

公民館ヨガ教室 参加者募集



場 所 エコールみよた 大会議室
申 込 方 法 電話、窓口、町公民館SNSへのメッセージにて受け付けます。
問い合わせ先 教育委員会生涯学習係 (32) 2770

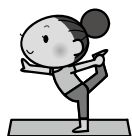


※予約制のため、事前に参加する日をお申し込みください。

「地域のゆとりヨガ教室 ～こどもが真ん中～」

講師：にしかわ まさえ (米国公認クリパルヨガ教師・保育士)

日 時 12月9日(木)、23日(木) 午前10時～11時
持ち物 ヨガマット (※レンタル100円)、ブランケット 参加費 800円 定 員 10名
※お子さまを連れて参加できます(生後2カ月以降)。 ※授乳・おむつ替えも室内でできます。
※病気やけがをしている方は医師に確認してからご参加ください。



「リラックス・リフレッシュヨガ教室 ～心と体を整える～」

講師：なかざわ ようこ (ヨガインストラクター)

日 時 12月3日、10日、17日、24日(金) 午後6時30分～7時30分
持ち物 ヨガマット (※レンタルはありません。) 参加費 500円 定 員 15名
※小学校高学年以上からの参加が可能です(保護者同伴)。

女性と赤ちゃんのからだ相談室 カモミール

「アロマ de フットマッサージレッスン」

講師：梅澤 あやこ (理学療法士)

日 時 12月8日(水) 午前10時～11時30分 参加費 800円 定 員 10名
持ち物 お好きな香りのマッサージオイルやボディクリームなど、足元にひくタオル、お飲み物
※ひざの裏までマッサージしますので、ひざまで出せるズボンでお越しください。

戸 籍 の 窓



●人口16,043人 (前月比 +32) 男7,976人 女8,067人
●世帯数7,330世帯 (前月比 +20) (10月1日現在)

※戸籍の窓は、届出者から了解を得て掲載しています。
※世帯主名、区名は住民票に基づいています。

びんは、無色透明、茶色、その他の色の3種類に分別をお願いします。

ガラスびん分別の注意点

びんは、無色透明、茶色、その他の色の3種類に分別をお願いします。

今回は、ガラスびんに見えても、ガラスびんとして分別できないものを一部紹介します。

◆乳白色ガラス製

主に軟膏剤の入れ物などに、使用されています。

◆陶磁器

主にお酒のボトルなどに、使用されています。



◆化粧品品のびん

化粧品の入れ物に使用されています。



これらのものは、全て「不燃ごみ」へ分別をお願いします。

混入してしまうと、リサイクルの際に、強度や品質に大きく影響するため、排出前によく確認していただき、判断に迷うものは町へご相談ください。

適切な分別へのご協力をお願いします。

問い合わせ先 町民課環境衛生係 (32) 3114

町民課環境衛生係

(32) 3114

トークイベント開催

「人類の知の航海図200冊展」

堀内勉著『読書大全 世界のビジネスリーダーが読んでいる経済・哲学・歴史・科学200冊』に紹介されている、書籍を11月10日(水)から町立図書館で展示します。ぜひお出かけください。

また、11月13日(土)午後7時からZoomで著者の堀内勉氏と町長の「トークイベント」を開催します。視聴希望の方は以下の申込フォームからお申し込みください。ID・PWを自動返信メールにてお伝えします。
<https://logoform.jp/form/duxJ/40542>



堀内 勉 さん



ほんとに、いい出会い



こんなひとりで、素敵です！

「すてきなひとりでぼっち」

絵をかくのが好きな一平くん。クラスでもひとりぼっちになりがちですが、慣れています。そんなある日、すてきな宝物をたくさん見つけて…。一平くんの小さな発見をあなたかく描いた絵本。



「すてきなひとりでぼっち」
ながわちひろ / 作
出版：のら書店

安西水丸ワールドへ。
心あたたまるエッセイ

「ブルーインク・ストーリー」

父・安西水丸のこと

父がいなくなつて世界はがらりと変わってしまったけれど、父との大切な時間を経て今の自分がある。海辺、灯台、スノードーム…。父・安西水丸の好きなもの、お気に入りの品々を眺めながら、大切な記憶を辿るエッセイ。



「ブルーインク・ストーリー」
安西カオリ / 著
出版：新潮社

たくさん作って

楽しいハロウィン工作

「楽しいハロウィン工作」

ハロウィンを楽しむためのコスチュームやアイテム、アイデアが満載！魔女、ドラキュラ、フランケンシュタイン、がいこつなどの衣装を、身近に手に入る材料で作る方法を紹介します。型紙付き。



「楽しいハロウィン工作」
いしかわまりこ / 作
出版：汐文社

いざという時に
知っておきたい

「防災イツモマニュアル」

特別なことはなくても「イツモの暮らし」が「備え」になる、新しい防災マニュアル。水、トイレ、キッチン、応急手当、連絡手段、本場に役立つ防災グッズなど、これからの防災のカギとなる在宅避難のための備えを紹介する。



「防災イツモマニュアル」
防災イツモプロジェクト / 編
寄藤 文平 / 絵
プラス・アーツ / 監修
出版：ポプラ社