



令和 2年 6月

島原イベント情報！

スポーツ
&
カルチャー

すぽかる！

TAKE
FREE
ご自由に
お取りください

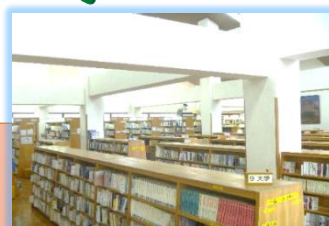
今月はイベントが少ないので、施設を紹介します♪

島原図書館



島原城お堀端の、
八尾病院の隣に
あります。

館内の様子



開館時間

9時～18時

(金曜日は9時～20時)

休館日

毎週月曜日、毎月月末（月曜日の場合は、
翌火曜日）、年末年始、特別整理期間等

問い合わせ

TEL 0957-64-4115

有明図書館



有明総合文化会館
(グリーンウェーブ)
の中にあります。

館内の様子



開館時間

9時～18時

休館日

毎週火曜日（祝日の場合は、翌水曜日）、
毎月月末（火曜日の場合は翌水曜日）、
年末年始、特別整理期間等

問い合わせ

TEL 0957-68-5808

★島原・有明図書館共通の利用案内★

カードの登録について

島原半島内に在住、または半島内に通勤・通学の方であれば、
どなたでも登録できます。登録の際は、住所が確認できる
もの（免許証や保険証など）が必要です。

本の貸出について（両館合わせて）

☆本 雑誌・・・おひとり20冊まで 2週間
☆DVD ビデオ・・・おひとり3本まで 1週間

発行：（一財）島原市教育文化振興事業団（TEL 0957-68-5133 <http://skbj.jp/>）



図書館
イチ押し
BOOK

「おうち時間」、どう過ごしますか？

自宅で過ごす時間のアイデアに、こんな本はいかがでしょう。

『ミドリ薬品漢方堂のまいにち漢方食材帖』

櫻井 大典/著 ナツメ社

北海道の「ミドリ薬品漢方堂」の三代目が、体をいたわる身近な食材の効果的な
食べ方を紹介した本です。胃の不調にはキャベツ、くるみで集中力アップ、気分を
しずめて眠るにはチンゲンサイ…など、季節や体調にあわせておすすめの
食材と食べ方が載っています。

口にするものを少し気がけて、毎日の元気を養いませんか？



『ゼロトレ 羽が生えたように軽くなる』

石村 友見/著 サンマーク出版

「おうち時間」が増えると、どうしても増えてしまう体重…。「コロナ太り」なんて
言葉も出てきましたが、避けたいものですよね。この本は、体の各パーツの
ポジションを元の位置に戻すことで、キレイにやせて、不調を改善する「ゼロトレ」
を、写真でわかりやすく解説しています。一人でできます。難しいことはありません。
ぜひ、この機会にトレーニングを始めてみてください。



『音が出るおもちゃ&楽器あそび』

吉田末希子/工作 いかだ社

毎日、おうちでどのように過ごされていますか？勉強？ゲーム？読書？
何をしたらいいか悩んでいるお友だちには、おうちにあるものを使って、お父さんや
お母さんと一緒に音が出るおもちゃ作りなどをしてみてはどうでしょうか！
きっと楽しいと思います。できあがったら、みんなで演奏してみるのもいい
かもしれませんね♪



臨時休館中は、特集コーナーを作ったり、書庫の整理をしたり、普段でできな
い作業をして、みなさんに快適に利用していただけるよう開館に向けて準備
をしました。新刊もたくさん届いています。図書館のホームページでは、本の
検索ができ、お知らせなども記載していますので、ぜひ、ご活用ください。



【島原図書館・有明図書館のホームページアドレス】
<http://www.shimabara-city-libraries.jp/>



こんにちは！島原市立温水プールです！



Q:「島原市立温水プール」って、どういう施設？

A:皆さんの健康づくりのため、1年を通してご利用いただける、25m×7コースの温水プールです！

施設は少々古いですが、職員が毎日入水して管理しており、特に水質に自信があります！スタッフや利用者さんの笑顔がたえないアットホームな雰囲気、皆様のご来場をお待ちしております。

- ◆施設内容 屋内温水プール（25m×7コース）、更衣室、シャワー、トイレ
※水中ウォーキング専用コース、水深90cmのコース有り。
- ◆利用時間 10時～20時
- ◆休館日 毎週月曜日
12月下旬～1月上旬
（年末年始・設備機器点検期間を含む）
- ◆駐車場 10台
（隣接する武道館にも駐車できます）
- ◆住所 〒855-0802
島原市弁天町二丁目7247-40
- ◆問い合わせ TEL：0957-63-4314

利用料金		1人/ 1時間	回数券 (12枚綴り)	1コース/ 1時間
市内	一般	150円	1,500円	640円
	高校生以下	30円	300円	320円
市外	一般	300円	3,000円	1,280円
	高校生以下	60円	600円	640円

※小学3年生以下の保護者は一緒にプールに入水し監視を、小学4～6年生の保護者は入水、もしくはプールサイドから監視をお願いいたします。
※3歳未満は無料です。



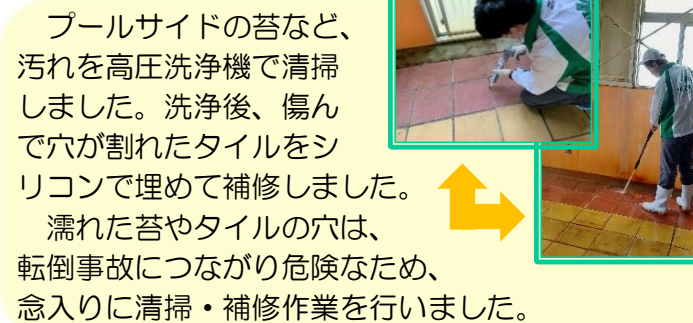
Q:スタッフはどんな仕事をしているの？

A:受付や監視などプール内の仕事だけでなく、皆さんに気持ちよく利用していただけるよう、環境整備や施設修繕にも力を入れています！

開場中は、受付業務・監視・環境整備などを、年末年始・設備機器点検期間や今回のような臨時休場期間には、普段できない部分の修繕や清掃、リニューアル作業を行っています。休場期間中の作業を一部紹介いたします。



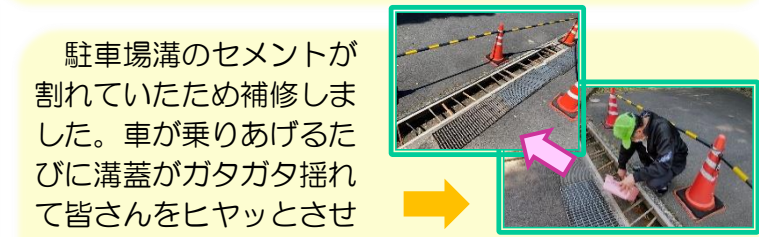
駐車場・玄関の花壇の花を植え替えました。カラフルな花たちと一緒に、皆さんをお迎えします。



プールサイドの苔など、汚れを高圧洗浄機で清掃しました。洗浄後、傷んで穴が割れたタイルをシリコンで埋めて補修しました。濡れた苔やタイルの穴は、転倒事故につながり危険なため、念入りに清掃・補修作業を行いました。



玄関、更衣室入口、げた箱などをペンキで塗装しなおしました。更衣室は明るい色に塗りなおしたので、印象がガラッと変わっています。ご来場の際は楽しみに！



駐車場溝のセメントが割れていたため補修しました。車が乗りあげるたびに溝蓋がガタガタ揺れて皆さんをヒヤッとさせていましたが、これで一安心です。

Q:紙面に登場しているペンギンたちの正体は？

A:はじめまして！ほくたち、島原市立温水プール非公式マスコット「プール戦隊ペンギンジャー！」といいます。よろしくね♪



「バタスケ」「クロリーナ」「セオール」の3羽で、温水プールの安全確保や広報活動に日々励んでいます。ぜひ、皆さんに覚えていただけると嬉しいです♪

新型コロナウイルス感染症から身を守るために…



上記の3つに気をつけ、「三密」を避けるようにしましょう！

島原市立温水プールの情報を、Facebookで随時更新中！
アクセスはこちらのQRコードからどうぞ。



【温水プール職員から皆さんへ】

いつも島原市立温水プールをご利用いただきありがとうございます。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、臨時休場や利用制限等でご不便をおかけしているにもかかわらず、皆さんにはご理解・ご協力いただき感謝いたします。

今回『すばかる』のスペースをお借りして、施設のことや休場期間中の様子を紹介いたしました。皆さんに気持ちよくご利用していただけるよう、職員一同、日々努力してまいりますので、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症が落ち着きましたら、皆さんに笑顔でお会いできるのを職員一同、楽しみにしています！