

New Books New Books  
**新刊☆案内**

『**慣用句キャラクター図鑑**』  
 深谷圭助 監修

腹を決める、大風呂敷を広げる、  
 泡を食り…。おぼえておいたの  
 慣用句がキャラクターになって  
 登場し、それぞれの意味や  
 由来、使い方などを説明する。

『**四季の折り紙**』  
 麻生玲子 著

四季折々の行事と花を表現  
 した折り紙を紹介。

- 「おひさまと桃」
- 「かまぼこ」「狼狽子舞」
- 「シスターと聖歌隊」などの  
 詳しい折り方をわかりやすく

- ★ 編集後記 ★
- ★ さて、4月。新しい時代の幕の  
 あがります。
- ★ 「かいたおはなしのじかん」も70号。  
 こちをもてしばらく休刊の運び  
 となりました。こちまでの  
 ご愛読感謝致します。
- ★ 【お入会絵本を読む会ゆりのご  
 矢野】

4月としよかん  
**カレンダー**

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 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 |    |    |    |    |    |

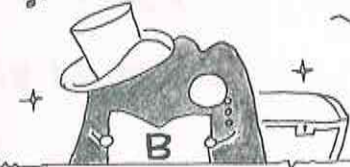
休館日 土・日・祝日  
 開館時間 月～金曜日  
 9:00～17:00

**かいた  
 としよかん  
 たより**

2019年4月号 No.70  
 頰田図書館  
 ☎09496-2-1034  
 (月～金曜日 9:00～17:00)

子ども読書クイズ大会

?! **怪盗Bとクイズバトル!!**  
 ~おたからもてにいれろ!!~



+ 「子ども読書の日」(4月23日)を記念して、  
 + クイズ大会を行います。

しんあはる てんていのしよかん  
 私の名は 怪盗B。  
 私たちの ちょうせんじょうだ  
 答えは、図書館のどこかにあるぞ  
 君たちに このクイズが 解けるのは

期間: 4月12日(金)～5月10日(金)  
 ところ: 飯塚市立図書館全館  
 対象: 幼児から中学生のみなさん  
 方法: 図書館にあるクイズ用紙  
 に答えを記入して  
 カウンターに持ってきてね!

レベル1(やさしい問題)と  
 レベル100(むずかしい問題)があります。

♡ 素敵なプレゼントもある!? ♡  
 詳しくは 図書館で☆  
 みてみよう~



ジムに通えば ココロもカラダも  
軽くなる♪

### 『フィットネスジム徹底活用 マニュアル』 成美堂出版編集部 編

エアロビクス、キックボクシング、ヨガ、ピラティス…。  
人気インストラクターがスタジオレッスン上達の  
コツを教える(ま)、目的別マシントレーニング  
など、ジムの活用法を写真とともに紹介。

今日は何のポーズにする?

### 『きれいになるヨガがすべて 載っている本』 深堀真由美 著

呼吸法や座り方など、ヨガの基本から、  
体のゆがみを整えるポーズ、ビューティー・ヨガ、  
自律神経と体のケアまで…健康維持や  
改善に役立つヨガを、丁寧に紹介。

気軽に始めるランニング♪

### 『楽しいスローランニング』 MIDORI 著

大人の、趣味のランニングは、ムリすること  
なく、ゆくりと楽しく走ればハハのです!  
ランニング初心者や気持ちよく走る  
「スローランニング」!

運動経験が  
なくても

ランニング  
初心者でも

大丈夫

苦しいこと、嫌いで  
太って

仲間と一緒に楽しく  
ボールを遊ぶ!

### 『ゼロから始める人のフットサル BOOK』 中村恭平 監修



これからフットサルを始めようとしている人や、  
フットサルを基礎から学びたい人、  
思っている人なども対象に、基本技術や  
攻守の戦術、簡単なトレーニングメニュー  
を紹介。

# さあ、新しい 春だよ カラダリセット!

硬くなった身体をほぐして、元気に春を  
満喫しよう♪

上手に泳げるようになるための  
コツをつかむ!

### 『大人の水泳』～知っておきたい上達&改善のコツ50 角皆優人 著

泳いで健康と喜びを手に入れよう!  
身体の使い方、呼吸のタイミングから、  
各泳法のポイントまで、各テクニックを  
見開き完結で写真も交えて解説。  
泳ぎに役立つ体調管理について  
も説明。

コツが  
わかる本



ゴルフはやってみないと  
何から始めたらいいの?

### 『女性のためのゴルフスタートBOOK』 田口舞子 監修

女性のゴルフ初心者のための入門書。  
はじめてのコースデビューに向けて、道具の  
知識から、基本のフォームやスイングを  
豊富な写真と解説で、手とり足とり教え  
ます!

ボウリングの鬼力を満喫して  
スコア180クリアを目指そう!

### 『ボウリング最強入門バイブル』 姫路麗 監修

ボウリングをはじめてプレーする人が中上級  
者の入り口であるアベレージ180を目指す  
ための本。  
効率的にスキルアップする為のノウハウ!

リラックスして、豊かにバド  
フラを楽しみましょう…

### 『フラ上達のポイント50』 清水せい子 監修

基本のテクニックから表現のテクニックまで、  
写真と付属DVDの動画で、フラ上達の  
ポイントをわかりやすく学べます。



DVDを観ながら  
踊ってみよう!