

あいつ生涯学習だより

みんなの健活クラブ ★参加者募集★

今年も体を動かして健康づくりを目指す「みんなの健活クラブ」が始まります。参加される皆様に合わせたプログラムを行っていきますので、ぜひお気軽にご参加ください。一緒に健康づくりをしていきましょう！

日 程	9月8日～3月15日（毎週金曜日）※祝日・年末年始は除きます 13：30～15：30 全24回
場 所	農村環境改善センター 多目的ホール
参加費	500円
持ち物	上靴、タオル、飲み物
定 員	35名
申込期限	9月1日（金）まで



※定員に満たない場合は、期限を過ぎてもお申込みできますので、ご相談ください。

教室内容 有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチなどの自宅でも続けられる軽運動

講 師 尾 崎 萌 氏

共 催 愛別町・愛別町公民館

申込み・お問合せ先：保健福祉課保健推進係 TEL6-5111
教育委員会社会教育係 TEL6-5115

※教室で撮影した写真は、町の広報誌などに掲載される場合がありますので、ご了承ください。

暑い夏の日には水遊び!!

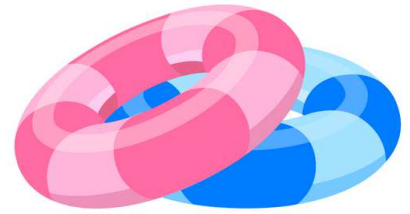
暑い夏の日には水遊びはいかがでしょう。

農村公園バーベキューハウス横には、噴水のあるじゃぶじゃぶ池があります。小さい子どもが遊ぶにはぴったりの場所です。ぜひ、夏休みの思い出作りの一つに。

下記時間帯・気象条件につき噴水が利用できます。

時間：10：00～17：00

気象条件：25度以上



夏休み期間は

「早寝早起き朝ごはん」運動!!

夏休み期間中は子どもたちの生活リズムが乱れがち。

元気な子どもの3要素は、次の3つ。

- 「運動」 からだを動かす
- 「栄養」 しっかり朝ごはん
- 「睡眠」 夜は早めにお休みなさい。



7月～8月は、子どもたちの生活リズムの向上を目的とした『早寝早起き朝ごはん』運動啓発強化期間です。

子どもたちが毎日を元気に楽しく過ごし、健やかに成長していくために、早寝早起きや朝ごはんをきちんと食べること、テレビやゲームの時間を減らして学習や運動を行うなどの基本的な生活習慣を身につけることは、とても大切なことです。

夏休み期間中に家族みんなで『早寝早起き朝ごはん』運動に積極的に取り組み、健康的な良いリズムを維持して元気に2学期を迎えましょう。

図書室からのお知らせ



イルカとほんちゃん

♪ 今月のおすすめ図書 ♪

* 実用書 *

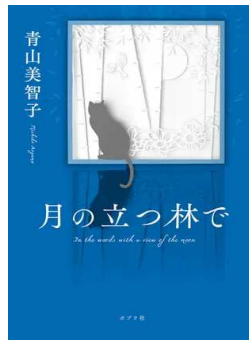
* 実用書 *

「月の立つ林で」

青山 美智子 (著)

つまずいてばかりの日常の中、それぞれが耳にしたのはタケトリ・オキナという男性の『ツキない話』だった。月に関する語りにも心を寄せながら、彼ら自身も彼らの思いも満ち欠けを繰り返し、新しくてかけがえのない毎日を紡いでいく。

最後に仕掛けられた驚きの事実と読後に気づく見えない繋がりが胸を打つ、心震える傑作小説です。



「ラブカは静かに弓を持つ」

安壇 美緒 (著)

悪夢に苦しみながら生きてきた橋樹は勤務先の全日本音楽著作権連盟の上司・塩坪から呼び出され、音楽教室への潜入調査を命じられる。

潜入調査員の孤独な闘いが今、始まる。想像を超えた感動へと読者を誘う、心震える“スパイ×音楽”小説です。



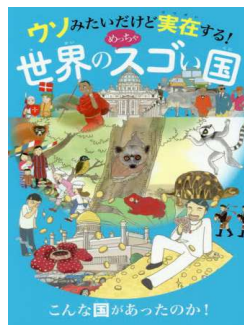
* 児童書 *

「世界のすごい国」

JTBパブリッシング (著)

世界には、大人も子どももビックリの「すごい国」がたくさんあります。

オールカラーのイラストで、世界中の驚きの国を楽しく紹介されており、楽しく学ぶ事ができること間違いなし！宗教、人種、習慣といった、世界の多様性を楽しく学ぶことができる一冊です。



本屋大賞コーナー開設！

この度ノミネート作品が図書室に揃いましたので本屋大賞コーナーを開設しました。皆さんのお越しをお待ちしております。



売りたい本
いちばん！
全国書店員が選んだ
2023年本屋大賞

古本市を開催します!!

第30回あいべつ夏まつりにて古本市を開催します。図書室から除籍された本を無料で提供します。今年は例年より冊数が多く、様々な種類を展示しますのでぜひお越しください。

お越しの際は、お持ち帰り用の袋をご持参いただきますようお願いいたします。

- 日 時：8月14日（月）
- 時 間：午前10時～午後3時
- 会 場：蔵ら裏イベント広場・ふれあい通り



他の図書館から本を取り寄せる事ができます!

愛別町公民館図書室では、図書室に置いていない本を北海道立図書館などの他図書館から取り寄せ、皆様に貸出する相互貸借を行っております。他図書館からの取り寄せを希望される方はお気軽に声をお掛けください。

8月 自動車文庫巡回日程表

第1・3 火曜日				第1・3 金曜日				
小学校	子育て支援センター	南町2区 なかよし公園	蔵ら	愛山 万葉寺	愛山 公民館	グループ ホーム 愛敬	中学校	伝承館
10:15～ 10:40 13:05～ 13:20	11:00～ 11:30	13:30～ 13:45	13:50～ 14:20	10:00～ 10:15	10:25～ 10:40	11:20～ 11:40	12:55～ 13:15	13:20～ 13:35
—	1日	1日	1日	4日	4日	4日	—	4日
(22日)	15日	15日	15日	18日	18日	18日	18日	18日

※変則巡回日については（ ）で表示しています。

■図書室の開室時間■

●平日 8:30～19:00

●土曜日・日曜日・祝日 8:30～17:00

