

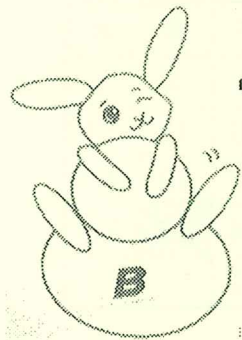
第35回 体育の集い

参加無料

『健康講座』

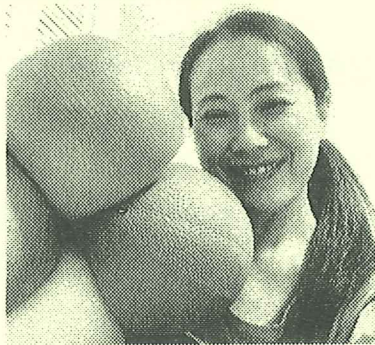
心と体をほぐして整える

～からだがよろこぶ♪ボールエクササイズ～



椅子に座っていても、立っていても出来る！
ソフトなボールを使った楽しいエクササイズ！
一緒に楽しみましょう！

持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル、
持っていれば室内用運動靴
無ければ裸足や靴下でも参加可能
定員 50名
申込締切日 10月6日(日)
その他 参加者全員にドリンクと記念品を
差し上げます。



講師 近 育愛 さん
健康運動指導士 / Gボールインストラクター
ボールエクササイズプラクティショナー
リンパケアマネジャー

10月14日(月・祝) 10:00～11:30

会場:北白石地区センター 1階ホール

<お問い合わせ申込先> ……申込は、直接窓口か電話で！

北白石地区センター 北郷3条7丁目9-20 (TEL874-8232)

北白石地区センターホームページ
<https://kitashiroishi-dc.org/>



裏面に、講座募集と図書室からのお知らせがあります。
ご覧ください。

自分のパソコンで学ぶ PC 講座

「パソコン基礎& Word 初級講座」

- パソコンの基本的な操作方法と Word の文書作成の手順を学びます。
- インターネットからダウンロードしたデータを利用して文書を作成します。
- Wi-Fi のつなぎ方や文書の編集方法も学びます。
- パソコンに無線 LAN がない方には準備データを用意します。マウス操作ができれば受講 OK!
- 普段ご自分が使用しているパソコンをご持参ください。(初期設定が済んでいないパソコンはご利用できない場合があります。講座初日に利用できるか確認します)

講座内容(受講者のレベルと進み具合によって内容の配分が変わることがあります)			
1	Word 搭載確認と文字入力	・Wi-Fi の接続 ・Word 搭載の確認	・パソコンと Word のバージョン確認 ・文字入力
2	文書作成の基礎 1	・ページ設定(ページレイアウト) ・文書作成の手順	・Word のテンプレート検索 ・ファイルの保存
3	文書作成の基礎 2	・ファイルの開き方 ・文字書式の変更	・配置変更
4	表と画像の編集	・オブジェクトの選択 ・画像の扱い	・表の仕組み
5	文書作成のコツ	・画像の編集 ・表の編集	
6	エクスプローラーの使い方	・ファイルの検索 ・印刷設定	

開講日:10月7,16,21,23,28,30日 全6回

時間:19:00～21:00(2時間)

費用:5,500円(受講料:4,000円、教材費:1,500円)

定員:12名

持ち物:筆記用具、ご自身のパソコン

講師:パソコン倶楽部 Ricco 専任講師

1. 募集申込受付日時
9月18日(水)～10月2日(水) 9時00分～21時00分
2. 申込方法
上記の申込受付日時に電話もしくは窓口にて申込み(定員になり次第締切ります)
3. 費用の納入
受講料・教材費を申込受付期間中に窓口にて納入してください
4. 募集対象
15歳以上の方(中・高校生を除く)でマウス操作と文字入力ができる方
5. 注意事項
(1) 応募者が少ない場合、中止になることがあります。あらかじめご了承ください。
(2) 納入された受講料・教材費はお返しできません。
(3) 講座が中止の場合、納入された受講料・教材費はご返却いたします。

ご自身のパソコンを使用しての講座です。

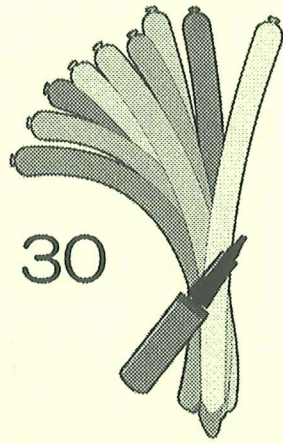
Windows 搭載のパソコンで、使用ソフトは Microsoft Word の 2010～2021 もしくは Microsoft 365
Microsoft 以外の互換 Office ソフトには対応できません。

大人のパルーンアート講座

家庭でのイベントの飾り付けや子どもにプレゼントしても喜ばれるパルーンアート！
みんなに楽しいを届けるパルーンアートを学んでみませんか？
ハロウィンやクリスマスにぴったりの内容を予定しています。
どなたにも楽しんでいただける内容です。

※まれにラテックスアレルギーを発症する場合がありますので ご注意ください。

10月16、23日(水・全2回) 18:30~20:30



受講料：2,000円
定員：10名(先着順)
対象：15歳以上の方(中学、高校生を除く)
持ち物：筆記用具、手動ポンプ(持っていない方はご相談下さい)

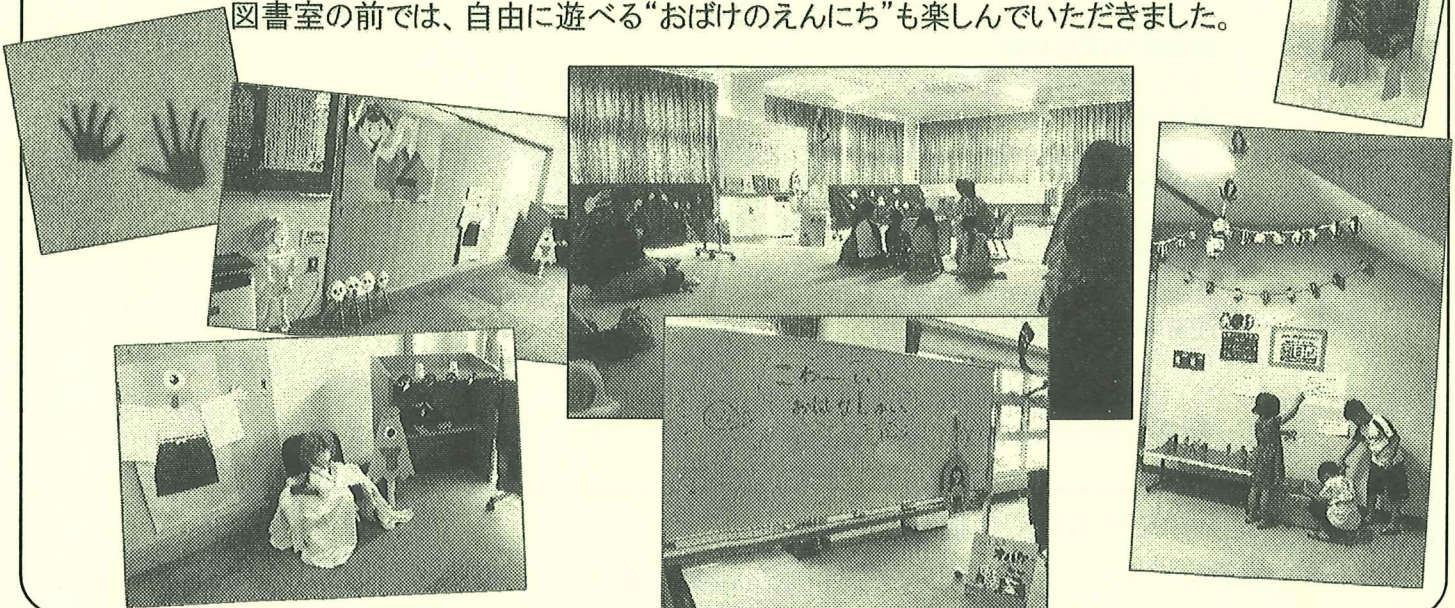
1. 募集申込受付日時
10月1日(火)~10月12日(土) 9時00分~21時00分
2. 申込方法・納入方法
上記の申込受付日時に電話か窓口で申してください。
(定員になり次第締切ります)
受講料は申込受付期間中に窓口にて納入してください。
3. 募集対象
15歳以上の方(中・高校生を除く)

4. 注意事項
(1) 納入された受講料・教材費はお返しできません。
(2) 応募者が少ない場合、中止になることがあります。あらかじめご了承下さい。
(3) 講座が中止の場合、納入された受講料は返金にいたします。

「こわ〜いおはなしかい」開催しました！

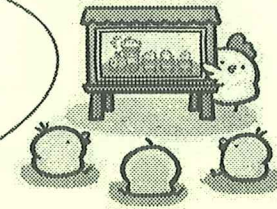
昨年好評だった「こわ〜いおはなしかい」。第2回を8/10(土)におこないました！
暑い中、今年もたくさんの方にご参加いただきました。ありがとうございました！

新しいおばけ👻や飾り🎏もちよっと増えて、ますますおばけ👻がいっぱいのお部屋で
「読み聞かせグループひだまり」のみなさんが、こわ〜い絵本を読んでもくれましたよ。
図書室の前では、自由に遊べる“おばけのえんにち”も楽しんでいただきました。



図書室からのお知らせ

おはなしかい
やってま〜す



対象：幼児~小学校低学年くらいのお子さん
日にち：第2・第4土曜日(祝日はおやすみ)
場所：図書室前スペース
時間：11:00~(30分くらい)

「読み聞かせグループひだまり」さんによる
絵本やかみしばいの読み聞かせです。
季節や行事に合わせたおはなしを、たくさん
聞かせてくれますよ〜♪ おたのしみに！

予約の多い本 BEST 5

※順位・予約数は2024/8/14時点のもの

- *1位*1279件 「汝、星のごとく」 凧良ゆう/著
...☆2023年の本屋大賞
- *2位*1160件 「成瀬は天下を取りにいく」 宮島未奈/著
...☆2024年の本屋大賞
- *3位*1103件 「ともぐい」 河崎秋子/著
...☆第170回(2023年下半年)直木賞 ☆別海町出身
- *4位*1037件 「あなたが誰かを殺した」 東野圭吾/著
...☆加賀シリーズ最新作！
- *5位*815件 「ブラック・ショーマンと覚醒する女たち」
東野圭吾/著 ...☆シリーズ第2弾！

★本屋大賞や直木賞を受賞した作品や、シリーズの続編
などが多いですね！お問い合わせもたくさんありますが、
届くのには相当(年単位の場合もあり)かかります…。

9月のカレンダー

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					

10月のカレンダー

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		

ちよっと先のことですが…

11/3(日・祝)

臨時で開室します！

11/2(土)・11/3(日)の2日間
地区センターの文化祭が行われます。
それに合わせて、祝日がお休みの図書室を
開室することになりました。
もちろん本を読めますし、貸出できます！
(近くなりましたら、図書室でもお知らせします)

※北白石のみの開室です。他の地区センター
図書室はお休みですので、ご注意ください。

利用案内

開室時間……………9:00~17:00
休室日……………毎週月曜日・祝日・図書整理日(第4金曜日)・年末年始(12/29~1/3)
蔵書一斉点検期間(今年度は7月に終了しました)
ブックポストの利用時間 ……地区センターの開いている時間は(図書室が開いている時でも)、いつでも
ブックポストへの返却が可能です。(8:00~21:00まで)
※図書室で本を借りる予定の方はカウンターで返却いただくと
貸出しがスムーズにできます※