

五日市ファインプラザ6月定例事業 問合せ 596-5611

アクアビクス

期日・時間 毎週土曜日 午後3時～4時
内容 音楽に合わせて水の中で体を動かします。
持ち物 水着、水泳帽子
受付 初めての方は、登録手続きが必要です。

プールワンポイントアドバイス と ワンポイントアドバイス

期日・時間 毎週火曜日 午前10時～正午
内容 水慣れの方法から技術的なことまで、水泳や水中運動に関することをアドバイスします。
持ち物 水着、水泳帽子
受付 当日、会場へ

スポーツ体験教室

当日、会場へ
室内用運動靴をお持ちください。
用具の貸し出しは無料です。
バスケットボール
日時... 6月14日 午前10時～正午
バドミントン・卓球
日時... 6月14日 午後1時～3時
ミニテニス
日時... 6月14日 午後3時～5時
インディアカ
日時... 6月27日 午後3時～5時
各事業の費用は無料ですが、体育室、プール使用料金は必要です。

日時 6月3日(水) 午後1時～正午



はじめましょう！
水中ウォーキング
「リハビリウォーキング」

市民プール
問合せ
550・1711
施設使用料が必要で

対象 初めて水中ウォーキングを始めたい方や腰痛、肩こり、膝痛を緩和してみたい方
内容 新しい水中歩行の仕方や、ちょっとした水中運動の仕方をアドバイスします。泳げない方もプールで歩く体験をしてみませんか？
講師がプールサイドにいますので、声をかけてください。

小学校1・2年生集まれ！
小学生と保護者の水慣れアドバイス
日時 6月7日・14日の日曜日 午前10時～正午
内容 プール1コースに

親子自由開放
親子で一緒に広い場所でボールやフープなどの用具を使って自由に遊ばせませんか。
期日・時間 6月の火曜日 午前9時～11時
内容 体育室を自由開放します。
対象 幼児とその親
費用 無料

親子自由開放

五日市
ファインプラザ
問合せ
596・5611

正しい背泳ぎ！
やってみよう！
期日 6月11日・18日・25日の木曜日 午後3時～4時
内容 背泳ぎを泳いでみたい方、講師がその場で泳ぎをチェックしてアドバイスします。

正しい背泳ぎ！
やってみよう！

底上げる台を設置し、小学生の水慣れや水泳指導と、保護者への児童指導の仕方をアドバイスします。
対象 プール個人利用で、小学校1・2年生と16歳以上の付添いの児童2人に16歳以上の付添いの方が1人以上いない場合は、プールに入場できません。小学生未満の方が参加する場合は、問い合わせてください。
児童、保護者とも水泳帽子が必要です。

市議会議員選挙の投票所になるため、次の期間は使えません。
期日 6月6日(土)午後5時以降と7日(日)全日
場所 いきいきセンター
全館 グリーンスポーツ公園は使用できません。
問合せ いきいきセンター (558・3344)

いきいきセンター
臨時休館のお知らせ

その他 室内用運動靴をお持ちください。

日程 6月20日(土) 午前10時30分～11時30分
内容 ビデオで泳ぎを撮影し、テレビモニターに映し出して泳ぎのアドバイスをします。泳法はクロール、平泳ぎ、バタフライ、背泳ぎの中から選んでください。
対象 希望の泳法が25歳以上泳げる個人利用者
定員 6人(申込み順)



自分の泳ぎをビデオでチェック！

図書館からのお知らせ

6月の休館日(通常の休館日と蔵書点検による休館日)
中央図書館 毎週金曜日と、16日 から18日
○東部図書館エル 毎週月曜日と、3日・4日
五日市図書館 毎週月曜日と、23日 から26日

中央図書館増戸分室 毎週月曜日と、9日 から12日

中央図書館(558-1108)

おはなし会
日時 6月7日 午前11時～11時30分

ひよこのおはなし会
日時 6月8日 午前11時～11時20分

対象 1歳から3歳までの幼児とその保護者
ボランティア(絵本とおはなしの会)によるおはなし会

日時 6月10日 午後3時～3時30分

東部図書館エル(550-5959)

ボランティア(おはなしタ・ン・ト)によるおはなし会

日時 6月10日 午後3時～3時30分

わらべうたのじかん

日時 6月11日 午前11時～11時30分

対象 乳幼児とその保護者

五日市図書館(595-0236)

おはなし会

日時 6月10日 午後2時～2時30分

本のリサイクル市(一般書・児童書・雑誌)
期日 6月20日・21日
時間 午前10時～午後3時(本がなくなり次第終了)

内容 図書館で使わなくなった本を再活用するため無料で配布します。

持ち物 本を入れる袋
21日に本の追加はありません。
駐車場が狭いため、車での来館はご遠慮ください。

本のリサイクル市ボランティア募集

日時 6月19日、20日、21日 午前9時45分(19日は午後1時)～午後4時(1日でも可)

内容 リサイクル市の準備、片付けと開催当日の運営補助など

募集人数 15人程度(先着)

申込み方法 6月12日までに、五日市図書館へ電話するか、直接申し込んでください。

視覚障がいのある方へ

図書館では録音テープの作成、対面朗読などのサービスを行っています。図書館に問い合わせてください。

《図書館ホームページアドレス》

https://www.library.akiruno.tokyo.jp/index.asp

《携帯版アドレス》

https://www.library.akiruno.tokyo.jp/i/ihome.html を入力
または右の2次元コードを読み取ってアクセスしてください。



6月の市民ギャラリー(中央公民館)

万葉かなの集い
展示内容...細字、軸展、額展などの展示

期間... 6月4日～6日
時間... 午前10時～午後4時(6日は午後3時まで)

主催... 墨の会

三士会絵画展

展示内容... 絵画の展示

期間... 6月11日～14日

時間... 午前10時～午後5時(14日は午後4時まで)

主催... 三士会

寿大学写真クラブ作品展

展示内容... 写真の展示

期間... 6月17日～20日

時間... 午前9時～午後5時(17日は午後1時から、20日は午後4時まで)

主催... 寿大学写真クラブ

70美会設立40周年記念展

展示内容... 絵画の展示

期間... 6月24日～28日

時間... 午前10時～午後6時(24日は午前11時から、28日は午後5時まで)

主催 70美会