

7/10(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館) 1歳8～9カ月児健康診査(12:15～ゆめりあ) 3歳1～2カ月児健康診査(12:30～ゆめりあ) 水中体操体験講座⑥(12:30～ゆめりあ)
11(金)	10～11カ月児健康相談(9:15～ゆめりあ) 1歳2～3カ月児健康相談(9:30～ゆめりあ)
12(土)	陸上自衛隊第11音楽隊コンサート(15:00～ゆめりあ) とっぴ子どもゆめクラブ丸太でチャレンジ (9:00～大和地区)
13(日)	
14(月)	
15(火)	ゆめりあ陶芸部会「作品展示会」(~8/3 ゆめりあ)
16(水)	中学生芸術鑑賞(14:00～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム(15:00～図書館)
17(木)	第6回子育てスクール(10:15～子育て支援センター) コアエクササイズ①(13:30～ゆめりあ) 水中体操体験講座⑦(18:30～温水プール)
18(金)	
19(土)	小中学校夏休み(~8/17) 大人のためのキンボール教室②(9:30～スポーツセンター) 自由研究の本展(~8/17 図書館) おはなしころりん「うみ」のおはなし(14:00～図書館)
20(日)	
21(月)	
22(火)	少年野球教室(13:00～ピンネスタジアム)
23(水)	放課後おはなしタイム(15:00～図書館)
24(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館) コアエクササイズ②(13:30～ゆめりあ)
25(金)	
26(土)	第42回野外慈善ビールパーティー (15:00～改善センター前)
27(日)	第28回しんとつかわふるさとまつり (10:00～ふるさと公園)
28(月)	親子ふれあい造形教室①(10:00～児童館)
29(火)	やまびこ①(10:00～ゆめりあ)
30(水)	夏休み映画会(①10:30～ ②14:00～図書館)
31(木)	フッ素塗布(12:40～ゆめりあ) 妊婦歯科健診(13:10～ゆめりあ)
8/1(金)	児童館バス遠足(9:45～妹背牛町) 親子ふれあい造形教室②(10:00～児童館)
2(土)	おはなしころりん「おほしさま」のおはなし (14:00～図書館)
3(日)	夏休み映画会(①10:30～ ②14:00～図書館)
4(月)	
5(火)	写真同好会いちい「会員展」(~8/24 改善センター) とっぴ子どもゆめクラブパークゴルフ体験 (9:30～河川敷パークゴルフ場)

6(水)	水泳教室①(18:30～温水プール)
7(木)	やまびこ②(10:00～ゆめりあ・改善センター) 児童館七夕まつり(14:00～児童館)
8(金)	やまびこ③(10:00～ゆめりあ・改善センター)
9(土)	子どもゆめクラブ動くおもちゃづくり (9:30～改善センター)
10(日)	
11(月)	やまびこ④(10:00～ゆめりあ・改善センター)
12(火)	
13(水)	水泳教室②(18:30～温水プール)
14(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館)
15(金)	
16(土)	おはなしころりん「いのち」のおはなし (14:00～図書館)
17(日)	教育長杯パークゴルフ大会 (8:00～サンウッドパークゴルフ場)
18(月)	
19(火)	肝臓医療講演(14:00～ゆめりあ)
20(水)	放課後おはなしタイム(15:00～図書館) 水泳教室③(18:30～温水プール) ZUMBA(ズンバ)①(19:30～ゆめりあ)
21(木)	コアエクササイズ③(13:30～ゆめりあ)
22(金)	びよびよきっす遠足(10:00～妹背牛町)
23(土)	
24(日)	
25(月)	
26(火)	細井太郎氏「水彩画展」(~9/15 改善センター)
27(水)	小学生芸術鑑賞(午前/午後 ゆめりあ) 第7回子育てスクール(10:15～子育て支援センター) 介護保険相談(13:00～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム(15:00～図書館) ZUMBA(ズンバ)②(19:30～ゆめりあ) 長寿を祝う会(11:00～改善センター)
28(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館) コアエクササイズ④(13:30～ゆめりあ)
29(金)	新中学校祭(~8/30 新中) 香澄(KAZUMI)民謡コンサート(19:00～ゆめりあ)
30(土)	
31(日)	劇団みんわ座 影絵人形劇公演「とべないホテル」 (10:30～図書館)
9/1(月)	新小地域参観日(8:20～新小)
2(火)	フランスの絵本写真展(~9/28 図書館)
3(水)	放課後おはなしタイム(15:00～図書館) ZUMBA(ズンバ)③(19:30～ゆめりあ)
4(木)	
5(金)	新小マラソン大会(9:25～新小)

雪が溶け、桜の花芽が膨み
 ゆく日。桜の開花への期待
 がうかがわれる。ウターンし
 て故郷に戻った甥一家に、ふ
 るさと自慢でさり気なくエー
 ルを送る。

柳町 紀明

いろいろな短歌会
 気あらしが川面を覆う春立つ
 日岸辺の柳芽のふくらみて
 田岡トヨ子

しばれた朝、川の水面に帯
 のように靄が立ちこめる。気
 温の上昇で薄れゆく靄の向こ
 うに、芽のふくらんできた柳
 が見える。春が待ち遠しい。

息子の側で余生を送る決意す
 る故郷にあまた未練残れど
 岡 須美

卒寿まで、しっかりと故郷
 新十津川で暮して来たが、も
 う潮どき。息子の許で余生を
 送る決心をした。こ息と過
 ごす未来に「幸あれ」。

文芸倶楽部

**おすすめ
ライブラリー**

フォックン

問合せ 図書館 ☎76-3746
<http://db.net-bibai.co.jp/SHINTO2/>
 蔵書検索と図書館だよりは
 ホームページからもご覧いただけます

【7 15～8 14の休館日】
 月曜日 : 7月21日、28日
 8月4日、11日
 月末整理日 : 7月31日

DVD



『北のカナリアたち』
 阪本順治 / 監督、
 吉永小百合ほか / 出演
 北海道の離島の分校に夫と
 共に赴任した小学校教師「は
 る」は、合唱を通して生徒たち
 の心を明るく照らしていく。
 そんな時、心に傷を抱えた警
 官阿部がやってくる。そして
 衝撃的な事故が彼らを襲う。
 湊かなえの小説『往復書
 簡』を原案とした感動作です。
 (122分)

児童



『目のしくみ大研究』
 根木 昭 監修
 社会活動に必要な情報の80
 %を得ている目。人間の目の
 しくみや働きを、イラストを
 使って解説します。いろいろ
 な生き物たちの目や、目のト
 ラブルと対策についても紹
 介。親子で目について調べて
 みませんか？

一般



『パッと見てわかる英語イ
 ラストブック』
 石原真弓 監修
 身の周りにあるモノを英語
 で言えますか？ 言えそうで
 言えないものやちよつとした
 注意が必要なものなど、使え
 る英単語2133語を紹介。
 かわいい絵を見ながら楽し
 く覚えられます。

スポーツコラム「齊藤さんがゆく。」

空知教育局から町教育委員会事務局に
 派遣され、社会教育主事として働く齊
 藤伸一さんのコラムです。

高度経済成長期以降、日本国民の暮らしが豊か
 になるにつれ、数多くの健康ブームが、彗星のごと
 く現れ、彗星のごとく消えていきました。
 1960年代は、健康器具が流行りました。ぶら下がり
 健康器が洋服掛けになった家庭も多かったのでは
 ないでしょうか。1980年代は、エアロビクスが普及
 し、リンゴやこんにやく、卵ばかりを食べるダイエ
 ット、紅茶キノコや杜仲茶などの健康茶もブームと
 なりました。1990年代は、パブル崩壊の煽りをうけ、
 風船ダイエットや髪しばりダイエットなど、手軽な
 ダイエットが流行り、2000年代は、黒酢やカスピ海
 ヨーグルトなど健康食品がブームになるとともに、
 科学的根拠に基づく低インシュリンダイエットやサ
 プリメントが普及しました。また、ビリーズブート
 キャンプやWiiFitなど、家族ぐるみで楽しめるエク
 ササイズも登場しました。
 これらのブームの中には、痩せることを主な目的
 としたものが多くあります。それらを一緒にくたに
 「ダイエット」と呼ぶことが一般的ですが、本来ダ
 イエットとは、健康保持や肥満防止、美容のため食

事の量や種類を制限することだそ
 うです。ですから、減量を目的とし
 たエクササイズは、正確にはダイエ
 ットとは呼ばないそうです。
 さて、2010年代に入ると、タニタ
 食堂のレシビ本が売れ、ロングプレ
 スやカーヴィーダンスなどのフィットネス(健康維
 持のための運動)が流行り、バランスのとれた食生
 活と運動習慣の両面の改善がテーマになってしま
 した。
 先日、教育委員会では、「格闘エクササイズ教室」
 を4回実施し、私も担当者として参加者と一緒に身
 体を動かし、併せて乱れきた食生活の改善にも取
 り組みました。その結果、4月にはプロボクシング
 の階級でいうと、スーパーミドル級まで上り詰めて
 いた体重が、今は2階級下がりスーパーウェルター
 級になりました。ですが、標準体重は、さらに2階
 級下です。それに、一度手にしたチャンピオンベル
 ト(お腹の脂肪)は、なかなか外れません。

