



図書館ホームページ

6月 ○は休み

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

開館時間 午前9時30分～午後5時
(土曜日のみ午後6時30分まで)

わいわいタイム
毎週水曜日：午前9時30分～午後5時
毎週日曜日：午後1時～午後5時
問い合わせ ☎ 32-0262



イベント情報

子どもおはなし会

図書館の職員とボランティアによる楽しいお話がいっぱいです。

日時	対象
6月4日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
6月11日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
6月18日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
7月2日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上

場所 おはなしのへや(申込不要)

よむよむ えほんやさん

おすきな絵本を1冊、読み聞かせします。読んでほしい絵本を選んだら、カウンターにいる「えほんやさん」にわたしてね。

日時 6月25日(土)
午後2時～4時

対象 子ども(親子でもどうぞ)

※このマークをつけている人が「えほんやさん」です。



詩歌を吟じよう

日時 6月17日(金)

午前10時～10時45分

集合場所 図書館北側入口

定員 9人(申込順)

申込 6月8日(水)午前9時30分から図書館へ。



今月の新刊

繭の季節が始まる
福田和代著/光文社

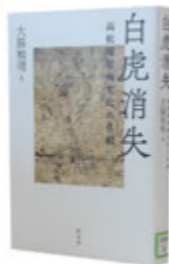
新型コロナウイルスに対抗するため、外出を禁じる(繭)の仕組みができた世界。AI搭載のネコ型マシンと共に街をパトロールしていた警察官アキオは、無許可で外に出ている犬を発見。飼い主を訪ねると、部屋では人が死んでいて…。



白虎消失

大脇和明著/新泉社

壁画劣化は防げなかったのか。古代史ブームを巻き起こした高松塚壁画が辿った道のりを、新聞記者が丹念に追う。



忙しいママのための炊飯器こどもごはん

meeroom 著/KADOKAWA

スイッチポン! キッチンに立つのはたった3分! 栄養価満点の離乳食から大人も満足の家族ごはんまで、炊飯器を“ほったらかし調理家電”に変える魔法のレシピを多数紹介します。



シャルロットのアルバイト

近藤史恵著/光文社

シャルロットは7歳の雌のジャーマンシェパード。お利口だけれど、普段はのんきな元警察犬。彼女といると、いろんな事件に遭遇して…。犬と暮らす喜びに満ちたコージミステリー。



あかちゃんといっしょ

えがしらみちこ著/白泉社

寝ているか泣いているか、おっぱいを飲んでいるかしかできなかったあかちゃんも、少しずつできることが増えて…。育児日記をもとに0～2歳の成長を生き生きと描いた絵本。



このコーナーでは、町内で元気に活躍されるご長寿の人たちを紹介します。(不定期掲載)

みんなの思いやりで公民館が使いやすく変化!



12 足腰に不安がある人も通いやすいように公民館の出入口にスロープや手すりが設置されました 34 いきいき百歳体操の様子 56 「かみかみ百歳体操」「奈良あいうえお体操」など、いきいき百歳体操以外のトレーニングメニューも取り入れています 7 最後に皆で輪になって脳トレ。結構難しいです…

いきいき百歳体操をはじめませんか

いきいき百歳体操を…

- やってみたい人
 - 体操する団体を立ち上げたい人
 - 体操場所を提供できる人
- ぜひ下記の連絡先へご相談ください



▲町ホームページにも、関係情報を掲載しています

町地域包括支援センター ☎ 34-2104

たわらもどで見つけた!
いきいきご長寿
数珠つなぎ

第9回

高知市の医師や理学療法士が開発した「いきいき百歳体操」。体を鍛えられ、仲間が増えると好評なこの体操を通して、参加者の声や取り組みを紹介します。

八田いきいきどんどろ

平成30年10月の立ち上げから約3年。誰もが気軽に体操に参加し続けられるように、自治会が手すりやスロープを設置されるなど体操をきっかけにさまざまな変化がみられています。体操以外にも独自のトレーニングをするなど和気あいあいと活動されています!

活動について

実施日 毎週月曜日
開始時間 午前10時から
場所 八田集落センター
参加条件 自治会員のみ
登録人数 12人(令和4年4月18日時点)

いきいき百歳体操、続けてます!
今も、そしてこれからも…毎回参加されている地元のご長寿の人からひとこと
～八田いきいきどんどろ 編～

皆から元気がもらえています

役員の皆さんに誘われて、3年ほど前からいきいき百歳体操を始めました。首の手術をしたのですが、何もしないと悪化してしまうので、現状維持のためにと医者にも勧められ、何とかここまでやってこられました。しんどいから休みたいと思うこともありますが、ここに来ると元気がもらえ、自分のためになると思って通っています。とても和やかな雰囲気、世話役の人たちのおかげで体操ができていることに感謝しています。



竹島隆一さん(写真左)
写真右は妻の満知子さん