



安全・安心 まちづくり情報

転倒予防教室のおしらせ

保健センター 内線361

高齢者が寝たきりになる原因として「転倒による骨折」があげられます。出来る限り転ばず、転んでも大きなケガをしないように転倒予防教室を開催します。

この機会に自分の足元から見直してみませんか？

【会場】保健センター

【対象】65歳以上の方で、3日間受講できる方

【定員】30人（定員になり次第締切り）

【服装】1日(月)、8日(月)は運動ができる服装と靴。長いストッキングは履かずに参加してください。15日(月)はエプロン、三角きんを用意してください。

【持ち物】筆記用具

【申込み】1月5日(火)から保健センターへ

日時	テーマ	講師
2月1日(月) 10:00~11:30	足型を測って、自分のからだのバランスを知ろう ～足元を良くみて、足の手入れも学んでみよう	かながわ健康財団 健康運動指導士など
2月8日(月) 10:00~11:30	骨密度を測って「転ばないからだ」を考えてみよう ～測定と運動で骨折知らずのからだを目指そう	
2月15日(月) 9:30~12:00	骨折知らずの体はバランスの良い食事から… ～調理実習で自分の「食」を考えてみよう	湯河原町福祉課栄養士 湯河原町食生活改善推進団体

図書館だより

町立図書館 ☎63-4155

おはなし会

(会場：3階おはなしのへや)

◎金曜日のおはなし会 (11:00～)

15日 (3～6歳)

◎にこにこクラブ (11:00～)

8・22日 (～2歳)

◎土曜日のおはなし会 (15:00～)

9・16・23日 (4歳～小学生)

午後の朗読 (会場：3階会議室)

1月13日(水) 14:00～

・「朱塗の三段重」(江國香織/作)

・「二人連れ」(内海隆一郎/作)

(朗読 八亀佳江さん)

1月26日(火) 14:00～

・「赤い太鼓」(太宰治/作)

(朗読 小野英子さん)

パネル展「井上靖」

『しろばんば』『天平の甞』『孔子』など、数々の名作で現在も幅広い層の愛読者を持つ作家井上靖の業績を、パネルで紹介します。

【日時】1月22日(金)～2月14日(日)

10:00～17:00

※図書館休館日はご覧いただけません。

【会場】2階展示コーナー

図書館セミナー

「井上靖が追い求めたもの」

【日時】1月24日(日) 13:30～15:30

【会場】3階集会室

【定員】50人(先着順)

【講師】松本昭氏

(文学博士・昭和女子大学名誉教授)

【申込み】1月5日(火)から電話または直接図書館へ

「図書館メールマガジン」配信開始

「図書館メールマガジン」は、携帯電話のメールを使って配信する「雑誌」です。

新しく入った本や各種セミナー、おはなし会などの行事、本にかかわる話題や図書館からのお知らせなどをメールでお届けします。

利用方法など、詳しいことは、広報ゆがわら2月号に掲載します。

学校巡回文庫

13日(水) 湯河原小学校

15日(金) 東台福浦小学校

20日(水) 吉浜小学校

休館日

1～4・12・18・25日

第12回古本市

【日時】2月28日(日) 10:00～15:00

【会場】3階集会室

図書館では現在、『古本市』に出品する本の寄贈をお受けしています。

ページが破れていたり、汚れているもの、雑誌・マンガ・青少年有害図書・CD・ビデオ・カセットなどはお受けできません。

ご寄贈いただく本は、2月27日(土)までに直接図書館へお持ち下さい。

