



中央本町センターには、皆さんの生活を応援するサロンがたくさんあります。当日、気軽に来て参加できるのがサロンの魅力。健康生活、趣味活動、地域交流などにぜひ、ご活用ください。また、本誌の2ページでは毎月、サロン情報を掲載して皆さんのご参加をお待ちしております。

朗読カフェ

【無料】第3月曜日 18:00~20:00

声で届けるのは本が持つ面白さ

声には色や重さがあり、力があります。一度読んだことのある本でも、人の声で聴く物語は、別物のように私たちの読書観を広げることがあります。ここでは、毎月テーマに沿って参加者による朗読会を行っています。朗読を聴きにきたい、朗読をしてみたいという方にぜひ、立ち寄ってほしいサロンです。

おもちゃの病院

【無料】第3日曜日 13:00~16:00

本当に大切なおもちゃは替えがきかない

動かなくなった、音が出なくなった。お気に入りのおもちゃが突然そうなってしまうのはとても悲しいものです。トイ・ドクターは、壊れたおもちゃの症状や本来の動作をくわしく問診し、丁寧に修理をしてくれます。直るか分からないと不安に思っている方も、ぜひ、一度訪れてみてください。

俳句と短歌のサロン

【無料】第3日曜日 14:00~15:00

言葉を紡ぎ広がる心の交流

日々の風景や想いを言葉にして詠む。その情景を思い浮かべれば、日本語の良さがしみじみと感じられるはず。参加者と自由におしゃべりをしながら楽しく参加できます。作品は図書館の専用掲示版で紹介されます。ぜひ、皆さんも一句いかがでしょうか？

健康太極拳

【510円】毎週火曜日 13:30~15:00

心が落ち着く健康法

意識的に行う、ゆっくりとした全身運動は、足腰が鍛えられ、転倒防止に効果があるのだそう。体の緊張をほどこき、徐々に緩めていけば、自然と心もリラックスできるはず。健康法として覚えやすく短時間で習得ができるように構成された「簡化24式太極拳」を習えるので、初心者でも手軽に参加できる教室です。

健康マージャンサロン

【200円】第1・3水曜日 18:00~21:00

心と体にやさしい脳トレ・ゲーム

お酒もたばこも賭けも無し。マナーを守って快適に行う健康的で心にもやさしいマージャンサロンです。実は、とても頭を使うこのゲーム。参加者との会話も楽しく、脳の運動をすることができるので、老化防止にも効果があるそう。

こころの歌声ひろば

【500円】第2木曜日 13:30~15:00

本格的な歌声と伴奏とともに歌う

プロのバリトン歌手・山口健二さんとピアノ奏者・萩原照彦さんの指導のもと、懐かしい童謡をのびのびと歌うことができるサロンです。声を出して歌うことは、心にも、脳にもよい効果があるそう。参加者と一緒に歌う楽しさをぜひ実感してください。

パソコンサロン

【200円】毎週金曜日 19:00~20:30

I T サロン

【200円】第2・4土曜日 14:00~16:00

使い方を知れば暮らしが広がる

インターネットってどうつなぐの？印刷ってどうやるの？パソコンはあるけど使い方を知らないという方にぜひ、ご活用いただきたいサロンです。ボランティアの方が丁寧にあなたの悩みや疑問を解決してくれます。パソコンは用意もありますが持込でも大丈夫です。

囲碁サロン

【200円】第1・3火曜日 18:00~21:00

将棋サロン

【200円】第2・4木曜日 19:00~21:00

無限に広がる戦法と心理戦を楽しむ

古くから親しまれてきた囲碁・将棋。発想と想像力によってさまざまな勝ち方がある戦法と相手の考えを予測する心理戦など、やればやるほど奥が深い！ルールから丁寧に教えてくれるので初心者の方でも安心して参加できます。対局を通して、新たな交流を深めるきっかけにぜひ、ご利用ください。

