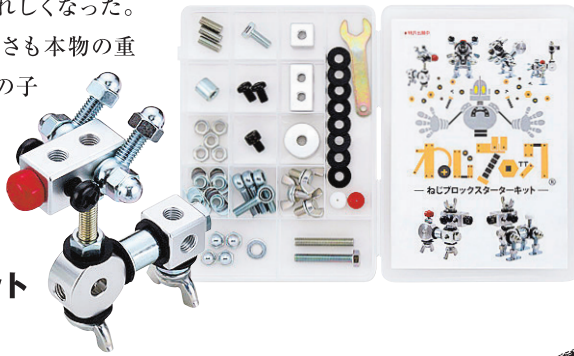


## あの子に 1 つ贈り物

世の中から「ねじ」が消えたら、メガネも車もバラバラに分解してしまう。ねじブロックはねじ製造60年余の橋本螺子(らし)が、ねじはココにいるぞ!と開発した。小さい頃の遊び道具は身近なねじだった橋本社長。孫にねじブロックを贈ったという女性から「街を歩くと孫が、ココにも使われてる!とねじの発見を楽しんでいる」と聞きうれしくなった。

ものづくりの面白さも本物の重さの手応えも、あの子に伝えたい。



**ねじブロック  
スターキット**  
4,000円

橋本螺子株式会社  
浜松市東区神立町124-11 TEL.053-461-5012 <http://www.neji-block.com>

## サブリナ 1 action

- ① 四つんばいになり、お腹に力を入れながら片足を上げる。
- ② お腹に力を入れたまま、床と平行から3~5cm上へ脚の上下運動を繰り返す。
- ③ 左右を変えて10回×2~3セット繰り返す。



お尻を引き締めた  
人に  
エクステンション

腰を反らないよう注意。骨盤が斜めになると腰に負担がかかる。骨盤は床と平行に!



グラント フィットネス  
インストラクター  
茂川広大さん  
山本直美さん

お得な入会キャンペーン実施中!

WEBをチェック!「アстенを見た」で  
1日体験通常2,700円→0円

グラント フィットネス・スイミング  
静岡市駿河区敷地1-18-28  
054-260-7235(フィットネス・カルチャー)  
054-237-1076(キッズスイミング)  
<http://glanz-sc.com/>



## とっさの 1 フレーズ

How are you  
フィーリング トゥーデー?  
**feeling today?**

「調子はどう?」



アイム ライト アズ レイン ナウ!

**I'm right as rain now!** 「すっかり良くなったよ!」

Point けがや病気などから回復して健康な状態に戻ったときに使います。  
雨(レイン)なのに「良くなった!」と変わった表現です。

#イギリスでは雨が「雨が降っているのが正常な状態」という由来から。  
イギリス、オーストラリア、ニュージーランドでよく使われる表現です。

asten life

1

ワンステップ for ワンダフルライフ!

全日程英語教育のプリスクール



**NB International  
Kindergarten**

**NBインターナショナル  
キンダーガーデン**

静岡市駿河区中田本町6-3 tel:054-202-9555

## 本や図書館がもたらす力とは

県立中央図書館は6/27(水)13:00~、シャンティ国際ボランティア会の山本英里さんを迎え、講演会「本、図書館の力~海外の現場から~」を開催。紛争・貧困地域での実体験を語ってもらう。参加無料。15歳以上対象。事前に申し込みを。

県立中央図書館

静岡市駿河区谷田53-1 ☎054-262-1246

静岡県立中央図書館

検索



## 大地震から子どもの命どう守る

防災講座「防災ママカフェ@しずおか」が6/5(火)10:30~12:30、駿河生涯学習センター「来・て・こ」で開かれる。防災ハンドブック付きで参加費1,000円(中学生以下無料、キッズスペースあり)。6/3(日)までに下記に申し込みを。

静岡市社会福祉協議会 駿河区地域福祉推進センター

☎054-280-6150 (FAX:054-286-9545)

[mama-bousai.tunagu@ymobile.ne.jp](mailto:mama-bousai.tunagu@ymobile.ne.jp) (ママの働き方応援隊静岡校・おぐら)

