

## 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。

場所 おはなしのへや(申込不要)

日時	対象
1月7日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
1月14日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
1月21日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
2月4日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上



### 図書館ホームページが便利になりました

#### ①スマホからも見やすい画面に！

スマートフォンやタブレット端末からも快適にご覧いただけるデザインに対応しました。

#### ②スマホが図書館利用カードに！

スマートフォンで図書館のホームページにログインし、画面に表示されるバーコードを提示することで、本を借りることができます。  
※ホームページアドレス、利用者番号、パスワードは今までどおりのものでご利用いただけます。

図書館ホームページ

<https://www.lics-saas.nexs-service.jp/tawaramoto/>

### 図書館アンケートにご協力をお願いします

今後の図書館運営に役立てるため、ぜひご協力をお願いいたします。



利用したことがある人



利用したことがない人

### 令和5年度会計年度任用職員の登録者募集

令和5年度に図書館で働きたいと考えている人は、町役場人事課へ履歴書を提出してください。(履歴書の備考欄に「図書館希望」と記載してください) 提出方法などは、本紙16ページをご覧ください。

募集職種 司書(フルタイム)・一般事務(パートタイム)

1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	⑬	17	18	19	20	21
22	⑮	24	25	26	27	28
29	⑳	31				

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～5時

問い合わせ ☎ 32-0262

## 第3回いきいき百歳元気交流大会を開催しました

「いきいき百歳体操」は、現在町内で45団体が実施しています。団体によっては実施から3・4年が経過しており、体操の手法が自己流になっている人や通うのをやめてしまった人もおられます。

今一度、体操の効果を実感していただけるように、今回「いきいき百歳体操の質を高めよう！」と題して、いきいき百歳元気交流大会を11月30日に弥生の里ホールで開催し、175人が参加されました。



①自身の体験を語る東口芳子さん ②古田和彦さん(県総合リハビリテーションセンター整形外科部長)による講演 ③④松山奈美さん(県総合リハビリテーションセンター作業療法士)による実演と実践 ⑤会場前でのフレイル測定 ⑥飾られた田原本町の古い写真を前に昔話に花が咲く ⑦⑧宮古・南千代の世話役による団体立ち上げまでのお話

## たわらもどで見つけた！ いきいきご長寿 数珠つなぎ

第11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。

コロナ禍でも中止することなく体操を継続していた、90歳以上の人が表彰されました。



## 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

〒 町地域包括支援センター

☎ 34-2104



町ホームページにも関係情報を掲載しています



Youtube  
いきいき百歳体操  
～田原本版～