

狭山台体育館・図書館

2021 年
秋号

ちゃちゃ

特集

狭山台図書館へようこそ！



◆狭山市駅東口よりバスで約 20 分、「狭山台団地」バス停下車約 3 分

狭山市立狭山台体育館・図書館
「ちゃちゃ」2021.秋号 vol.1（季刊発行）

休館日／体育館 11/8(月)・11/22(月)
12/13(月)・12/27(月)～1/4(火)
図書館 11/1(月)・11/8(月)・11/22(月)・11/30(火)
12/13(月)・12/27(月)～1/4(火)
※新型コロナウイルスの影響により、変更の可能性があります

発行／狭山市立狭山台体育館・図書館
発行所／〒350-1304 埼玉県狭山市狭山台 1-29-2
狭山台体育館 Tel 04-2958-1201 Fax 04-2958-1102
狭山台図書館 Tel 04-2958-3801 Fax 04-2958-3819
責任／シンコースポーツ株式会社・ヤオキン商事株式会社

施設長挨拶

ミニコミ紙「ちゃちゃ」創刊号をお読み
くださりありがとうございます。
狭山台図書館長の吉田です。
当施設を知ることでも多くの方が
運動や読書を楽しんでいただけるように
と作りました。皆様の生活が豊かになっ
ていただければ幸いです。

狭山台体育館・図書館 HP→





狭山台図書館の講座情報

読書週間シールラリー



本を借りてシールをもらいましょう。シールを3枚集めた人にはしおりをプレゼント。
10/27(水)～11/29(月)
【対象】小学生以下
【定員】なし
【料金】無料
【申込】不要

ちびぞうクラブ おはなし会



絵本や紙芝居のおはなし会です。
11/21(日)
午前11時～11時15分
【対象】3歳くらいからの子どもと保護者
【定員】おおむね4組
【料金】無料
【申込】開催日の1週間前から

ちびちびぞうクラブ おはなし会



手遊びを交えた赤ちゃん向けのおはなし会です。
11/9(火)
午前11時～11時15分
【対象】3歳くらいまでの子どもと保護者
【定員】おおむね4組
【料金】無料
【申込】開催日の1週間前から

ちびちびぞうクラブ クリスマスおはなし会



赤ちゃん向けのクリスマスおはなし会です。
12/14(火)
午前11時～11時15分
【対象】3歳くらいまでの子どもと保護者
【定員】おおむね4組
【申込】開催日の1週間前から

ちびぞうクラブ クリスマスおはなし会



年に一度の特別なおはなし会。プレゼントもあります！
12/19(日)
午前11時～11時15分
【対象】3歳くらいからの子どもと保護者
【定員】おおむね4組
【申込】開催日の1週間前から

受付時間：午前10時～午後8時（窓口・電話）
申込方法：図書館窓口・電話
問合せ：狭山台図書館 TEL04-2958-3801

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽開催内容の変更・中止になる場合がございます。



狭山台体育館の講座情報

のびのび親子体操 ～月曜日コース～



できたがいっぱい！遊び要素を取り入れ、親子で体操！
11/1・15・29、12/6・20（月）
午後1時30分～2時30分
【対象】2歳6か月～4歳までのお子さんと保護者
【定員】15組
【料金】1回500円

親子体操教室 ～木曜日コース～



親子で楽しめる運動を安全に楽しく指導します。
11/4・11・18・25、
12/2・9・16・23（木）
午前9時30分～10時30分
【対象】2歳6か月～4歳までのお子さんと保護者
【定員】15組
【料金】1回500円

身体引き締め&ストレッチ



自宅でも習慣化出来るストレッチを指導します。
11/1・15・29、12/6・20（月）
午後1時30分～2時30分
【対象】高校生以上
【定員】15名
【料金】1回500円

らくらくヨガ



ヨガのポーズと呼吸法で美しい体に！
11/1・15・29、12/6・20（月）
午後3時10分～4時
【対象】高校生以上
【定員】15名
【料金】1回500円

ペルビック骨盤ストレッチ



骨盤周りのインナーマッスルを活性化するエクササイズ。
11/7・21、12/5・19（日）
午後2時～3時
【対象】高校生以上
【定員】5名
【料金】1回500円

IN BODY 測定会



ご自身の筋肉量、体脂肪量、基礎代謝量、内臓脂肪数、体格指数(BMI)等が測定できます。
11/27(土)・28(日)・29(月)
午前9時～午後8時
【対象】高校生以上
【料金】1回100円
※教室利用カード不要

受付時間：講座開始時間30分前～開始時まで
申込方法：教室利用カードを持参して体育館窓口へ

※初めてご利用のお客様は、体育館窓口にて教室利用カードをお作りください。

問合せ：狭山台体育館 TEL04-2958-1201

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽開催内容の変更・中止になる場合がございます。



6.

「読み聞かせを始めたいけれど、どんな本を選べば良いのかわからない」。お母さん方からよくある質問のひとつです。図書館では、0～3才を対象とした「はじめてのえほんコーナー」を設置しています。マットの上で、ゆったりと絵本を選んでください。



5.

2階の「おはなしのへや」では、感染症対策を徹底した上で、毎月おはなし会を開催しています。絵本の読み語りや、わらべうたを歌って楽しいひと時を過ごしませんか？授乳室もあるので、ぜひご利用ください！



4.

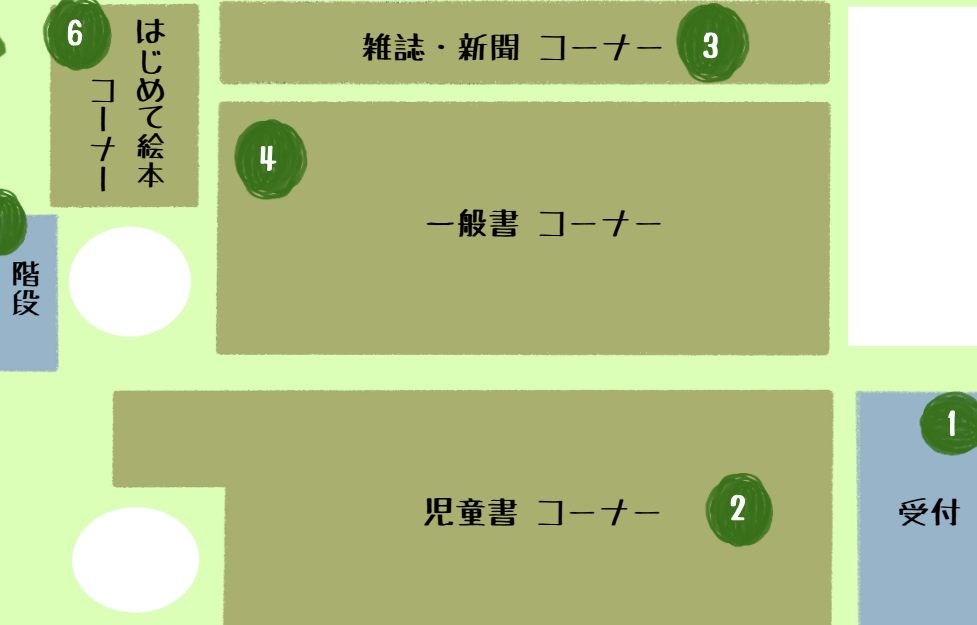
「一般書コーナー」内にある「医療健康情報コーナー」では、がんや治療に関する冊子、国立がん研究センター監修の資料が揃っています。近隣病院のパンフレットもありますので、医療情報をお求めの方におすすめです！



「知れば安心がん情報お役立ちガイド」をカウンターで配布しています。がん治療に関するおすすめ本が載っています！



健康に関する本や雑誌もたくさんあるんだって



5階段

6 はじめて絵本コーナー

雑誌・新聞 コーナー

4

一般書 コーナー

児童書 コーナー

2

1 受付

入口！

小さなお子さまから大人まで、誰もが 図書館を楽しめるように、狹山台図書館では様々な特集コーナーをご用意しています。マスコットキャラクターの「ちゃちゃ丸」と一緒に図書館の中を探検してみましょう！

6

5

6



マスコットキャラクター紹介

ちゃちゃ丸 (♂)

誕生日/5月1日

性格/おっとりマイペース

趣味/お外でぼーっとすること

実は走るのが得意！



ミニコミ紙「ちゃちゃ」発行を記念して、狹山台体育館と図書館のマスコットキャラクターが決定しました！

1.

「受付」のカウンターでは、本の貸出と返却や、貸し出し中の本の予約なども行えます。また探したい本がある時などもお気軽にお越しください。



2.

「児童書コーナー」では絵本や図鑑、児童文学など子供向け資料の棚が設置されています。



3.

「雑誌・新聞コーナー」では月刊誌、週刊誌、スポーツ、ファッション、文学、など幅広く雑誌を収集しています。また新聞コーナーでは現在 11 紙の新聞を読むことができます。



サークル 紹介「繋げ」



笑いが絶えない仲良しチーム

「水押クラブ」は昭和49年水押地区に住んでいた方々が集まって、結成しました。今年で47年目になります。現在、毎週水曜日の19時半から狭山台小学校や狭山台体育館で活動中です。

日々の活動内容は、準備体操の後にパスやレシーブ、スパイクなどを練習し、最後に練習試合を行います。当サークルは、幅広い年代が集まっているので、それぞれに合った練習に取り組んでいます。

年に3回ほど、市民大会にも参加しています。大会の時期が近づくと試合形式の練習が増えてきますが、皆で声を出して励まし合いながら、バレーボールに打ち込んでいます！ 新型コロナウイルス感染症対策にもしっかりと取り組んで、楽しんでいます。

「9人制バレーボール」はあまり多くの人には知られていません。バレーボールと言ったら6人制バレーボールが有名ですね。6人制はスピード感があるゲーム展開が特徴ですが、9人制は日本人に特化したルールで粘り強いゲームを楽しめるのが魅力です。

練習は強制参加ではなく、自分のライフスタイルに合わせて自由に参加することができます。当サークルは、学生時代にバレーボールを経験したことのある方、またチャレンジしてみたい方だけでなく、全くバレーボールをしたことがない初心者も大歓迎です。「ちゃちゃ」をご覧の皆さん、ぜひ私たちと一緒に楽しく笑いながら、9人制バレーボールを始めてみませんか？



第1回 水押クラブ

種目：9人制バレーボール

お問い合わせ番号：13098

電話番号：04-2953-1111(社会教育課)



サークルの連絡先等は、社会教育課までご連絡ください。その際、「お問い合わせ番号」お知らせください。

どくしよのじかん

今回のテーマ「〇〇の秋」

美味しいものがたくさん。「食欲の秋」の季節ですね。美味しい食べ物に目がないのは今も昔も同じ。文豪たちの「食」に関することを書いた本を紹介します。

文豪たちは食へのこだわりも強かったようです。例えば夏目漱石は大豆の甘党で、家人の目を盗んで羊羹やお菓子を食べていた程でした。洋食も負けず劣らず大好きで、西洋料理店の精養軒に行く場面が『三四郎』では三度描かれ、『虞美人草』では食堂車でハムエッグを食べる場面があります。食堂車の朝食は五十銭。今で言う約五千円です。超リッチな食を堪能する美食家の走りでした。

対して、漱石の親友の正岡子規。2人は東大予備門で知り合い、落語を話題に仲良くなりました。贅の極みを追求する親友とはまるで異なり、子規のこだわりは梅干です。

『文豪たちの美味しいことば』



山口 謠司／著 海電社
910・2ヤ

日記『仰臥漫録』にて、「自分は一つの梅干を二度にも三度にも食う。それでもまだ捨てるのは惜しい」と言っています。肺結核で死と隣り合わせの子規は、一粒の梅干の中に広大な味の広がりを見ていたかもしれません。食べ物を通して、文豪たちの交友関係や新たな一面が見られる一冊です。秋の夜長に、文豪たちの好物を味わってみてはいかがでしょうか。

秋といえば、「スポーツの秋」も忘れてはいけません！ 東京オリンピックで多くの日本人選手が活躍してくれました。今まで以上に様々なスポーツを見て、大小の疑問が生まれてきた方は多いのではないのでしょうか。そんなスポーツの疑問を解決してくれる本を紹介します。

オリンピックではマラソンもありましたね。マラソンの正式な距離は42・195キロですが、なぜこの距離なのでしょう。きっかけは、1908年の第4回ロンドン大会でした。当初はウィンザー城正門からメインスタジアムまでの4.2キロのコースが設定されていたのですが、イギリス王妃が「庶民の間で評判のマラソンというものを見てみたい」と言い始めたのです。その願いを叶えるべく、スタートは宮殿の庭にし、ゴールは王妃が座る競技場のポツ

『スポーツの素朴な大疑問』



日本博学倶楽部／著
PHP研究所
B780・4ス

ス席の前になりました。これにより、当初の予定よりも距離が延びて、42・195キロになってしまったそうです。王妃のわがままに振り回される関係者たちも大変だったでしょうね。他にも、「フットボールとサッカーの違い」や「なぜ卓球のラバーの色は赤と黒なのか」など、オリンピックで盛り上がった競技の疑問も紹介されています。豆知識を知って、あの感動を再び思い出してみたいかがでしょうか。

