

## サークル紹介!「仲間・汗・生きがい」



### サークルDATA

第2・4火午前10時～11時30分/北部公民館/1回1000円(体験1回無料)/メンバー募集中/問合せは同館(☎98)3751へ

### 癒しの太極拳

10年以上続くグループ。皆さん気さくで和気あいあいと元気に活動しています。太極拳は体幹、特に下半身が鍛えられるので、転倒防止に効果的だそう。また、日々時間に追われる生活を送っている人には、太極拳のゆったりとした呼吸が心と体のリフレッシュにもなるそうです。太極拳の他、体操やツボ等健康に良いメニューが豊富で、「飽きずに長く続けられます」と話してくれました。



## ディープな世界にようこそ

～案内人が市施設の「とっておき」を紹介～

## 市民会館



**とっておき①**  
サルビアホール。客席が横に広い造りで、ステージも広々!

ステージと観客との距離が近いので、ステージ上からは一番後ろのお客さんの顔がはっきりとわかります! 車椅子席もあり、どなたでもゆっくり鑑賞できます。



**とっておき②** まるでホテルのロビーのような「ホワイエ」!

正面入り口を入ると、そこに広がる明るい空間「ホワイエ」。白を基調としたタイルと、一面ガラス張りの窓、外には緑があり、開演前のひと時をゆっくりくつろげるおすすめスポットです。



**とっておき③** 知る人ぞ知る菖蒲池

サルビアホールの前にあり、毎年6月初旬～中旬に見頃を迎える菖蒲池。散歩でよく通る人からは「安城で一番きれい!」と言う声も。ぜひ観に来てください。

案内人



市民会館  
鶴見浩一

会合、研修会等でのご利用をお待ちしています。

講演・イベント情報等は同館HP(右記QRコード)参照  
DATA 桜町18-28 ☎(75)1151 午前9時～午後9時 休館日→(火)(祝を除く)、12月29日～1月3日



問▶アンフォーレ課(☎76)6111)

## 今月の アンフォーレ司書 おすすめ 本

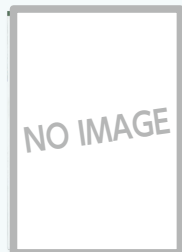
担当: 畠山千穂

気になる  
おにぎり事情!



手軽に食べられて、バリエーションも豊富なおにぎり。馴染み深い食べ物ですが、いつ頃から登場したのでしょうか。考古学的視点から、おにぎり文化に迫ります。

一般向け



### 「おにぎりの文化史」

横浜市歴史博物館/監修  
河出書房新社(2019刊)

子ども向け



### 「かわにくまが おこちた」

リチャード・T・モリス/著  
レウイン・ファム/絵  
木坂涼/訳  
岩崎書店(2019刊)

川のそばで、別々に暮らしていた生き物達。ある日、くまが川に落ちたことで、彼らに変化が起こります。「繋がる」ことで世界が鮮やかに色づく、愉快な物語です。