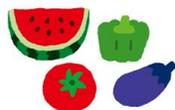


ひだまり通信

園芸講座～なつ編～

6月25日(日) 10:00～
鹿本市民センター2F 視聴覚室にて
「野菜づくりのコツと裏ワザ」
DVD (106分)
上映と農山漁村文化協会講演会を
開催します。



夏の講座

6月3日(土) 14:30～(おはなし会終了後)
わらべ歌や手遊びなどをご紹介します。ボランティ
ア(マザーグースさん)による夏の講座です。

館内の展示

コーナー名

- 「山鹿でがんばる企業」**メインコーナー**
山鹿で高品質のシルクを生産する「あつまる山鹿シルク」をご紹介します!! シルクに関する本も展示中。
- 「特定検診、がん検診など」**やまが情報発信課**
健康増進課よりお知らせ。健康診断を受けましょう。
- 「心の中はいつも青空
(楽しい気持ちになるエッセイ本)」**文学おすすめ**
梅雨空でもきにならないかも?!
- 「ジメジメ撃退!
雨でもサラッと快適ライフ」**ウェルカム**
ジメジメしたり頭痛がしたり、おっくうでイヤ～な梅雨
を撃退しませんか?
- 「レジェンドのこぼれ(伝記)」**児童オススメ**
伝記から学び、君も成功への道を切り開こう!
- 「あめのえほん」**きせつのえほん**
雨を楽しむ絵本♪

今月のひだまりおはなし会 14:00～

- 3日「マザーグース」
- 10日「リラの会」
- 17日「ひだまりスタッフ」
- 24日「鹿本読書友の会
わくわく文庫」



館長のひとこと6月

5月のさわやかな風をうけての御宇田の散歩。田畑の色は麦秋。そして苗代の準備と農家の方は忙しそうです。やがて暑い季節の到来です。元気に乗り越えましょう。

ところで図書館には様々な広報誌が送られてきます。市民の皆さまにご覧に入れたらよいと思われる誌は館内にしばらく置いてありますが、スペースの関係もあり処分するのが大半です。もしご希望のものがあれば、カウンターに申し出下さい。

その中から一つ今日は紹介します。「若い世代もロコモ予防を!」のタイトル。ロコモ(ロコモタイプシンドローム)とは、骨、関節、筋肉、靭帯、神経などの運動器に障害が起こり、「立つ」「歩く」機能が低下している状態のことを言うそうです。高齢社会においては、ロコモを予防することで、運動器を長持ちさせることが大切だそうです。ロコモ予防は中高年以降だけでなく、小学生の頃から取り組むことでより効果を高めることが出来るそうです。ネット社会の中、子どもたちが外遊びをすることが昔に比べて少なくなってきたと言われる。大人になってからが心配です。それぞれの年代や身体の状態にあった運動を上手に取り入れ、運動器を一生うまく使い続け、高齢になっても一生出来るだけ自分の足で立ち、歩き、自立した生活を送りたいという願いが叶うよう、ロコモ予防が注目されているそうです。

図書館には運動機能に関する本もたくさん揃えています。次の機会図書館に来られたら、手にとって何か一つでも運動を生活の中に取り入れてみたいかがでしょうか。

★開館時間★

ひだまり 平日 10:00～18:00
こもれび 平日 10:00～19:00(開館時間延長中)
ひだまり・こもれび 土・日・祝日 10:00～17:00
各図書室 終日 10:00～17:00

★休館日★

ひだまり 月曜日/特別整理期間/年末年始
こもれび 水曜日/ // / //
各図書室 無休 / // / //

★連絡先★

ひだまり図書館 ☎46-1310
こもれび図書館 ☎43-1082
鹿北図書室 ☎32-3111
菊鹿図書室 ☎48-3111
鹿央図書室 ☎36-3111



★山鹿市立図書館 HP★

HPで資料予約や、図書館のブログが見られます!
携帯電話、スマホからもアクセスできます★
詳しくは で検索!



山鹿市立 2017.6月号 図書館だより

6月カレンダー イベント館: ひだまり こもれび

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 <input type="checkbox"/>
4	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9	10 <input type="checkbox"/>
11	12 <input type="checkbox"/>	13 <input type="checkbox"/>	14 <input type="checkbox"/>	15 <input type="checkbox"/>	16	17 <input type="checkbox"/>
18	19 <input type="checkbox"/>	20 <input type="checkbox"/>	21 <input type="checkbox"/>	22 <input type="checkbox"/>	23	24 <input type="checkbox"/>
25 <input type="checkbox"/>	26 <input type="checkbox"/>	27 <input type="checkbox"/>	28 <input type="checkbox"/>	29	30	

7月の
休館日

ひだまり(毎週・月) 7/3・10・17・24・31

こもれび(毎週・水) 7/5・12・19・26



映画上映会

- おはなし会(毎土曜日) ひだまり 14:00～
こもれび 11:00～
- ◎プレママタイム ひだまり 毎週火曜 10:45～
こもれび 毎週木曜 10:45～
- ◎おひざにだっこのおはなし会
ひだまり 毎週火曜 11:00～
こもれび 毎週木曜 11:00～