



☎ 578-1281
9-578-1281

犬飼ぐるっと歩こう会

1月16日(日)犬飼町スポーツ振興会の「犬飼ぐるっと歩こう会」が犬飼石仏をめぐるコース(4km・5km・7kmの3コース)で開催されました。

今回はコロナ過のなか、犬飼町在住者のみの参加とさせていただき54名の参加となりましたが、健康意欲の増進や交流・



親睦もかねて楽しく歩くことができ、ほとんどの皆さんが完歩。

閉会後のお楽しみ抽選会でも当選の驚きとうれい声が響き、楽しいイベントとなりました。

9月号・10月号で公民館クラブを紹介しました。今月号では、2つの教室を紹介いたします。

いずれも興味のある方は問い合わせください。待っています。

3B体操教室

第1・3木曜日
10:00~11:30
会費 月 1500円
講師 吉良道子



3B体操は、用具を使つて様々な音楽に合わせて行う体操なので、楽しく続けることができます。運動神経の良し悪しが影響する体操ではないため、運動が苦手な方や久しぶりという方でも安心して、どなたでも楽しんでいただけます。

また、補助具としてボールやベルを使いながら行う体操のため身体能力に関係なく、無理なく安全に行えます。

現在、犬飼公民館では、吉



良先生を中心に学級生が楽しく活動をしていますので、ぜひ見学にいらしてください。お待ちしております。一緒に身体を動かしましょう。

健康太極拳教室

第1・2・3火曜日
9:30~11:30
会費 月 3000円
講師 秋好祥千子



大分県太極拳協会と大分県太極拳連盟に所属する「犬飼健康太極拳教室」は、月に三回、講師の秋好先生ご指導のもと、音楽のリズムに合わせて体を動かして、足腰をきたえ、現在十二名、健康維持のため無理のないように練習しています。

大分県太極拳協会と大分県太極拳連盟に所属する「犬飼健康太極拳教室」は、月に三回、講師の秋好先生ご指導のもと、音楽のリズムに合わせて体を動かして、足腰をきたえ、現在十二名、健康維持のため無理のないように練習しています。



も必要とされるため筋力や神経・筋協応能の向上にとっても役に立ちます。さらにねじり動作が入ることにより、柔軟性の向上が期待できます。

教室をのぞいてみませんか。ぜひ体験をしてください。



く続けていける太極拳は、スクワットと同じような基本姿勢が続き片足でバランスをとること

今月も新しい本が入荷いたしました。どうぞ、ご利用ください。
リクエスト・ご意見をお寄せください。
ご希望などに添いたいと思っております。



著者 梶ようこ
吉原の遊び人から成りあがった、江戸一番の絵師、菱川師宣。時代を写し取り、浮世絵の祖となった男の波乱万丈の生涯。ぐずぐずしていた己ともおさらばしたいのさ。



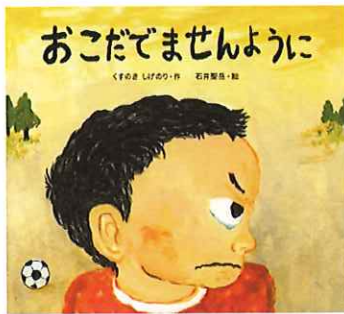
著者 諸田玲子
お江戸の大火で命からがら焼け出され無一文のすっからかん。一九と娘の舞一家、涙と笑いの大騒動の巻
十辺舎一九一世一代の野辺送り「煙と共に灰左様なら」



著者 佐々木功
兵どもが雄たけびを上げ、戦場を駆け抜ける!!
存続化、滅亡か。慶長 5 年、真田家の命運を賭けた上田城合戦の火蓋が切られた。



作 柴田ケイコ
パンどろぼう、それはせかいじゅうの おいしいパンを さがしもとめる おおどろぼう。パンやの おじさんに さとされて、りっぱな パンしょくにんになりました。
おや、なにものかが じつと こちらのようすを うかがっているようです……。



作 くすのきしげのり
絵 石井聖岳
ぼくは いつも おこられる。いえでも がっこうでも……。
きのうも おこられたし、きょうもおこられている。きつと あしたも おこられるやろ……。

ぼくは どないしたら おこれへんのやろ。ぼくは…… 「わるいこ」なんやろか…。
ぼくは、しょうががっこうに にゅうがくしてから おしえてもらった ひらがなで、たなばたさまに おねがいを かいた。ひらがな ひとつづつ、こころを こめて……。

今年度は、たくさん本を購入することができました。今までになく、図書室利用者が増えており、うれしいニュースとなっています。公民館に足を運んでください。待っています。 羽田野

編集後記
コロナ過のなか、学習発表会は昨年・一昨年と中止でしたが、今年、三月に学習発表会を開催する予定です。現在オミクロン株のニュースに頭を痛めておりますが、出演者のみの参加とし、準備を進めております。公民館の図書室は、新しく、広くなり、室内での読書も出来ます。

他に

- ・残照の頂 続・山女日記 湊 かなえ
 - ・月夜の森の鼻 小池真理子
 - ・ミチクサ先生 上・下 伊集院 静
 - ・赤と青とエスキース 青山美智子
 - ・闇抜 辻村 深月
 - ・琥珀の夏 辻村 深月
 - ・北斗の邦へ翔べ 谷津 矢車
 - ・建築でつかむ世界史図鑑 監修 本村 凌二
 - ・犬がいた季節 伊吹 有喜
 - ・にほんのこぼれずかん 監修 神永 暁
 - ・にほんのこぼれずかん 監修 神永 暁
 - ・ほしじいたけ ほしばあたち 監修 神永 暁
 - ・カピパラのだるまさんがころんだ 石川 基子
 - ・ええたま いっちょう! 作 中川ひろたか 絵 柴田ケイコ
 - ・愚かな薔薇 作 くすのきしげのり 絵 吉田 尚令
 - ・ヒトの壁 陸 恩田 陸
 - ・ひとりでカラカサさしてゆく 養老 猛司
 - ・自転しながら公転する 江國 香織
 - ・山本 文緒
- 以上 今月は 24 冊の本が入りました。