

# 資料館 だより



おおぐちうらん

## 春の企画展 「端午の節句」

子どもの健やかな成長をテーマに春の企画展「端午の節句」が開催中です。

撮影用の武将の顔出しパネルやなごときクイズを準備しています。期間は5月30日(日)までと残りわずかとなりました。



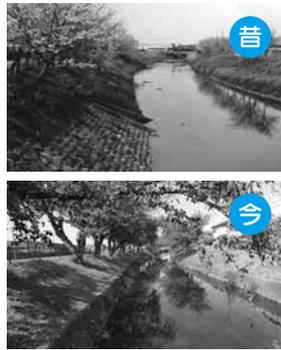
## おおぐち今昔物語

本年度は資料館所蔵の昔の写真を毎月紹介します。同じ場所から撮った今の写真と比べてみてください。

### 尾張富士



昭和28年、河北地区五条川の富士見橋です。名前の由来である尾張富士を橋から見ることができなくなりました。



昭和37年、六部橋を下流から撮ったものです。若い桜の木が大きく成長し、橋が見えなくなりました。

## 歴史民俗資料館ご利用案内

休館日 月・火曜日

※祝日は開館

開館時間

午前9時から午後5時

入館料 無料

問合せ先 ☎94-0055

健康文化センター

# ほほえみプラザ通信

## トレーニングセンター利用について

### 骨密度に対する筋トレの効果！

「人生100年時代！」といわれるようになりましたが、ただ長く生きられればよいというわけではありません。介護を受けたり寝たきりではなく、健康で楽しく生き生きとした人生を送りたいですね。支障のない生活をするためには骨量を増やすことが健康に繋がります。といっても「何をすればいい？」と悩んでしまうと思いますが、軽い運動でも骨を作る細胞は活性化します。運動が苦手という方は適度な日光を浴びながらウォーキングを始めてみましょう。骨密度を増やして介護を受けたり寝たきりにならないよう予防していきましょう！

トレーニングルーム・スタジオのご利用は完全予約制です。

#### 6月分の予約

スタジオ 6月1日(火)から10日(木)

トレーニングルーム 6月15日(火)から

- コロナ閉館時の月会員券、回数券についてはフロントにお問い合わせください。
- 入館時にはマスク着用、体温チェックと消毒をお願いします。
- 2万人体力測定はお休みします。

※詳細はトレーニングセンターにお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

初めて利用・申込みされる方は初回登録が必要です。利用カードを作成しますので、顔写真(3cm×2.5cm)をお持ちください。(未成年の方は保護者の印鑑が必要です。)

ほほえみプラザ5階 トレーニングセンター  
午前9時から午後9時  
申込みおよび問合せ先 ☎94-0057

<http://www.oguchi-training.com/index.html>