

2月13日スクエアステップ講座のひとこま



<元気な青山先生のリード>



<まずは、指を使った準備運動>



<スクワットで徐々に強度を上げます>



<いよいよメインのスクエアステップ>



<頭と体を十分使います>



<二人で進むスクエアステップにチャレンジ>

新着図書のご紹介



一般図書	著者名	一般図書	著者名
わんこ四字熟語辞典	西川 清史	るるぶ宮崎高千穂 日南えびの霧島 '25	JTBパブリッシング
世界でいちばん透きとおった物語	杉井 光	刺し子はじめの一步	sashionami
火山に馳す	赤神 諒	これってシロ?クロ? 身近な法律の135の事例集	高橋 裕次郎
吾輩はアホである	遠藤 章造	古典情景ことば選び辞典	Gakken
しあわせの輪	群 ようこ	児童図書	
横浜・彷徨の海殺人事件	梓 林太郎	ひなだんとんとことーん	おおい じゅんこ
100年栄養	川口 美喜子	リスのエピフライ探検帳	飯田 猛
猿の戴冠式	小砂川 チト	2年A組探偵局 (5)	宗田 理

春旅に出る

花さき乱れる春。どこかへ旅に出たくなります。長崎からは少し行きにくいですが、東九州はいかがでしょう。センターには「るるぶ」のような旅行雑誌も入ります。旅の参考にして、春旅に出かけましょう。



群 ようこ「しあわせの輪」

「人間やネコたち、みんなが楽しそうにしているのを見ているのが幸せだ」無職のキョウコさん、ひとり気ままに偶々こ暮らしー心やすらぐ書き下ろし長篇。大ロングセラー「れんげ荘物語」シリーズ待望の第8弾。連続ものにはずれなし。



【毎週（月曜）休館日】

4月は、1日・8日・15日・22日29日です。