

# 11月行事予定

(10月20日現在の予定です。変更されることがあります。)

日	曜日	午前 9:00~12:00	午後 13:00~16:00	夜間 17:00~21:00
1	水	ヨガサークル		
2	木			
3	金	ヨガサークル	童謡椿の会	
4	土	体育振興会		
5	日			
6	月	休 館 日		
7	火	ここにこサークル	リズム体操	葵友伸太鼓
8	水	ヨガサークル 小筆教室	レッツフラダンス	
9	木	市民大学 ترام②	はつらつ高豊	
10	金	おやじのクッキング ヨガサークル		
11	土	カモミールの会	カモミールの会	民生児童委員
12	日			
13	月	休 館 日		
14	火	写そう会		葵友伸太鼓
15	水	ヨガサークル		
16	木		生き生きセミナー	
17	金	ヨガサークル	合同補導	
18	土			
19	日			
20	月	休 館 日		
21	火	ここにこサークル たんぽぽの会	リズム体操	葵友伸太鼓
22	水	ヨガサークル 三原色水彩画	レッツフラダンス	
23	木	布花あそび どんぐりの会	はつらつ高豊	
24	金	ヨガサークル 土地改良		
25	土			
26	日			
27	月	休 館 日		
28	火			葵友伸太鼓
29	水	ヨガサークル		
30	木			

\* 図書交換...児童書8日(水) 一般書22日(水)

**自主グループのご紹介**  
 <ヨガサークル> 毎週水、金曜日 月8回程度 午前9時~12時  
 呼吸に合わせてゆっくり行うことで血液の循環や活発な  
 新陳代謝を促し、むくみや肩こりの解消やダイエット効果  
 にも繋がります、心身のリラックスできるのが魅力です。

**新刊本、セット本のご紹介**

一般書 「不老長寿の食事術」 吉森保 松崎恵理  
 「ちぎれた鎖と光の切れ端」 荒木あかね

**愛知県警 一口広報**

犯罪被害者支援活動の周知  
 広げよう支援の輪  
 ~あなたの思いやりと理解が  
 犯罪被害者等の支えになります

**高豊俳句同好会**

母と子で たどりし山道 しゃがの花  
 小椋恵美子

労作や 箸に真白き 新米かな  
 河合安成

落葉樹 ひと風ごとに はだかとなる  
 伴哲夫