



## フラムキッズ「おひなさま作り」

日 時：2月24日(火)

10:00受付

10:30～11:30



対 象：0歳児～就学前の子どもと保護者

申 込：Tel SMS 070-8362-1644 担当 西裕司まで  
※当日会場でも受付できます。

共 催：青谷地区民生児童委員協議会  
青谷コミュニティセンター 参加費無料

## リラックスヨガ

### ～身体を整えて気分リフレッシュ～

日 時：3月13日(金)

10:00～11:00

講 師：井上ちさと氏

定 員：先着8人

持ち物：飲み物、動きやすい服装  
あればヨガマット

参加費無料

申込 2月21日(土) 10:00～来館か電話



## 定期講座 ①～③全て参加費無料

### ① みんなの将棋ひろば・

### みんなのピアノひろば



★3階集会室にて将棋ひろばと同じ時間帯で  
ピアノを自由に弾いていただけます。

日 時：2月21日(土) 13:30～15:30

定 員：なし 申込不要

※「ピアノひろば」は、当日1階窓口にて受付  
大人対象（子どもは保護者同伴であれば可）

### ② みんなの歌ひろば～芽吹き～

日 時：3月18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人程度）大人対象

持ち物：飲み物 申込不要（当日窓口にて受付）



## アクティフシニアのダンスワークアウト ～馴染みの曲でストレッチ＆ステップ～

日 時：3月4日(水)

10:00～11:30



講 師：せいぞう氏

参加費無料・申込不要

定 員：なし おおむね50歳以上

持ち物：お茶・タオル・上履き

## いつも笑顔でフィットネス＜初心者向け＞ ～まず、椅子を使って～

日 時：3月15日(日)

10:00～11:15



講 師：伊藤和美氏

定 員：先着20人

持ち物：飲み物、タオル、運動靴  
運動ができる服装

参加費無料

申込 2月19日(木) 10:00～来館か電話

## 筋力トレーニング

### 力千力千肩にさようなら

### ～身体ほぐして、すっきり姿勢～

日 時：3月24日(火)

10:00～11:00



講 師：京都テルサフィットネスクラブ

定 員：先着30人 大人対象

持ち物：飲み物、タオル、運動靴  
運動ができる服装

参加費無料

申込 3月7日(土) 13:00～来館か電話



### ③ 大人の健康教室

### ～脳トレ筋トレでいきいきと！～

日 時：3月19日(木)

10:00～11:15



講 師：(公財) 城陽市民余暇活動センター

定 員：先着16人 大人対象

持ち物：飲み物、タオル、運動靴  
運動ができる服装

申込 3月7日(土) 10:00～来館か電話

# 青谷コミセン 図書室だより

## 2026年2月 新着図書のご案内

### 《一般書》

花開く (ひとり旅日和 ⑦)  
グロリアソサエテ  
アフター・ユー  
子供部屋同盟  
ここにいるよ  
暁星  
とりふるばーば ~水曜日のかれーらいす~  
コンビニ兄弟 ⑤  
百歳の景色見たいと母は言い  
なぜ日本人は間違えたのか  
旅のある暮らし  
今井ようこのヴィーガンチョコレート菓子  
素人校長ばたばた日記  
落ち着きがない子どもに不安を感じたら  
知りたいことが全部のってる本  
語り聞かせたい日本の昔ばなし シリーズ  
・人ととのにんまりする話  
・生きものとのおどろきの話  
韓国インスタントラーメンの世界  
家を美しく長持ちさせる方法、教えます！  
ヌリカエ・リフォスム  
帯結びがいらないから着付け楽々  
切らずにできる着物の作り帯 和らく会

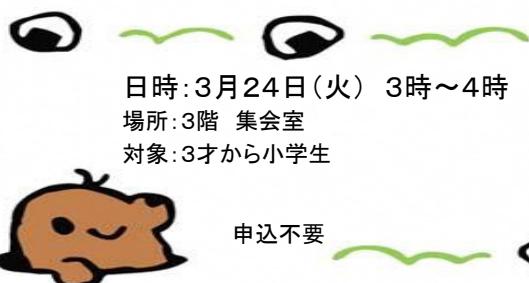
秋川 滉美  
朝井 まかて  
一穂 ミチ  
高橋 弘希  
真山 仁  
湊 かなえ  
佐々木 穎子  
町田 そのこ  
市毛 良枝  
保坂 正康  
えむでい60S  
今井 ようこ  
川田 公長  
高橋 史  
シリーズ  
小澤 俊夫  
小澤 俊夫  
ヨンジュン  
ヌリカエ・リフォスム

### 《児童書》

お！ たからぶね+H7:K25の七ふくじん  
はらぺこえびすのおしょうがつ  
いじわるなトラとおしゃべりなタンポポ  
ジウン  
まよなかのかくれんぼ  
キング牧師  
ドラえもん科学ワールド 新版ロボットの世界  
飯田 史也  
気持ちが伝わる！ドラえもん英会話  
アンドリュー・ハシモト

### 《寄贈本》

どら蔵 朝井 まかて  
カフネ 阿部 晓子  
小鳥とリムジン 小川 糸  
新！店長がバカすぎて 早見 和真  
成瀬は都を駆け抜ける 宮島 未奈  
星遣いたちの夜 (満月珈琲店の星読詠み⑦)  
望月 麻衣  
古代日本の歩き方 瀧音 能之



### 春まつり 図書室ワークショップ



日時： 3月1日（日）10時～2時

場所： 図書室前ロビー

SDGs

「キャップアート」

無料  
申込不要

ペットボトルのフタがアートに変身！！

### 蔵書点検休室のお知らせ

2月18（水）・19（木）・20（金）

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をうねがいします。  
蔵書点検中の返却は、返却ポストをご利用下さい。



「ちゃれんじあーと」  
図書室では毎月、毎日、工作をやってるよ。  
たのしく、おもしろい工作を実施！！

2月「節分」シリーズ



「絵本ライブ」も随時開催しています。