

図書館は、毎日開館して皆様をお待ちしています。

### ◆今日の行事◆

#### ■ どんどんクラブ

- ◇日時 2月16日(土) 午前10時～11時30分
- ◇内容 手づくりのおひなさま
- ◇対象者 幼児と保護者、小中学生 先着40名
- ※材料は図書館で用意します。



#### ■ おはなしでてこい

- ◇日時 2月26日(火) 午後3時30分～4時30分
- ◇内容 幼児・小学生向け おはなし会 (昔話、絵本読み聞かせ、紙しばいなど)



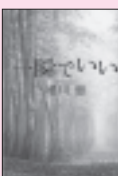
### ◆おすすめ新着図書◆

『1000の小説とバックベアード』佐藤友哉／著 (新潮社)



27歳の誕生日だというのに仕事を解雇された僕の前に、「私のために小説を書いてほしい」という女性が現れた。三島由紀夫賞受賞作。

『一瞬でいい』唯川恵／著 (毎日新聞社)



1973年11月、浅間山での出来事が18歳の二人の少女と一人の少年の運命を変えた。すべての世代に贈る31年間のラブ・ストーリー。

### ◆その他新着図書◆

- ◆天璋院篤姫 上・下 (宮尾登美子) ※大河ドラマ原作
- ◆沈底魚 (曾根圭介)
- ◆中原の虹 第4巻 (浅田次郎)
- ◆アサツテの人 (諏訪哲史)
- ◆中庭の出来事 (恩田陸)
- ※ここでの紹介は一部です。他にもたくさんの本があります。

### 平成20年度「カルチャーin公民館」講師募集

志津川公民館では平成20年度カルチャーin公民館で講座を開催していただける講師の方を募集いたします。

◇募集講師 趣味、芸能、教養などで主に初心者の方を対象にした講座を無料(※)で自主運営していただける個人または団体。

※講座に必要な材料費などはこれに含まれません。

◇講座回数 10回～20回程度

で定期的に開催

◇会場 志津川公民館

◇募集締切 2月15日(金)

◇申し込み、問い合わせ

志津川公民館 ☎46-2639



### 体育施設等の年間定期利用を希望する団体へ

平成20年度分の定期利用団体の申し込みを受け付けています。

◇利用対象施設

- 志津川公民館研修室 志津川公民館体育館
- 志津川小学校体育館 志津川中学校体育館
- 伊里前小学校体育館 歌津中学校体育館
- 南三陸町総合体育館「ベイサイドアリーナ」

◇申込締切 2月29日(金)

◇申し込み・問い合わせ

- ・志津川公民館研修室、体育館は → 志津川公民館 ☎46-2639
- ・学校体育館は → 生涯学習課 ☎46-2639
- ・南三陸町総合体育館は → スポーツ交流村 ☎47-1131

【利用団体代表者会議】

◇日時 3月5日(水) 午後7時～

◇場所 志津川公民館

### 平成20年度 南三陸町育英資金奨学生募集

町では、南三陸町育英資金貸付基金条例に基づく奨学生を次のとおり募集します。

◇貸付金額

①大学・大学院等(専門学校を含む。)に在学または入学見込みの方(月額4万4千円以内・入学時貸付金50万円以内)

②高等学校に在学または入学見込みの方(学校所在地が町内の場合は月額1万円以内、学校所在地が町外の場合は1万5千円以内)

◇貸付条件 ①貸付利子 無利子 ②貸付期間 5年以

内(修業年限)③返還期間 貸付終了の翌年4月から10年以内

◇採用予定 大学等7人以内 高校生若干名

◇申込期間 2月12日(火)～3月31日(月)

※申し込み用紙は、町教育委員会(志津川公民館内)と歌津公民館にあります。

※貸付は、申込者の中から選考委員会で選ばれた方のみ貸し付けいたしますので、ご了承願います。

◇問い合わせ 教育委員会 教育総務課(志津川公民館内) ☎46-2604

## スポーツ交流村催し案内 ☎ 47-1131

※各催しは、主催者の都合により変更になる場合があります。

### アリーナ(体育館)

○第3回南三陸町ジュニア綱引大会

2月3日(日) 開会：午前9時

○第3回南三陸町職場対抗卓球大会

2月13日(水) 開会：午後6時30分

### 文化交流ホール

○南三陸町生涯学習推進大会

2月9日(土) 開会：午後2時30分

○「さかなクンin南三陸」講演会&トークバトル

2月9日(土) 開会：午後4時

※南三陸町生涯学習推進大会終了後

○映画「ふみ子の海」

2月16日(土) 上映：午後2時

### 志津川けんこうクラブ (受付は随時行っています)

【週間プログラム】

- ～骨盤を正しい位置に戻して、ほっこりお腹解消、腰まわりスッキリ!～
- ★骨盤体操 毎週月曜日 午後3時～3時30分(30分間) ボールやタオルを使って骨盤まわりをほぐします。骨盤体操は毎日の積み重ねが大事です。自宅でもできる簡単運動もご紹介します。
- ～肩こりや腰痛の予防・改善に～
- ★肩こり・腰痛エクササイズ 毎週水曜日 午後7時15分～7時45分(30分間) 寒くなると多い腰痛や肩こり。軽い運動と凝って

いる部分をほぐすストレッチでからだをスッキリさせます。

【月間プログラム】

- ★冷え症・肩こり改善教室 2月6日(水) 午後7時～8時 この時期に多い、冷え症や肩こり。「夜、寝る時には靴下が手放せない」、「寒くなってくると肩が凝ってくる」という方、日常生活習慣を見直すことで充分改善できます。ウォーキングなどの有酸素運動で全身の血行を良くし、軽い筋力運動で筋肉をつけ熱を生み出しやすい身体をつくることで、冷え症や肩こりの予防改善につながります。
- ★スクワット体操 2月18日(月) 午後6時45分～7時45分 器具を使わず自分の体重だけで行う「スクワット」は、呼吸をしながら行う有酸素運動のひとつです。しゃがんで立つという単純な動作の繰り返しですが、体のさまざまな筋力が使われます。たったこれだけの動作で体はイキイキ、そして元気に。また、筋力がついて代謝がアップするため、ダイエット効果や、お尻や足といった下半身の引き締め、腰痛・膝痛・肩こりの予防、血行を良くするといった効果もあります。

### けんこうクラブの利用

◇利用時間

- 平日 午前9時～午後9時 (最終受付午後8時)
- 土日祝 午前9時～午後5時 (最終受付午後4時)

◇休館日 毎週火曜日

## 平成の森 Hei! もりもり情報 ☎ 36-3115

平成の森は、新年度の予約を受け付けています。(野球場・林間広場は、芝生養生のため3月中旬まで使用できません。)

### 施設案内

屋外施設で冬季に使用できるのは、テニスコート・テニスコート前広場・キャンプ場・遊歩道です。

### ■テニスを楽しみませんか?

全天候型のテニスコート(3面)はオールシーズン利用できます。貸し出し用ラケットやボールもあります。ご家族で、お友達と、部活・クラブ活動などでご使用ください。

テニスコート使用料

使用料区分	コート使用料 (1コート 1時間あたり)	用具使用料1人 1時間あたり (小学生は半額)
町内の者	200円	100円
町外の者	400円	200円

※団体で利用の場合は、予約が必要になります。

### ■グラウンド・ゴルフコースを常設しています!

テニスコート前広場に、グラウンド・ゴルフコースを常設しています。

◇使用時間 午前9時30分～午後3時30分

◇使用料 無料

◇使用方法 平成の森管理事務所に申し出てから使用してください。※コースは変えないでください。

### 冬季の屋外のトイレは使用しないでください

凍結防止のため手洗い用の水道を3月末まで止めています。

ご使用の際は、管理事務所前の水洗トイレをご利用くださいますようお願いいたします。

スポーツ交流村と平成の森の施設予約状況は、町のホームページで見られます。町のホームページは「南三陸iねっと」公共端末でも見ることができます。