

活動データ

活動日 ①毎週金曜日午後1時～2時30分、午後3時～4時の2部制 ②毎月第1～3水曜日午前10時～正午
活動場所 町民ホール
資格 どなたでも入会可能
会費 月2,000円
指導者 原田美智枝
電話 33-1849



絆

つながる人と人

Vol. 22



▲講師の指導のもと基本姿勢をとる

田原本太極拳クラブが町文化団体に加入して、早いもので11年になりました。現在、2教室併せて若い人から高齢者まで55人。女性が多い中、男性もとても熱心で存在感を示し、和気あいあいと楽しんでいきます。

太極拳は、意識・呼吸・動作を組み合わせ、ゆったりとした動きの中で心地よい汗をかけるのが魅力です。運動神経より、経験年数が上達の秘訣で、見た目以上に下半身に負荷がかかっており、転倒防止に必要な脚力とバランス感覚の維持に有効です。



▲剣を使い、息の合った演武

また、柔軟性を養うストレッチにも力を入れています。

悠久の歴史の中から生まれた武術、太極拳ですから、さまざまな流派、架式（種目）があり、クラブでは剣やいろいろな架式を学んで、極めきれない奥の深い太極拳の魅力を探って、仲間とわいわい賑やかな時間を共有しています。

本格的に習得したい人のためには、級試験、段試験、指導員試験に挑戦する道も開かれています。皆さんにぜひ体験してもらいたいと思います。

田原本太極拳クラブ
 ゆったり、伸びやかに、
 優雅な動きで精神を集中



名 かわにし ろうすけ
川西 凰介ちゃん
生 平成 26 年 4 月 12 日
自 満田
コ 元気いっぱい大きくなってね！ いっぱい遊ぼうね！



名 よこばやし なおき
横林 直樹ちゃん
生 平成 26 年 4 月 12 日
自 薬王寺
コ お兄ちゃん達に負けず元気にスクスク育てね☆



名 おおいし きこ
大石 貴心ちゃん
生 平成 26 年 4 月 26 日
自 唐古
コ 家族を笑顔にしてくれる貴心ちゃん。元気に育てね。



名 ひろた やまと
廣田 大和ちゃん
生 平成 26 年 4 月 24 日
自 新町
コ 明るく元気にすくすく成長してね。

イベント情報

子どもおはなし会

図書館職員とボランティアによる楽しいお話がいっぱいです。

日時	対象
5月2日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
5月9日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
5月16日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上

場所 おはなしのへや(申込不要)
「おはなしかいカード」にシールをあつめよう

おはなし会では「おはなしかいカード」を配っています。おはなし会に1回参加すると1枚シールがもらえます。カードにシールを10枚集めると、ささやかですがプレゼントがあります。

こいのぼりのぬり絵をかざろう

5月中、本を借りたお子さんに、こいのぼりのぬり絵を渡します。家で自分なりのこいのぼりを完成させ図書館に持ってきてください。

展示期間 5月1日(金)～31日(日)

大人の折紙教室

花の色紙を作ります。

日時 5月29日(金)

午前10時～11時30分

場所 青垣生涯学習センター1階
視聴覚室

定員 30人(申込順)

申込 5月9日(土)から図書館へ。

今月の新刊

レッツゴー・ばーさん!

平安寿子著/筑摩書房

老化も含めて60歳は自由だ! そう思えば将来もどんと受け止められる。人生をきれいに生き尽くせるかは50代が勝負! 身につまされながらも思わず笑ってしまう、ユーモアあふれる短編連作集。



刑事群像

香納諒一著/講談社

東京都大田区の路上で発見された女性の全裸死体。被害者の身辺を洗う中、かつて、ある事件をきっかけに辞職した元刑事の名前が挙がった。捜査一課は強行班七係と中本班の二班合同態勢をとるが…。



レオナルドの扉

真保裕一著/KADOKAWA

若き時計職人ジャンは、レオナルド・ダ・ヴィンチが遺した秘密のノートを巡り、フランス軍の追手に狙われることになり…。19世紀のヨーロッパを舞台に繰り広げられる歴史冒険小説。



5月

○は休み

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

開館時間

土曜日以外 午前9時30分～午後5時
土曜日 午前9時30分～午後7時
問い合わせ ☎ 32-0262

店長がいっぱい

山本幸久/光文社

夫を亡くした真田あさは、ひとり息子を育てるため他人丼の専門店「友々屋」を開いた。それから30年。それぞれの事情を抱えながら、がむしゃらに働く7人の店長と彼らを取り巻く人々の奮闘記。



奈良あるある

栗栖史博著/TOブックス

中谷堂の餅つきの早さは目を見張るものがある。待ち合わせは「行基前」。日本史の前半までの成績はとりあえず良い。鹿の横断のためしょっちゅう渋滞が起こる…。奈良のあるあるネタを一挙公開。

我が家の天使
The angel of my home

町内ですくすく育つ赤ちゃんを紹介합니다。10ヵ月健康相談に広報担当者が伺います。家族のエンジェルを広報紙に掲載しませんか。(先着7人)



名 まつよし ひゅうが
松吉陽向ちゃん

生 平成26年4月21日

自 笠形

□ いつもニコニコ陽向くん。スクスク大きくなってね♡



名 ほりかわ あきひろ
堀川昭拓ちゃん

生 平成26年4月12日

自 阪手南

□ お姉ちゃんと一緒にいっぱい笑って大きくなってね!



名 ほりもと あみ
堀本彩未ちゃん

生 平成26年4月7日

自 阪手北

□ 彩未ちゃん、元気にすくすく育ってね!

名 = 氏名 生 = 生年月日
自 = 自治会名 □ = コメント