

さいき図書館からこんにちは!

わらべうた de おはなし会

申し込み受付中!

今月の
おはなし会は
わらべうた♪
だよ!



- ▼ ところ 水と緑のまち さいき文化センター 1F 練習室
- ▼ 内 容 絵本の読み聞かせと季節のわらべうたに合わせて体を動かし遊びます
- ▼ 講 師 吉本 瑞枝さん
- ▼ 対 象 どなたでも
- ▼ 申込み はつかいち市民さいき図書館 (☎72-1011)
- ▼ 主 催 はつかいち市民さいき図書館
- ▼ 共 催 津田市民センター

みずえさん



わらべうたは大人から子どもへ、
子どもから子どもへと伝承されてきたあそび歌です。
歌のリズムに合わせて体を動かし、世代を超えて楽しめます。
小さな子どもさんも、少し大きくなった小学生の子どもたちも、大人も
みんな一緒にみずえさんとあそびましょう♪

ちいさい子のためのおはなし会

わらべうた de あそぼ♪

6月16日(金)
11:00~

偶数月の第3金曜日は
わらべうた♪

- ▼ ところ 水と緑のまち さいき文化センター 1F 練習室
- ▼ 内 容 ちいさい子向けの絵本の読み聞かせと、
季節のわらべうたで楽しく過ごしましょう!
- ▼ 対 象 未就園児と保護者
- ▼ 申込み はつかいち市民さいき図書館 (☎72-1011)
- ▼ 主 催 はつかいち市民さいき図書館
- ▼ 共 催 津田市民センター

親子でゆったり、ほっこりあそびましょう♪

6月の展示

正しくたのしく 食べて健康に!

食べ過ぎないで腹八分! 楽しく食べて健康になる! また、地産地消の料理や、郷土料理について知ることも「食育」です。誰かと一緒に食べることを、一人飯、どんな形であっても食べることを大事にする、そんな暮らしの提案ができる本を展示しています。

- 「土井善晴 一汁一菜の未来」(L596.0/ト) 別冊太陽
- 「50歳からのからだ整え2品」(596/7) 藤井恵
- 「大野西小 PTA 発 給食宣言」(H596/カ)

津和野街道交流記念展示

島根県津和野町から吉賀町の柿木、六日市を経て廿日市市までを結ぶ約77キロメートルの古道「津和野街道」。令和4年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された「津和野弥栄神社の鬺舞」が今月、厳島神社に奉納されます。廿日市市は津和野街道周辺に位置する津和野町・吉賀町と県境を越えた交流をしています。さいき図書館でも、津和野街道の約400年の歴史がわかる資料を展示します。書物で伝わる津和野街道も味わってみてください。



6月休館日カレンダー

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

- ☑ 休館日 毎週月曜日(祝・休日の場合はその翌日) 整理日につき図書館はお休みです
- 図書館おはなし会 ♡ わらべうた

フレイル予防

健康福祉総務課連携展示

「フレイル」をご存じですか?



フレイルとは、わかりやすく言えば「加齢により心身が老い衰えた状態」のことです。

フレイルの原因となる **筋肉量や心身の活力の低下** は、高齢期に達する前から注意が必要です。

まずは日頃の食生活を見直して運動や社会参加に積極的に取り組むことで、将来フレイルに陥らないための生活習慣を身につけましょう。

今日からできるフレイル予防の関連本を展示します。

- 「ずっと元気でいたければ60歳から食事を変えなさい」(498.5/F) 森 由香子/著
- 「あなたの老いは舌から始まる」(497.9/ツ) 菊谷 武/著
- 「70歳からの筋トレ&ストレッチ」(493.1/カ) 大淵 修一/編著

おはなし会で朗読しました

5/13



5月のおはなし会で
ひーちゃん(小3)
むーちゃん(小1)
姉妹が絵本の朗読を
してくれました。
息の合ったすばらしい
朗読でした。
みんな集中して
耳を傾けました。
ありがとうございました♡

