

中央公民館・勤青ホームだより

令和6年5月1日発行



長瀬町中央公民館・長瀬町勤労青少年ホーム

5月号

長瀬町大字野上下郷 3312 TEL:66-1800 FAX:66-1564 Email:koumin-k@town.nagatoro.saitama.jp



団体名：ヨーガクラブ

活動日：毎月第1・3・4金曜日（1・4→ふれあいベース。3→中央公民館）

連絡先：黒澤玉枝 66-3016 中央公民館 66-1800

会費：1ヶ月 2,000円

その他：『息を吐きながらのばしましょう。』先生のかげ声にあわせて体を動かします。そして、終わったときの爽快感と脱力感には格別なものがあります。「ヨーガ」はゆっくりとした動きが多く、「いつでも」、「だれでも」すぐに取り組むことができます。『ほら!いまから!いまから!』

体力維持のために「ヨーガ」をご一緒に楽しみましょう!



一緒に運動
しましょう!

申込先は、中央公民館となります。申し込み方法は、直接窓口、電話、FAX、Eメールなどによりお申込みください。

サーキットチェア講習会

長瀬町健康増進計画の重要ポイントの1つである運動の習慣づくりや身体活動を促進し、健康で長寿なまちづくりを目指すために『サーキットチェア講習会』を行います。

サーキットチェアはイスに座って体を動かすため、手軽に生活の中に取り入れられることができる種目です。(それでも、結構汗をかきますヨ!体験者談)

この機会に是非ご参加ください。

今年度は【前期】・【後期】の2コースに分けて実施します。

日 時 【前期】5月20・27日、 6月10・17日、 7月8・29日、
8月19・26日、 9月2・9日
【後期】10月7・28日、 11月11・25日、 12月9・23日
1月20・27日、 2月3・10日
月曜日 午後1時30分から3時00分まで

場 所 長瀬町中央公民館 2階会議室
内 容 椅子を使用した有酸素運動と筋トレなど。
定 員 各25名
参 加 費 無料
講 師 健康運動指導士



一億人元気協会認定サーキットチェアインストラクター
町 田 明 子 先生

主 催 健康こども課、中央公民館

そ の 他 ・本事業は、はつらつポイントカード対象事業(1ポイント)となります。
・衣服は動きやすい服装と靴で、持ち物は水分、タオルなどをご持参ください。
・今講習会は、【前期】分として、申し込みを受け付けます。運動は継続することが重要です。【後期】の日程を含めるとほぼ一年を通して体を動かすことができます。

今月のカレンダー

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
内 容	八十八夜	長瀬町史を巡る講座	金憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日				愛鳥週間		母の日	ながとろ花めぐり講座			
			公民館は、連休中も休まず開館します。この機会に、是非ご利用ください。(5日は夜間(17:00~21:00)閉館となります。)													

図書館統計

2023/4/1~2024/3/31

月別利用		
月	開館日	貸出冊数
4月	29	320
5月	30	321
6月	27	257
7月	30	283
8月	30	362
9月	29	291
10月	30	285
11月	29	316
12月	26	276
1月	27	333
2月	28	284
3月	30	388
合計	345	3,716

曜日別利用	
曜日	貸出冊数
月曜日	644
火曜日	394
水曜日	501
木曜日	566
金曜日	579
土曜日	571
日曜日	461
合計	3,716

利用冊数と登録者	
利用冊数	登録者数
51冊以上	19
41~50	11
31~40	10
21~30	18
11~20	21
6~10	19
1~5	63
0	81
合計	242

ベストリーダー	
	利用冊数
Kさん	154
Fさん	124
Fさん	120
Fさん	120
Sさん	110
Aさん	99
Oさん	99
Aさん	93
Yさん	89
Mさん	88



令和5年度末の時点で利用者登録をいただいた方は242人で、図書室の開館日数は345日、貸出冊数は3,716冊となっています。一日に平均すると10.8冊の利用がありました。ベストリーダー（最も本を借りた方）は、Kさんで一年間に154冊利用されました。ベストリーディング（最も読まれた本）は東野圭吾さんの『魔女と過ごした七日間』で22回の利用がありました。

本をお取寄せします

中央公民館の図書室にない本でも県内の他の図書館からお取り寄せすることができます。

埼玉県内の図書館は、相互協力のネットワークを作っていて、利用者が求めている本をお互い貸し借りをしている制度があります。

ネットワークを利用して「本」を希望する場合には、窓口までお声がけください。



4月7日(日)に行われた「長瀬町史を巡る講座」で『高德寺の大般若心経』で『大般若経600巻の転読を見学』

中央公民館で担当する業務が変わります。

4月1日から、教育委員会の『生涯学習担当』が中央公民館に移りました。

このため、文化財関係（埋蔵文化財など）、社会教育関係（育成会・人権教育・二十歳に集いなど）、社会体育関係（スポーツ協会・スポーツ少年団・体育施設の貸出しなど）、に関する事務を中央公民館で担当することになりました。利用やお問い合わせの際は、お間違えないようお願いします。

4月22日(月)に行われた「ながとろ花めぐり」では、通りの抜けのサクラや玉登山神社など見学。



日	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
内容				サーキットテニア 講習会							サーキットテニア 講習会				月末休館日	

新刊図書のご案内

書籍名	著者	出版社
君が手にするはずだった黄金について いま注目を集める直木賞作家が、成功と承認を 渴望する人々の虚実を描く話題作！	小川 哲	新潮社
水車小屋のネネ 人々が織りなす希望と再生の物語	津村 記久子	新潮社
スピノザの診察室 現役医師として命と向き合い続けた著者が 到達した「人の幸せ」とは。	夏川 草介	水鈴社
成瀬は天下を取りにいこう 【2024年本屋大賞受賞作！】 2020年、中2の夏休みの始まりに、幼馴染の成瀬がまた変なことを言い出した。コロナ禍に閉店を控える西武大津店に毎日通い、中継に映るといふのだ。M-1に挑戦したかと思えば、自身の髪で長期実験に取り組み、市民憲章は暗記して全うする。 今日も全力で我が道を突き進む成瀬あかりから、きっと誰もが目を離せない。	 宮島 未奈	新潮社
放課後ミステリクラブ 児童書で史上初本屋大賞ノミネート 親子で楽しめる本格ミステリ！	知念 実希人	ライツ社
リカバリー・カバヒコ 公園の古びたカバの遊具、カバヒコ。カバヒコに 触れると治したいところが回復するという。	 青山 美智子	光文社
レーエンデ国物語 家を抜け出して少女は銀霧が舞う森へと旅に出る。	多崎 礼	講談社
わが投資術 市場は誰に微笑むか すべての投資家のバイブル誕生	清原 達郎	講談社
Spring 稀代のストーリーテラーが辿り着いた最高到達点 ＝長編バリエ小説	恩田 陸	筑摩書房
本気のワンパンパスタ 家にある素材で最高においしいパスタが 作れる夢のようなレシピ本。	リュージ	扶桑社
つかめ！理科ダマン1 化学の天才シンが、身の回りにはあふれている 化学の楽しさを教えてくれる一冊	 シン・テフン	マガジンハウス
つかめ！理科ダマン2 昆虫、体、宇宙、身近なモノなど子ども達が気 なる疑問が楽しくわかります。	シン・テフン	マガジンハウス

【 編集後記 】

5月になると、とても爽やかな気候の日が多くなって、草木の青さも目につくようになり、新鮮さを感じる事が多くなるのではないのでしょうか。

気持ちのよい新緑や色とりどりに咲き誇る花などを見ながら、公民館に足を運んでいただき、たくさんの本を借りて、読書を楽しみませんか。

