はままつ

図書館だより

10月号
vol.212
令和6年9月27日
浜松市立図書館

いつまでも、
いきいきと過ごしたい
～シニアサービスご紹介～

特集

いつまでも、いきいきと過ごしたい　シニアサービスご紹介

図書館での「シニアサービス」

「いつまでも、心身ともにいきいきと過ごしたい。でも身体のことが最近気になってきた。」「仕事を引退して、家にいることが増えた。まわりの方と交流したい。」そんな方に向けて図書館で行っている講座をご紹介します。

おおむね60歳以上の方を対象にした内容ですが、年齢に関係なくご興味がある方ならどなたでもご参加いただけます。

「図書館で学ぶいきいき健康講座」

浜松市高齢者福祉課と連携した講座です。医療・介護の専門家が、テーマにそってわかりやすくお話しします。

テーマは、病気、認知症、介護予防、歯や口の健康、災害避難所での過ごし方など会場によって異なります。今年度開催が決まっている講座は以下のとおりです。

日時・会場	内　容	申込について
11月17日（日） 10:00～11:00 雄踏図書館	おいしく食べて、元気でいよう	10月26日(土)10:00～ 直接来館または電話で 雄踏図書館へ （☎596-5522）
11月30日（土） 10:30～12:00 東図書館	災害避難所で健康的に過ごすためには	11月6日(水) 9:00～ 直接来館または電話で 東図書館へ （☎464-2081）

これ以降の予定は
浜松市立図書館ホームページで更新します。

いきいき健康講座のページはこちら

「シニアのための楽しい音読教室 ～音読であたまイキイキ～」

本を声に出して読む音読は、視覚、聴覚、その他の感覚を使います。まわりの人とコミュニケーションをとりながら、音読をしてみませんか？

図書館で用意したテキストを参加者全員で音読をする催しです。

日時： 11月21日（木）
10:30～11:45
会場： 浜松市立中央図書館　大会議室
対象： 音読に興味のある方どなたでも
講師： 中央図書館職員

申込： 10月15日（火）9:00～

直接来館または電話で中央図書館へ

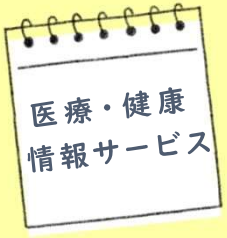
（☎456-0234）

webからも申込できます→

https://logoform.jp/f/KydSi

浜松市立図書館ホームページにも掲載されています。

コレ知ってる？



市内図書館7館で提供しているサービスです。

身体のことで悩むご本人やご家族の方に、信頼おける情報を提供することを目的に、図書や雑誌、患者会資料や病院資料、市役所で発行している行政資料などをまとめた「医療・健康情報コーナー」を設置しています。医療従事者の方向けの資料も揃えています。また、テーマに沿った展示や、講座なども行っています。

健康づくりのヒントに、ぜひご活用ください。

（中央・城北・都田・東・積志・舞阪・佐久間図書館で実施しています。）

郷土資料案内

暑さも和らいで秋らしくなってきました。
自然を求めて屋外へ出掛けてみませんか。
今回は、浜松市内の自然観察を行う際に、
たいへん便利な図鑑をご紹介します。

浜松の里地 里山自然観察図鑑

小杉正則／執筆・編集・写真
浜松の水辺観察クラブ　2023

三方原台地やその周辺の里山の自然（地質・植物・動物）を紹介しています。
一年通して、身近に観察できるポイントを解説し、楽しみながら現地観察できる年齢を問わない浜松地域の入門書となっています。

浜松の淡水魚 観察図鑑【改訂版】

小杉正則／執筆・編集・写真
浜松の水辺観察クラブ　2024

浜松地域の川や湖沼などの水辺で出会える純淡水魚、回遊魚、汽水魚を紹介しています。
単なる図鑑ではなく、魚を通して、魚たちの生息環境について考えるという切り口でまとめられています。
阿多古川を遡上する若鮎など、自然環境を生きる魚類の力強さを感じるリアルな写真も掲載されています。

天竜・浜名の野花

安原修次／撮影・著
ほおずき書籍　2024

安原さんは、全国27都道府県で36年間にわたって野花の撮影をしています。
2018年から2019年には浜松市内の167点の野花を撮影してこの本にまとめました。
実際には、小さな草花が多く、注意しないと見過ごしてしまうような野花ばかりです。

図書館からのお知らせ

11月に、あかちゃんのための絵本講座を開催します！

内容：絵本の読み聞かせとわらべうたの実演 / 絵本の選び方、与え方についての講話
対象：令和5年4月1日以後に生まれた子を持つ保護者
申込：令和6年10月15日(火) 午前9時から Webで受付
会場：中央・浜北・城北・はまゆう図書館

（図書館HP）

その他詳細については、図書館HPをご覧ください

はままつ図書館だより No.212（2024年9月27日発行）

浜松市立中央図書館
浜松市中央区松城町214番地の21
☎ 053−456−0234　FAX 053−453−2324
✉ chuo@city.hamamatsu.shizuoka.jp
ホームページ https://www.lib-city-hamamatsu.jp/

図書館だより
バックナンバー