

「図書館でますます元気に！」

今月は国民の祝日、敬老の日があります。国民の祝日に関する法律によれば、敬老の日は9月の第3月曜日で「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う。」とされています。老人福祉法では65歳以上を高齢者としていますが、敬老の日を祝いする年齢は特に決まっておらず、何歳からお祝いするの？と思う方もいるかもしれません。

人生百年時代といわれる現代の60代は若々しい方も多いため、70代を迎えてから敬老の日をお祝いするという方が増えていくようです。その一方で孫が生まれると、年齢にかかわらずプレゼントを渡したり、お祝いをしたりするご家庭も多くなってきたのだから…。

現在、日本の100歳以上の人口はおよそ9万2千人です。医療技術の進歩や公衆衛生の向上など様々な要因となり多くの人が長生きできるようになりました。まだまだ若い朝日村の高齢者の皆さん、ますますお元気で過ごすことができますよ。う、朝日村図書館も応援しています。読書や音読は脳や身体に良いとされていますので、ぜひ図書館をご利用いただき元気に長生きしてくださいね。「えべや」にも朝日村図書館の本を貸し出しているのでそちらでも本を読むことができます。

今年度、当館を利用されている方の中で最高年齢は97歳です。

(8月20日時点)



今月おすすめの1冊

「優生保護法」が存在した時代、「母」はどのように生きたのか。「ぼく」はどのようにして生まれたのか。幸せだった瞬間も、悲しかった瞬間も、すべて。※コーダである息子が未来に進むために描く、小さな家族の歴史。

※コーダ(CODA:Children of Deaf Adults)聴こえない親をもつ、聴こえる子どものこと。

「聴こえない母に訊きにいく」五十嵐 大・著 柏書房・出版

「図書館雑誌」に掲載されました

朝日村図書館が「図書館雑誌8月号」の小規模図書館奮闘記というコーナーに掲載されました。小規模図書館ならではのエピソードや、工夫している点などを交えながら朝日村図書館の日常を紹介しています。

図書館に所蔵しています

ので手に取って読んでみてください。

認知症について知ましょう

9月21日は世界アルツハイマーデーです。そこで図書館では朝日村地域包括支援センターと協力して「認知症コーナー」を設置しました。健康に生活している今だからこそ知っておくべきことがたくさんあります。老いは誰にでも平等にやってきますから、自分や家族のために認知症という病を積極的に学び、理解を深めていきましょう。

【子どもに読んでほしい認知症】

「じいちゃん、出発進行！」 藤川幸之助・さく 天野勢津子・絵 クリエイツかもがわ・出版

「ばあばは、だいじょうぶ」 楠章子・作 いしいつとむ・絵 童心社・出版

【理解しよう認知症】

「マンガでわかる！認知症の人が見ている世界」①～③ 遠藤英俊・監修 川端智・著 浅田アーサー・マンガ KADOKAWA・出版

「ボクはやっと認知症のことがわかった」 長谷川和夫・著 猪熊律子・著 KADOKAWA・出版

「認知症世界の歩き方」 寛裕介・著 認知症未来共創ハブほか・監修 ライツ社・出版

【今日から始める認知症予防】

「一日1杯5分の習慣 腸活とフレイル予防に『みそ汁』」 今泉久美・著 文化学園文化出版局・出版

「肺と脳を鍛える！1話1分音読ドリル」 齋藤孝・著 宝島社・出版

「医師が発見した認知症バイバイ体操」 浜崎清利・著 東邦出版・出版