



としょしつだより



世界の科学者まるわかり図鑑
藤嶋昭・監修

世界の科学者約90人のエピソードと発明・発見を紹介。科学者のエピソードがあるので、発明・発見だけでなく、人間性がよくわかり楽しいイラストで、理科や科学に興味がない方も気軽に読めます。

3月4日は『数字の日』

◆関連図書

みなさんご存じの『ホワイトデー』。実は、『数字の日』『円周率の日』『アインシュタインの誕生日』の日でもあります。『数字の日』は、『円周率』の近似値3.14と『アインシュタインの誕生日』にちなんで財団法人日本数字検定協会が制定したものです。円周率は無限に続く数字という事で、近年永遠の愛を誓うといった思いを重ねて、プロポーズや入籍を選ぶ人が増えているそうです。



◆一般図書

約束の猫
村山早紀・著 げみ・著

4匹の猫が、あなたのもとへ。猫たちが、人間を愛して、そばにいて、見捨てずにいてくれる。収録作は猫にまつわる作品のみで、オールカラーの短編集になっています。

図書室休室日のお知らせ

3月						4月					
日	月	火	水	木	金	日	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5		1	2	3		
7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9
14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16
21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23
28	29	30	31			25	26	27	28	29	30

は休室日
開室時間：午前8時30分～午後5時15分

- × 新着図書紹介 ×**
- ・砂の器(上)(下) / 松本清張
 - ・誰もボクを見ていない / 山寺香
 - ・星の子 / 今村夏子
 - ・思い通りにいかないから人生は面白い / 曾野綾子
 - ・いちばんやさしい哲学の本 / 沢辺有司
 - ・さくら / 西加奈子
 - ・ねじれた家 / アガサ・クリスティ
 - ・一日江戸人 / 杉浦日向子
 - ・アラビアンナイトを楽しむために / 阿刀田高
 - ・ショートショートの世界 / 星新一：編 他10冊



◆児童図書

しかくので
新井洋行・作

私たちの身の回りには、四角いものがいっぱいありますね。それらはみんな「しかく」かもしれません。『しかくくん』に何が起るのか、手を止めて予想してみてくださいね。

本のリクエスト・リサイクルについて

図書室では、利用者から本のリクエストを受け付けております。
また、ご家庭で不要となった本をリサイクル図書などとして活用しております。
詳しくはスタッフまでお尋ねください。

寄贈本について

今回(令和3年1月1日～1月31日)は2名の方に寄贈頂きました。
登録20冊/リサイクル9冊・合計29冊ありがとうございました。



今回のワンポイントレッスン!! - ヨガ編 -

立ち木のポーズ

【方法】 ※壁の近くで行いましょう。
①両足を揃えて立ち、バランスをとりながら片方の足裏を反対のふくらはぎもしくは内ももにつけます。(写真①)
②両手を胸の前で合わせ(息を吸いながら)両手を頭上へ。そのまま20～30秒ほどキープしましょう。(写真②)
※呼吸は続けましょう! 足を入れ替えて反対側も!



ポイント

- ・視線は斜め前の床の一点に集中しましょう。
- ・バランスが取りづらい時は無理をせず、写真③のようにつま先を床につけて行ってください。

スタジオレッスン【ヨガ】は毎週火曜14:15～開催中です! ぜひご参加ください!

お問い合わせ先
Jヴィレッジフィットネスクラブ
☎0240-23-7013(フィットネスクラブ直通)

営業時間のご案内

火曜～金曜 午前10時～午後9時
(最終入場 午後8時30分)
土・日・祝日 午前10時～午後5時30分
(最終入場 午後5時)
定休日 月曜日(祝日の場合も休館となります。)

Jヴィレッジフィットネスクラブトレーナー
遠藤 健一 (えんどう けんいち)

- 保有資格
- JATI-ATI
- 健康運動実践指導者



健康ふくしまみんなで実践♪

ふくしま健民アプリはご存じですか?

「ふくしま健民アプリ」は、健康維持につながる生活習慣の定着化を図ることを目的とした、いつでもどこでも楽しく気軽に参加でき、継続して利用できるアプリケーションです。

日々の歩行活動がポイント化され、目標ポイントに達成すると「ふくしま健民カード」が画面に表示されます。そのカードを福島県内の協力店に提示することで特典を受け取ることができます。このアプリでは市町村ごとに歩数による「今日のランキング」が表示されます。みなさんも、トップ10入りを目指しませんか!?

アプリをダウンロードすると市町村と各市町村のキャラクターを選択する画面があります。現在、広野町の「ひろぼー」が第3位です。みんなでひろぼーを選んで、1位を目指しましょう!

二次元コードを読み込んで今すぐダウンロード!

iPhone



Android



詳しくはホームページで!
ふくしま健民アプリ 🔍

簡単に始められます!



問 広野町 保健センター ☎0240-27-3040