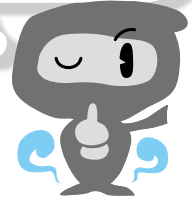


# 資料館 だより



## 春の企画展「端午の節句」

「端午の節句」展では、大将飾り、甲冑飾り、武者人形、こいのぼりなどを展示します。

今回は陣羽織を着て写真を撮るコーナーを用意しました。着付と写真撮影はご自身でおこなっていただくこととなりますが、来館記念にぜひご利用ください。また、リサイクル工作「こいのぼりバッグ」づくりや謎解きもおこないますので、ぜひご家族でご来館ください。

開催期間 6月4日(日)まで

### 歴史民俗資料館ご利用案内

休館日 月・火・水曜日

※企画展開催中の水曜日は

開館 ※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

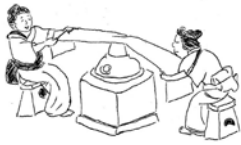


てみてください。

今回紹介するのは、呉服屋さんを営んでいた方から寄贈された物です。何に使う物が想像し



これは「湯のし」といって、反物(着物に仕立てる布地)に蒸気をあてることで繊維を柔らかくしてしわを伸ばし、反物幅を均等に揃えるための器具です。下のお釜のように上から蒸気が出る仕組みです。江戸時代の風俗画に「湯のし」を使っている様子が残っています。



▲江戸時代の文献に残る図の模写

健康文化センター

## ほほえみプラザ通信

5階 トレーニングセンター  
問合せ先 ☎94-0057



### 5月病予防

体を動かすとストレスによる緊張がほぐれてリラックスできます。激しいスポーツでなくても、散歩がてらのウォーキング、軽めのジョギングなど、楽しめる範囲で体を動かしましょう。

#### 家でやるなら…

##### 足上げトレーニング

- ①右ひざと左ひじをお腹の前でつける
- ②左ひざと右ひじをお腹の前でつける
- ③①と②を繰り返す

体が前のめりにならないように  
しましょう!



#### トレーニングセンターでやるなら…

##### トレーニングルーム

トレッドミル・エアロバイクなど  
12分から15分程度で少し汗をかく程度

##### タイ古式ヨガ(有料教室)

日時 土曜 午後0時15分から1時15分

受講料 4,200円/月 シルバー1,930円/月



営業時間 午前9時から午後9時まで 利用料金 一般410円 回数券・月会員券あり シルバー100円 (シルバーは町内にお住いで65歳以上の方) 利用・申込される方は初回登録が必要です。利用カードを作成いたしますので5階フロントまでお越しください。

NPO法人ウィル大ロススポーツクラブ事務局 オークマ温水プール2階 (月曜・火曜休業日) ☎95-1313

水曜日から土曜日 午前10時から午後6時/日曜日 午前10時から午後5時 (午後0時30分から1時30分除く)