

健都ルールサイド公園ライブラリー ルールサイド通信

2024.11
49号

健都ルールサイド公園 健都ライブラリーQRコード



〒564-0018
吹田市岸部新町2番31号
電話 06-6388-3800
FAX 06-6105-9102



HP



LINE

発行：指定管理者 健都パークライフ創造パートナーズ

おかげさまで4周年

開館記念イベント

2020年にオープンした健都ライブラリーは、11月で4周年を迎えます。10日(日)には、記念イベントとして「健都いきいきフェスティバル」を開催いたします。

【ライブラリー開館日開館時間】

開館時間：午前10時～午後6時
木曜・金曜は午後8時まで
カフェの営業：午前9時～午後9時

11月の休館日は28日(木)です

健都FES開催

17日(日)には、健都一帯をステージにした「健都FES」を開催いたします。こちらはこの健都ライブラリー・健都ルールサイド公園から、摂津市の明和池公園までを舞台にした大型イベントです。当日は各ブースでさまざまなイベントを実施いたします。

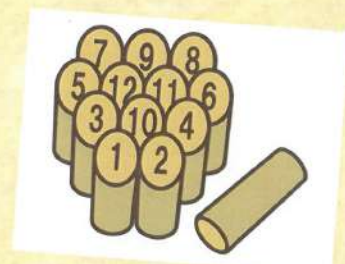
皆様お誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。
スタッフ一同お待ちしております。

【報告】

「モルックを楽しもう！」を開催

10月29日(火)、健都ルールサイド公園みどりの広場で、岸部地域包括支援センターの方による「モルックを楽しもう！」を開催しました。

モルックは、2チーム対抗で木製の棒を投げて、数字が書かれた木製の棒を倒して点数を競います。1本倒したらその棒に書かれた数字が、複数倒したらその本数が得点になり、目標点数(50点ちょうど)を目指します。目標点数を越えたら、目標点数の半分(25点)に戻ってしまう、ハラハラドキドキの競技です。



<健都ルールサイド公園健康遊具紹介>

公園内の健康増進広場には、国立循環器病研究センターと市立吹田市民病院監修の27基の健康遊具が備えられています。

20. うんてい

筋トレ 《腕・背中・腹部・太もも表》

片道1回～往復1回

はしごにぶら下がり、端まで手で渡る。

余裕があれば、膝を曲げて持ち上げながらや、膝を伸ばして持ち上げながらしてみましょう。



編集後記

日ごと秋も深まってまいりましたね。みなさまの秋はどんな秋でしょうか。スポーツの秋といえ、ワールドシリーズ、日本シリーズと野球が盛り上がりましたね。当館では、親子キャッチボール教室を行なっています。また、グローブとボールの無料貸出をしていますので、ぜひご利用ください。