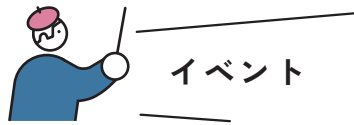


KINI NARU



7/20 (日) 14:00~15:00
参加費 無料 / 事前抽選予約制

子育てパパ交流会

- お子さまとのご参加歓迎 -

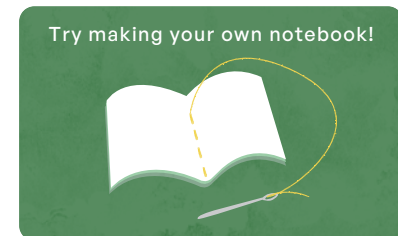
座談会形式で交流を深めます。キッズスペースもご用意していますので、お子さまと一緒にの参加も可能です。日々の育児について、気軽に話せる場としてぜひご利用ください。
講師 | 川西 啓司 / パパ育コミュ代表



7/26 (土) ①13:30~14:30 ②15:30~16:30
参加費 500円 / 事前抽選予約制

夏休み子どもワークショップ
「自分でノートを作ってみよう!」

手作りの糸綴じ本ワークショップを開催します。A5サイズの無地ノートを、講師に教わりながら仕上げます。本の作り方に加え、「本の成り立ち」や「部位の名前」も学べます。夏休みの宿題にもおすすめ! 講師 | 奥田 智子



7/23 (水) 14:00~15:30
参加費 無料 / 当日先着順 15名

シニアのための
図書館・スマホ講座

「使ってはいるけれどよく分からない」「図書館のWebサービスって何?」そんなお悩みに応える、60歳以上の方向け体験型講座。枚方市立図書館の便利なWebサービスや電子図書館を実際に使いながら、楽しく学べる内容です。



7/27 (日) ①11:00~11:30 ②14:00~14:30
参加費 無料 / 事前抽選予約制

季節のおはなし会
テーマ『こわいおはなし』

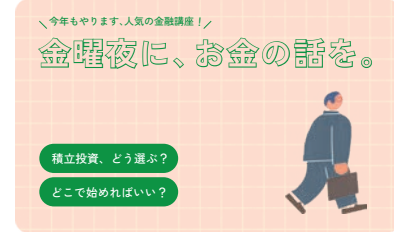
ミイザマ ホーパリー「こわいおはなしの世界」夏のひとつときをすごしませんか? 心がぞくぞくするけれど、どこかひきこまれるおはなしを集めました。おすすめ絵本の紹介もあります。



7/25 (金) 18:00~19:00
参加費 無料 / 事前抽選予約制

金融連続講座3回目「ここからは始めるライフプランニング③」

「投資の基本知識」として、今回は話題の[新NISA]や[iDeCo]を中心に、制度の仕組みや活用方法をわかりやすく解説します。今回のみの参加も可能。
講師 | 荒木 千秋 / J-FLEC



7/27 (日) ①13:30~14:30 ②15:30~16:30
参加費 2,000円 / 事前抽選予約制

「盆栽」×「ジオラマ」で作る!
手のひら「盆ラマ」ワークショップ

ミニチュアの木や草、ミニ線路や情景パーツを使って、自分だけの「盆ラマ」を作ります。完成後は、模型のミニ列車を設置することもできます。講師による作品展示や実演走行もご覧いただけます。講師 | 川上 哲生 / 鉄道少年舎



その他のイベントや詳しい情報については、ホームページ (<https://hirakata-elcl.jp/>) をご確認ください。

※7月の休館日は7月28日(月)です。ご来館の際はお間違えのないようご注意ください。

施設情報

施設名	枚方市立生涯学習交流センター・枚方市立市駅前図書館
住所	〒573-0032 大阪府枚方市岡東町19番1号 ステーションヒル枚方5階
開館時間	9:00-21:00
休館日	毎月第4月曜日(ただし休日にあたる場合は開館します) 年末年始(12月29日~翌年1月3日まで)
お問い合わせ	枚方市立生涯学習交流センター TEL:072-846-5557 / FAX:072-843-8620 枚方市立市駅前図書館 TEL:072-841-1103 / FAX:072-841-1135
駐車場・駐輪場	専用駐車場はありませんので、 電車・バス等の公共交通機関をご利用ください。



枚方市立生涯学習交流センター
枚方市立市駅前図書館

KINI NARU



HP
hirakata-elcl.jp



Instagram
@hirakata_elcl



YouTube
@hirakata-elcl

NEWS

knot(e)s

7 2025 11号

2025年7月1日発行 編集・発行：枚方市立生涯学習交流センター・市駅前図書館 指定管理者 (株) 図書館流通センター

あらゆるものと

あなたを結ぶ

knot(e)s

7
2025

学び百景 - INTERVIEW

チェアバレエエクササイズ 講師 かやはら はるこ さん

教えて! ライブラリアン

どうすれば「らしさ」を感じる旅先に出かけることができますか?



Hello!

11号

枚方市立生涯学習交流センター
枚方市立市駅前図書館

KINI NARU

まなび百景

manabi-hyakkei

当センターには100を超える利用者団体が活動しています。このインタビューでは、『センターで学びを楽しむ人たちをご紹介!』というテーマのもと、さまざまな分野で活動している団体の皆さまにお話を伺います。インタビューを通じて、当施設を利用している方々に生涯学習のきっかけを見つけてもらい、『自分も何かに挑戦してみたい』という気持ちが芽生えるような学びの姿をご紹介します。

チェアバレエエクササイズ

講師 かやはら はるこ さま (株)日本バレエワークアウト協会 公認インストラクター



ひとりひとりを尊重して
みんなが心地よく過ごせる時間

ー活動内容について教えていただけますか？

始めて6年になります。

毎月第1、第3木曜日に開講している、椅子に座ってクラシック音楽と共に、バレエの動きを基本としたロコモ、フレイル予防に有効なエクササイズクラスです。

ー活動の中で大切にしていることや、心がけていることは何ですか？

このエクササイズが従来の様々なエクササイズと異なる点はバレエ音楽を主としたクラシック音楽と共にレッスンをする、というところにあります。終始ちょっぴりよそ行き気分、優雅でおしゃれな気分です。それに伴い、使用曲のバレエ作品についてのストーリー説明、衣装の持つ意味、役柄によって仕草が変わる、などの説明を加え、バレエそのものへの興味を持って頂いています。また、正しい知識に基づいたレッスンを提供する為、協会主催の研修会にも積極的に参加しクラスにフィードバックするよう心がけています。

でも、何より重要視しているのは、ことあるごとに皆さんにお伝えしている以下の言葉です。
「誰にもジャッジされない、誰とも競争しない、ひとりひとりを尊重してみんなが心地よく過ごせる時間、そんなクラスを目指しています」

ー目標や夢があれば、ぜひ教えてください。

いつも「お出入り自由」のクラスが目標です。おやすみしたり、おやめになる時、大人の方便を考えなくていい雰囲気でありたいです。「飽きちゃったからやめるわー」でOK。「あんなこと言っただけまた来たわー」ますますOK。いつもスタジオのドアは風通しよくオープンでいたいです。



ー最後におすすめの本を教えてくださいませんか？

もはや本では無く、フレーズですが...
原田マハさん「キネマの神様」の、片桐はいりさんによる後書きです。
「好きなものの手を放しさえしなければこんな素敵なこともある。」

大好きなバレエを何とかして続けてきたら、今ここで多くの気持ちの良い方々に出会えました。



ーかやはらさんありがとうございました。

PROFILE

チェアバレエエクササイズ

主な活動日時 | 第1・3木曜日
13:30~14:30
入会金 | 不要
会費 | 1,000円 / 回
問い合わせ先 | 交流センター窓口



教えて!

ライブライアン

「こんなとき、どんな本を読めばいいの?」そんな疑問やお悩みに、図書館スタッフが応えるコーナーです。日常のちょっとしたモヤモヤや気になるテーマに、本を通してアドバイス。あなたの気分ぴったりの1冊、見つかるかもしれません。

QUESTION



30代男性

海外ドラマ好きの30代です。
『ツインピークス』に登場するダイナーに心を奪われて以来、アメリカのダイナー文化や食べ物に興味を持つようになりました。今年こそアメリカに行ってみたいと思っているのですが、旅行の計画を立てようとすると、どこに行けば「らしさ」を感じられるのか分からず、憧れだけが先行してしまって、なかなか一歩が出ません。何かヒントになる考え方はあるのでしょうか？



ANSWER



図書館スタッフ

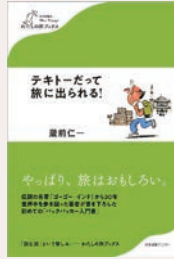
相談者さまが思う「らしさ」を一番感じられる場所は、その映画のモデルとなった場所だと思います。
モデルの場所がなければ、アメリカのダイナーと呼ばれる簡易的なレストランに訪れることで「らしさ」を感じることができると思います。
ネットや本で下調べすることは大切ですが、完璧な計画を立てても旅行にはアクシデントは付き物です。ましてや海外です。アクシデントも旅行の醍醐味、ぐらいいの気持ちで計画を立ててみてはいかがでしょうか。

「教えて！ライブライアン」のお悩み募集は、Instagramのストーリーズ機能または館内の投函BOXにて受け付けております。

Answer Book

テキトーだって旅に出られる！

著者 蔵前 仁一
出版社 産業編集センター



どうすれば「らしさ」を感じる
旅先に出かけることができますか？

同じ悩みを抱える方へのオススメ

大人の旅じたく
心地よく、自分らしく旅をする
著者 | 柳沢 小実
出版社 | マイナビ出版

アメリカ暮らし完全ガイド
著者 | Daniel van Nostrand
訳 | 八町 晶子
出版社 | IBC パブリッシング

ツインピークスの歩き方
著者 | デヴィッド・リンチ / ほか
訳 | 田中 克己 / ほか
出版社 | 扶桑社



今読んで欲しい本を
駅前の本棚からご紹介！



図書館スタッフ

肩こりがひどいです。

「あなたも奇跡の目撃者になりませんか？」

海に見える街にある純喫茶「星やどり」を営む早坂家。星になってしまった父が残したお店や看板メニュー、家族の絆。残された3男3女と母はどう生きていくのか。父親は家族に何を残したのか。兄弟それぞれの悩みや葛藤を1章ごとに1人ずつの視点で読み進める、ひと夏の感動物語。

枚方市立市駅前図書館の図書館員が毎回異なるテーマで厳選した本をご紹介します。こちらの本は枚方市内の図書館に所蔵されていますのでぜひお立ち寄りください。知らなかった本と出会い、あたらしい自分に出会う、そんな1冊と出会う機会になればと思います。



タイトル | 星やどりの声
著 | 朝井 リョウ
出版社 | 角川文庫

knot(e)s!とは？



記録をとる‘note’と、結ぶという‘knot’を組み合わせた造語‘knoto’に、たくさんのつながりが生まれることを願い、複数形で『knot(e)s- ノーツ』と名付けました。スタッフと利用者が分け隔てなく書き込み合うノート(note)のような存在を目指し、『まち、学び、交流』とあなたを結ぶ(knot)ものとなることを願っています。

