



おはなし会とあそび

★場所/本館視聴覚室・児童コーナー

ぴよぴよ♪ルーム

第1月曜日 10:00～12:00

NPOグーチョコキパー&極による絵本朗読会

第1土曜日 14:30～15:30

グーチョコキパー ひろば

第2金曜日 10:00～11:30

おはなしどらちゃんによるおはなし会

第2土曜日 14:30～15:00

テディベアブッククラブによる絵の本ひろば

第3土曜日 14:30～15:30

しおりちゃんのおはなし会

第4土曜日 14:30～15:00

おはなしハッピーによるおはなし会 絵本の読み聞かせなど

第5土曜日 14:30～15:00



教えてください!あなたの知っている高石

図書館に掲示の高石市年表を参考に、ご家族から聞いた昔話やあなた自身の思い出など教えてください。年代別に思い出を集め高石関連資料と一緒に展示します。図書館内設置の応募用紙にご記入ください。

応募期間 6月22日まで

場所 図書館本館、分館の応募箱 対象 市内在住の方

図書館で Basic YOGA

毎年恒例の図書館ヨガ。どの世代でも楽しめるヨガポーズと一緒にリラックスしませんか?勉強や仕事、育児や家事に追われているみなさん!リゾートをイメージした会場で心地よい時間を過ごしましょう。

日時 5月24日(日)14:30～15:30

場所 図書館本館視聴覚室

対象 女性(中学生以上)

募集 10人 料金 無料

申込 5月10日 10:00 から本館カウンターまたは電話申込

今月の特別展示

①新生活～新しいこと、はじめてみよう～

この春、何か新しいことをはじめてみませんか。言語、健康、お金、お料理・・・新しいなにかに出会える予感。図書館で新しいなにかを見つけましょう～♪

②つくろう♪あそぼう♪

自分で何かをつくるのってたのしいよ!何をつくろうかな?おうちのひとといっしょでも、友達とでも、ひとりでも!上手につくれたら、みんなにじまんしちゃおう♪

電子書籍、使ってみませんか?

市立図書館には、スマホやタブレットで本や雑誌が読める電子書籍や、館内Wi-Fiサービスがあるのをご存じですか?今まで利用したことのない方も、図書館スタッフがサポートしますので、普段お使いの端末(スマートフォンやタブレット、ノートPC)と図書館の貸出券をお持ちいただき、電子書籍をお試ください!

※電子書籍は市在住または在勤・在学の方のみ利用可。

日時 6月6日(土)①10:00～②14:00～

場所 図書館本館エントランス

対象 どなたでも 料金 無料

申込 不要

フレイル予防のための

いろいろ測定会

フレイル予防第一人者である東京大学高齢社会総合研究機構の飯島勝矢先生と一緒に、イレブンチェック(フレイルチェック)と体力測定等を行います。参加者にはkencomポイントが付与されます。

日時 6月5日(金)13:30～16:00

場所 カモンたかいし 募集 200人(先着順)

申込 電話等で事前申込(詳しくはホームページをご確認ください。)



あなたのずっとしたいことを応援する
「ずっと好きなことしたいプロジェクト」



Event
第1部

オープニング
と
実践講話

- ・フレイル測定の説明
- ・フレイルチェック実践

Event
第2部

測定会

- ・測定会(握力・歩行速度など)
- ・ミニ講座・啓発ブース

問合せ先 高石市社会福祉協議会☎(265)1313

高石市出身アーティスト 桜田ミレイさんの 今月のワンポイント手話

桜田ミレイさんの
Instagramはこちら▶



元気

両肘を張り、胸の前で向き合わせた両手拳を同時に力強く2回下ろす



問合せ先

高齢・障がい福祉課
☎(275)6294