

図書館だより

今月のおすすめ図書 テーマ “へびたちが大活躍する楽しい絵本！”



へびのクリクター
トミー・ウンゲラー / 作
中野完二 / 訳 文化出版局
心やさしく賢いへび、クリクターが大活躍！『すてきな三にんぐみ』で有名な作者による、世界中で愛されているへびの絵本の傑作です。

へびくんのおさんぽ
いとうひろし / 作・絵
鈴木出版
へびくんがお散歩にでかけると、道のまん中に大きな水たまりがありました。へびくんは水たまりを渡ろうとしますが…。ユーモア絵本。

へびのニョロリンさん
富安陽子 / 文
長谷川義史 / 絵 童心社
トメばあさんの家の屋根裏に、とても礼儀正しいへび、ニョロリンさんが住んでいましたが、ある夜…。富安陽子さんの絵本、最新作！

へびかんこうセンター
こじましほ / 作
文溪堂
カエルのお客をいっぱい乗せて、へび観光センターのへび6号車が出発！コースを外れたばかりに危険がいっぱい、スリリングな旅に。

今月のおはなし会
1月25日(土)

0歳児 10:00～10:30、1歳以上 11:00～11:30
3歳以上 13:30～14:00、小学生 14:00～14:30

◆町立図書館 (☎32-4646)
◆開館時間：10:00～18:00
◆休館日：毎週月曜日・祝日・毎月最終木曜日

◆ **写真家・長倉洋海さんのワークショップと講演会を開催**
図書館は、著名な写真家の長倉洋海さんをお迎えし、写真撮影とフォトフレームを作成するワークショップと、世界各地の写真をスライド上映しながら、森と緑の大切さについて考える講演会を開催します。

◆ **日時** 2月2日(日)
◆ **ワークショップ**
午前9時30分から12時
◆ **スライドトーク**
午後2時から4時

【申込】電話にて申込
【場所】はぐくみの森
▼詳しくは町立図書館まで

お住まいの近くで、役場業務が利用できます

Branch 移動支所をご利用ください

移動支所では、下表の日程で住民票、印鑑証明、納税証明書などの申請受付事務（交付は後日）や町税、国民健康保険税の収納事務、各種届出事務などを受け付けます。また、町内の3郵便局（紀伊井田、御船、相野谷）において、住民票などの発行もできます。

表：1月の移動支所開設日程 赤色は、移動図書館も開設

	開設日	会場	開設時間
水曜日	8日	阪松原生活改善センター	9:00～10:15
	15日	永田青年クラブ	10:30～11:45
	22日	井田公民館	13:30～14:45
	29日	地下集会所	15:00～16:15
木曜日	9日	上地多目的集会所	9:00～10:15
	16日	下地生活改善センター	10:30～11:45
	23日	茶屋地構造改善センター	13:30～14:45
	30日	下り場集落センター	15:00～16:15
金曜日	10日	高岡防災センター	9:00～10:15
	17日	鮎田構造改善センター	10:30～11:45
	24日	紀宝町役場(移動図書館のみ)	14:00～16:00
	31日		
月曜日	6日	桐原生活改善センター	9:00～10:15
	20日	平尾井高齢者生産活動センター	10:30～11:45
	27日	大里多目的集会所	13:30～14:45
火曜日	7日	上野農事集会所	15:00～16:15
	14日	飛雪の滝キャンプ場	9:00～10:15
	21日	北松杖多目的集会所	10:30～11:45
	28日	中村多目的集会所	13:30～14:45

▶詳しくは、役場税務住民課 (☎33-0337) までお問い合わせください。

にこにこ子育て♪

くみんなでサポート

今月のテーマ
ママの心と体のメンテナンスのため

バランスボール教室を実施中



町 子育て支援センターでは、毎月1回、バランスボールインストラクターの資格を持つ講師を招き、子育て中のママを対象に無料のバランスボール教室を開催しています。

もともとリハビリの道具として作られたバランスボールは、有酸素運動や筋トレ、ストレッチにも使え、関節にも負担がかかりません。効率的に運動ができ、脳の活性化や自律神経のコントロールにも効果があるとされています。

産後のこころと体のバランスを整えるためにも、バランスボール教室に参加してみませんか。

◆ **バランスボール教室**
【開催日時】1月14日(火)、2月25日(火)、3月11日(火)
午前10時～11時
【場所】はぐくみの森 2階
【申込】電話で子育て支援センターに申し込み

① ゆがみの解消・腰痛予防
バランスボールは普段使わない筋肉、特に普通の筋トレでは強化しにくいインナーマッスルを鍛えるのに効果的です。

▼詳しくは、町子育て支援センター (☎32-4688) までお問い合わせください。

② 手軽に運動ができる
一番の魅力は手軽さです。エクササイズに必要なボールと、畳1畳程度の空間があれば、いつでもどこでも手軽に始められます。

インナーマッスルを鍛え、ゆがみを解消することで、腰痛予防にも効果を発揮します。

赤ちゃんの寝かしつけにも最適

バランスボールの上に座って上下に弾む動きは、赤ちゃんがお腹の中にいる時のような心地よさで眠りにつくことができ、赤ちゃんの寝かしつけにも効果があります。

Quiz 広報クイズ

- 【問題】
- ① 新宮紀宝道路は12月〇日に開通
 - ② 石原良純さんを講師に〇〇講演会を開催
 - ③ 町内全域で一斉〇〇訓練を実施
 - ④ にこにこ子育て♪〇〇〇〇ボール教室を実施中
 - ⑤ 紀の宝みなど市〇〇周年記念市を開催
- ◆ **12月号当選者**
（応募総数91通・正解者86人）
賞品は商工会共通商品券
・大黒 莉奈さん（鶴殿）
・米地 杏々花さん（神内）
・仲 一夫さん（平尾井）
・鈴木 岐枝さん（阪松原）
・尾崎 美智子さん（井田）
- ◆ **12月号の正解**
① ぷらご ② マイナ ③ 土 ④ 9 ⑤ 21
- ◆ **締め切り**
1月9日(休)必着（当選者の発表は、来月号のこのコーナーで）
- ◆ **応募資格**
紀宝町内に在住の方
- ◆ **応募方法**
ハガキかlogoform（ロゴフォーム）で、クイズの答え5問分（〇の中に入る数字や文字）と、住所、氏名、電話番号、町や「広報きほう」についてのひと言を書いて、役場企画調整課広報係（〒519-5701 紀宝町鶴殿3-24）まで応募してください。
- ◆ **狭め切り**
1月9日(休)必着（当選者の発表は、来月号のこのコーナーで）
- ◆ **12月号の正解**
① ぷらご ② マイナ ③ 土 ④ 9 ⑤ 21
- ◆ **応募資格**
紀宝町内に在住の方
- ◆ **応募方法**
ハガキかlogoform（ロゴフォーム）で、クイズの答え5問分（〇の中に入る数字や文字）と、住所、氏名、電話番号、町や「広報きほう」についてのひと言を書いて、役場企画調整課広報係（〒519-5701 紀宝町鶴殿3-24）まで応募してください。



1月号の当選者へは
抽選で左記の物が当たります

みかんジュース
※写真はイメージです。