吹きたい曲を楽しくみんなで吹いています。 持物 リコーダー
いきいきの日	毎週火曜10時30分～11時30分 9月は室内、第3・5火曜はヨガ	楽しく笑いながら体を動かしましょう。 持物 室内履き、飲物、タオル