

『ひとりじゃないき』  
山中しのぶ/著

遠い世界の話のように思っていた認知症。41歳の時に受けた診断は若年性アルツハイマー型認知症。泣き暮らしていたが、香南市・高知市でデイサービスを立ち上げた。家族や仲間を支えられ歩んで行く、その半生を綴った一冊です。



香

『おばあちゃんのおおいバラ』  
由美村嬉々/作 森みどり/絵

ゆいちゃんのおばあちゃんは、色々なバラを組み合わせて新しいバラを作る仕事をしている。夢は「青いバラ」を咲かせること。不可能と言われても諦めないおばあちゃんが、ある日倒れて、ゆいちゃんは…。



香

『野町和嘉 人間の大地』  
野町和嘉/著



野

サハラ砂漠、ナイル川、エチオピア高原、チベット高原、アンデス山脈…。20代半ばでサハラを知り、広がる大地、過酷な自然、信仰とともに生きる人々に魅せられた高知県出身の写真家、野町和嘉。旅のエッセイとともにその足跡を辿る。

『ズーミング！ヘリコプター』  
青木謙知・石原肇/監修



野

空を飛び、空中の同じ場所でとどまり続けることもできるヘリコプターについて、どうやって飛んでいるのか、ブレード(羽)の枚数や色、どこで造っているのか、どんな所で活躍しているのかなど、色々なことがわかる一冊です。

『おもしろ踏切大百科』  
chokky/監修

北海道から九州まで、全国のおもしろ踏切が大集合！遮断機や警報灯など踏切を構成する装置を解説。さらに踏切を製造する会社を取材。手結港可動橋も載ってるよ。



夜

『なぜゲームをすると頭が良くなるのか』  
星友啓/著



夜

ゲームは悪い影響ばかりなのでは？ゲームが短期記憶や問題解決の力を伸ばすことや、人間関係の構築やメンタルによる影響を及ぼすことなどを科学的根拠に基づいて解説。望ましいゲームのプレイ時間なども紹介。

9月のおはなし会

行事	絵本のよみかき	おはなしの会 なんじゃもんじゃ
場所	野市図書館	香我美図書館
日にち	毎週土曜日	毎週土曜日
時間	10:00～11:30	10:30～11:00
協力	のいち子ども図書館クラブ (もこもこ)	かがみ読書の会

問い合わせ

- 野 野市図書館 ☎56-3434
- 香 香我美図書館 ☎55-0022
- 夜 夜須図書室 ☎54-2121

★休館(室)日は17ページのカレンダーを参照

文芸 百人一首・短歌・俳句の会

問合せ 代表者 小松 56-2472

- 誰あらん枇杷の木下に散らかりの皮の薄さよ朝日に映ゆる 市来原 美津子
- 捨てがたし出番少なの舞扇 みつこ
- 矢つぎばやの秋雷走る寺山に真向いて棲みしはや五十年 小松 宏子
- あじさいの崩さぬ音して水の底 ひろこ
- 五台山春の花ばな咲く水辺フルートの音色流水やさしき 本谷 和子
- あざみ濃しゆつくり歩む夕辺道 かずこ
- 鳳仙花はじけて残る皮なればほどよく巻きたりてのひらに 徳弘 光代
- 鈴なりの庭の梢に鳴くカラス みつよ



スマホを落としたら…

サービスカウンター

こちらで承ります

こちらに名前と連絡先の電話番号をご記入ください

それでは見つかりましたらお電話いたします

これで安心だね！

岸本養生体操の会

養生体操とは、丹田(おへその下の下腹部)を意識した呼吸と運動により体の歪みや不調を改善する体操で、運動量や強度の調整ができることから、高齢の方や体力に自信のない方も実践されています。

岸本養生体操の会は、平成20年6月に創立して今年で18年目を迎えます。会員は岸本地区に限らず、西川地区や野市町、夜須町の方たちで構成されています。活動は、毎週木曜日に岸本防災コミュニティセンターで、丹田を意識した呼吸をしながら体を緩めたり伸ばしたり体操の効果を実感しながら楽しんでいきます。

ご興味のある方は、無料体験も行っていますので、ぜひ一緒に養生体操をしましょう。



メンバー募集中!

がんばりゆう記

- 設立: 平成20年6月
- 会員数: 13名
- 練習日: 毎週木曜日 (13:30～15:00)
- 練習場所: 岸本防災コミュニティセンターホール
- 問い合わせ: 清水すみ子 ☎090-9778-2333

取材: 文・写真/生涯学習課 香我美市民館