



ストレッチポール教室

～のんびり・ゆるっと・体ほぐして体幹アップ!～

日時: 7月21日(火) 10:00～11:00

講師: 伊東香順氏

定員: 先着10人 大人対象

参加費: 無料

持ち物: 飲物、動きやすい服装、あればヨガマット

申込 7月5日(日) 10:00から来館か電話



【定期講座】①～③全参加費無料です。申込方法は講座によって異なりますのでご注意ください。

①大人の健康教室

～脳トレ 筋トレでいきいきと!～

日時: 7月2日(木) 10:00～11:15

講師: 健康運動指導士 池垣真美子氏

定員: 先着16人 大人対象

持ち物: 飲物、タオル、動きやすい服装、
運動靴(上履き不要)

申込 6月16日(火) 10:00 から来館か電話

②みんなの歌ひろば

～文月の曲～



日時: 7月15日(水) 13:30～15:00

講師: 葭村洋平氏 廣瀬友瞳氏

定員: なし(最大30人)

大人対象

持ち物: 飲物

☆申込不要(当日窓口にて受付)

③ストレス解消音楽療法

～ステキな音楽に包まれて
リラクゼーションタイム～

日時: 8月4日(火) 13:30～14:30

講師: 音楽療法士 石角朋美氏

定員: 先着12人

持ち物: 飲物



申込 7月17日(金) 10:00から来館か電話



プラムキッズ 『なつまつり』

7月24日(金)に予定しています。

「梅の香7月号」に掲載予定です。

【クーリングシェルター

(指定暑熱避難施設) について】

熱中症による健康被害の発生を防止するため、一時的に暑さをしのげる場所として「青谷コミセン」をご利用ください。

- クーリングシェルターのご利用は、「熱中症特別警戒アラート」が発表されたときとなります。
- 運用期間は、令和8年4月22日(水)～10月21日(水)までになります。
- 利用できるのは開館している日時で、場所は、1階ロビーのベンチになります。
- 飲料は各自でご用意ください。



青谷コミセン 図書室だより

新刊案内



※印は市民の方からの寄贈本です。ありがとうございました。

一般書

マリコは国宝を観た！！
遅咲きというしあわせ
豆は煮えたか
ウイルス
21時の空洞の魚
六月の満月
小さな故意の物語
椿ノ恋文
撫子こがし(花暦居酒屋ぜんや⑨)
非道の剣(素浪人始末記⑤)
一度は訪ねたい花の名所
年金だけじゃ生活できない！「定年バイト」奮戦記
お米deパン
単身高齢者のリアル
子どもと海あそび
死体が伝える最後の想い

林 真理子
下重 暁子
朝井 まかて
真山 仁
標野 凧
一零 ライオン
東野 圭吾
小川 糸
坂井 希久子
小杉 健治
林山 翔平
りえ
葛西 リサ
茂木 みかほ
上野 正彦

こどものともてづくりブック

赤毛のアンのクロスステッチ

※ 耳がきこえないうささウワサのユニバーサルスポットをゆく

児童書

おはしうさぎ
あってって！
ガザを知っていますか？
ネズミのしっぽ
バスまだかな
かせ(天気の写真えほん)
つきよのたまご
もしもわたしが
むしどっちがどっち？(紙芝居)
死ってなんだろう？
※ 火山のサバイバル
※ きぼーる
※ ほっほっははは！

こどものとも編集部

堀内 さゆり
くせ さなえ
スギヤマ カナヨ
桑山 紀彦
大角 翠
北村 人
大塚 健太
荒木 健太郎
なかがわ ちひろ
ドクヒョン
ファン
ダシー
洪 在徹
キボリノコンノ
佐藤 志穂

夏休み企画

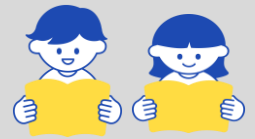
絵本ライブスペシャル



福音館書店 月刊誌「こどものとも」創刊70周年記念イベント



創刊70周年記念に福音館のこどもの本を大特集！！
家族でお気に入りの本を選んで読んでみよう



異国の作法を学ぼう！！中国茶

～夏をさわやかにすずお茶 バブルティ=茶会～

7/19(日)10:00～12:00・13:30～15:30

定員：2回開催・各回定員6名：参加費1000円

申込み：7/2(木)13:00～参加費を添えて図書室へ



すごろくチャレンジ

借りていただいた本の冊数分
サイコロを振ってすごろく遊びを
楽しんでいただきます♡
ゴールできたらお楽しみが♪

ときめきをとりもどせ！第四弾

「おんとおかのチアダンス」

7/23(木)10:00～11:00

定員：大人20名：無料

申込み：7/2(火)13:00～直接又はお電話で図書室へ



ちゃれんじあーと

図書室では毎月たのしい工作を実施！
一度図書室をのぞいてみてください♡
(講座開催日等、一部実施できない日もあります)

6月「かえるカスタネット」

問合せ：青谷コミセン図書室 53-8273