

公民館

市民講座

食品表示のうそ?ほんと!
食品表示の見方など、食に関するいろいろな問題を学びます。ぜひご参加下さい。

日時・内容 下表のとおり
場所 中央公民館

対象 市内在住・在勤のかた
定員 40名(応募者多数の時は公開抽選)
参加費 無料
講師 垣田達哉氏(表示問題アドバイザー)

保育 1歳3か月〜就学前の幼児10名程度(若干のおやつ代等が必要)
申込み 往復はがきに講座

名・住所・氏名・年齢・電話番号・保育希望のかたは幼児名・年齢(月齢)を明記し、10月1日(必着)までに中央公民館(〒189-0014本町2-33-2)へ
※返信宛先等必ず記入
問い合わせ 中央公民館(☎395・7511)

小・中学生講座

①包子(肉まん)を作ろう!
日時 9月27日(土) 午前10時〜午後1時頃
費用 200円(材料費)
定員 24名(応募者多数の時は公開抽選)
講師 内藤小詠氏、清水玲子氏

図書館

①・②共通
場所 中央公民館
対象 市内在住・在学の小中学生
申込み 往復はがき又はEメールで講座名・住所・氏名・年齢・学校名・学年・電話番号を明記し、9月22日(必着)までに中央公民館(〒189-0014本町2-33-2、kominkan@01.city.nigashimura.nagano.jp)へ
※携帯メールからも可
問い合わせ 中央公民館(☎395・7511)

製本講習会

「自分だけの本を作ってみませんか」
宮沢賢治の作品を美しい文庫本に仕立てます。また、最終日には、自分の作品を製本する際の相談も受け付けます。
日時 10月9日・16日・23日の毎週木曜日、午後2時〜4時30分
場所 中央図書館2階集會室
対象 3日間とも参加できる市内在住・在勤のかた
内容 製本作業、製本相談、各種製本法の紹介
定員 16名(先着順)

布の絵本プレイルーム

「お話の世界へようこそ」
おなじみの絵本が布に変身します。小さいお子さんと一緒に遊びに来ませんか。遊び方や作品づくりに興味のあるかたも、ぜひご参加下さい。
日時 9月26日(金)・27日(土) 午前10時30分〜午後3時30分
※時間内は自由に遊べます。
394・2900)

来春小学校へ入学するお子さんの健康診断

児童の心身の状況を把握するため、各小学校を会場に健康診断を実施します。保護者同伴の上、受診して下さい。
対象 平成16年4月に小学校へ入学するお子さん(平成9年4月2日〜平成10年4月1日生まれ)
日程 右表のとおり
診断科目 内科・眼科・耳鼻科・歯科の健診と簡単な知能検査
○受診に際し、準備は必要ありません。
○お子さんの身体上のごことや、就学に関する相談なども受け付けています。
※9月20日頃に封書で通知します。届かない場合は、お問い合わせ下さい。
※車でのお来場はご遠慮下さい。
問い合わせ 学務課

就学時健康診断日程表及び受付時間

月	日(曜)	学校名	受付時間
10月10日(金)		南台	午後1時15分〜1時50分
		大岱	午後1時〜1時30分
10月14日(火)		久米川東	午後1時10分〜1時30分
		萩山	午後1時〜1時30分
10月17日(金)		化成	午後1時〜1時30分
		青葉	午後1時〜1時30分
10月20日(月)		回田	午後1時15分〜1時30分
		北山	午後1時20分〜1時40分
10月21日(火)		八坂	午後1時15分〜1時45分
10月24日(金)		野火止	午後1時〜1時30分
		久米川	午後1時15分〜1時30分
10月27日(月)		秋津	午後1時30分〜1時50分
		秋津東	午後1時15分〜1時45分
10月28日(火)		東萩山	午後1時30分〜1時50分
10月31日(金)		富士見	午後1時10分〜1時40分



☎396-3800

はじめての草木染め

東大和市立郷土博物館と共

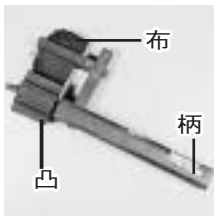
催で、草木染めの講座を行います
日時・場所 10月7日(火) 東大和市立郷土博物館、10月8日(水) 東大和市立郷土博物館、10月9日(木) 東大和市立郷土博物館
内容 1日目 講義と植物採取、2日目 染めの実践

対象 市内在住のかたで、2日間とも参加できるかた
定員 10名(先着順)
費用 350円(材料費)
持ち物 筆記用具、筆、はさみ、ビニール袋
申込み・問い合わせ 9月24日(水) 午前10時から電話でふるさと歴史館へ

村山紘の道具

③コロガシ

前回ご紹介した「九十紘」の反物は、白く染め抜いた経糸の紘と緯糸の紘が、互いに織り重なって模様ができる経緯紘で、小さな白く紘をより白く浮き立たせています。



コロガシ

「コロガシ」に墨を含ませた布を取り付け、凸凹した部分に墨を付け足しながら糸の上で転がすと、等間隔に印を付けることができます。この印を目途に、しかも楽に準備することが出来ます。「コロガシ」は、この他に改良が加えられた形のものもあります。

ふるさと歴史館ロビーの展示コーナーでは、いろいろな「コロガシ」を展示していますので、ぜひご覧下さい。

次回、緯の紘系についてご紹介いたします。

図書館で調べよう!

③法律を調べよう

中央図書館の参考資料室では、最近、法律を調べることが増えてきました。それだけ仕事や生活に自己責任を問われる時代になったからでしょうか。

図書館では法律相談にお答えすることはできませんが、条文や判例を探して頂く、「六法全書」はぜひご活用下さい。

図書館には『六法全書』以外にも『現行日本法規』や『官報』があります。『現行日本法規』は全部で10巻もあり、『六法全書』よりも多くの法律を収録しています。『官報』は毎日発行され、最新の情報を知ることが出来ます。しかし、多くの記事の中から目的の法律を探するのは手間がかかります。

また、インターネットの「電子政府の総合窓口」にある「法令データベース」から目的の法律を探することも出来ます。『法律はどれも難しく』というかたには、『口語六法全書シリーズ』はいかがでしょうか。条文とともに解説もついています。

法律というと縁遠いような気がしますが、私たちが思いのほかたくさん法律の中で生活しています。ちなみに、図書館でのコピーも著作権法第31条によって行なわれています。

中央図書館調査資料係



☎393・9222

親子ダイエツト教室

健康的な体づくりと食生活を

親子ダイエツト教室

日程	時間	内容(保護者)	内容(子)
10/18	午前10時〜11時30分	講義・食事のとり方について	形態測定運動
		講義・おやつ選び方について	
10/25	午後2時〜3時30分	講義・子どもの肥満について	水中運動
10/26	午前9時〜午後4時	「第68回市民歩け歩け運動」参加	
11/1	午前10時〜11時30分	栄養に関する個人指導	運動
11/8	午前10時〜午後1時	講義・運動の効果について	調理実習
11/15	午前10時〜11時30分	栄養に関する個人指導	運動
11/22	午前10時〜正午	栄養に関する個人指導	形態測定運動

※10/26(日)を除き毎週土曜日、全7回

10月1日から第2駐車場の場所が変わります

現在使用中のスポーツセンター第2駐車場(センター1南側)は、9月30日(火)から、センター1西側に新しく駐車場を設置します。ご利用下さい。

問い合わせ スポーツセンター