

## ノルディックウォーキング 参加者募集!

ノルディックウォーキングは、2本のポールを使って歩行を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズ的一种です。ポールを使うことにより、体への負担も軽減します。冬場で鈍った体をほぐしませんか。



と き 3月23日(土) 8:30~11:00頃

集合場所 加治川地区公民館 8:15~受付開始

対 象 18歳以上

コ ー ス 加治川地区公民館 ⇒ (桜公園経由) ⇒ 道の駅加治川(休憩) ⇒ 加治川地区公民館

参加費 100円(保険料・お茶代)

定 員 20名(先着)

その他  
・当日は、動きやすい服装、運動靴、帽子、雨具、ポール、飲み物などご用意ください。  
なお、ポールをお持ちでない方は貸し出しいたします。  
・小雨の場合は予定通り実施いたしますが、荒天の場合は、公民館講堂で基本的な体の動かし方などを体験します。

申込み 3月7日(木) 9:00から3月22日(金) 17:00までに、加治川地区公民館にお申し込みください。

## わくわく桜体験隊 参加者募集!

4月から新たに活動するわくわく桜体験隊の隊員を募集します。学校や学年の違う人たちといろいろな体験をして、友達になろう!



対 象 加治川、七葉、菅谷小学校の新2年生~新6年生

活動内容 4月…れんぎょう・さくらお花見ウォーク、6月…ほたる観察会、7月…サマーキャンプ、12月…料理体験教室 などなど。年7~8回の活動を予定しています。詳しくは学校を通じて配布されるチラシをご覧ください。

活動場所 加治川地区公民館ほか、新発田市内外

参加費 4,000円(保険料、材料費など)

定 員 25名(先着)

申込み 3月12日(火) 9:00から3月15日(金) 17:00までに、加治川地区公民館にお申し込みください。



## 中央図書館加治川分館 新着図書コーナー!! 2月18日(月)配架

《一般図書》

- 昨日がなければ明日もない/宮部みゆき
- 神のダイスを見上げて/知念実希人
- 私が食べた本/村田沙耶香
- フランス座/ビートたけし
- 大倉喜八郎かく語りき/大倉喜八郎
- やせる!健康になる!いわし缶レシピ/工藤孝文



《児童図書》

- ほしじいたけほしばあたけ/石川基子
- いちごちゃん/さとうめぐみ
- どれにしようかな/よこみちけいこ
- おしりたんてい プックゆきやまのしろいかいぶつ!?/トロール
- 冒険!発見!大迷路魔法の王国/原裕朗
- 図解大事典未確認生物UMA/ながたみかこ

他にも多数、配架しています