

各種検診・教室

認知症家族会「元気丸の会」

亀山地域包括支援センター「ぎずな」
(あいあい ☎83-3575)

認知症の人やその家族などでお話をしたりして、ホッと息抜きしませんか？

とき 4月21日(火)
午後1時～3時

ところ あいあい2階生きがい工作室

対象者 認知症の人とその家族、支援者、または関心のある人

参加費 無料

※申し込みは不要です。

**東部スマイル教室
～おやつを作りましょう～**

きじゅえん
亀寿苑在宅介護支援センター
(☎84-1212)

とき 4月9日(木)
午後1時30分～3時

ところ 東部地区コミュニティセンター

対象者 市内在住のおおむね65歳以上の人や介護予防に関心のある人

参加費 無料

持ち物 エプロン

※申し込みは不要です。

**うたごえ喫茶「きぼう」
～健康・長生きへの第一歩～**

野村きぼう苑(☎84-7888)

うたごえは脳の活性化を促し、気持ちを高揚させます。懐かしい歌謡曲などをみんなで歌いませんか。

とき 4月21日(火)
午後1時30分～3時

ところ 野村地区コミュニティセンター

対象者 おおむね65歳以上の人や介護予防に関心のある人

参加費 無料

※申し込みは不要です。



図書館の本棚から 市立図書館 (☎82-0542)



『王朝小遊記』諸田玲子／著
文藝春秋(2014年4月刊)

ときは万寿2(1025)年、平安時代、藤原道長の晩年。京の都で、縁もゆかりもない老若男女が結束した。相互の絆だけを武器にして、人食い鬼よりも怖い敵に力を合わせて対峙することに…。果たして彼らは、恐るべき鬼の正体を暴き、退治できるのか。



『ピンピンコロリの法則 改訂版』
星旦二／著 ワニブックス
(2014年8月刊)

長寿国として知られる日本。でも、要介護の割合も増加している。だれしも「高齢で寝たきり」の「ネンネンコロリ」は避けたいはず。お出かけ頻度の高い人、コレステロール値が高めの人、そういう人のほうが実は長生き!?

～新着だより～

小説

- ホケツ! / 小野寺史宜 (ふみのり)
- 日本レンタルパパの会 / 竹内雄紀 (ゆうき)
- 八幡炎記 / 村田喜代子 (やはたえんき)
- 元気で大きいアメリカの赤ちゃん / ジュディ・バドニッツ

児童

- おじぞうさんはいつでも / 永田萌
- ティモシーとサラ ちいさなとしよかん / 芭蕉みどり (ばしょう)
- むこうがわの友だち / 小浜ユリ (こはま)
- あまねく神竜住まう国 / 荻原規子 (しんりゆう)
- 空を飛ばない鳥たち / 上田恵介 (こはま)
- 日本の伝統文化和食 / 江原絢子 (えはらあやこ)

その他

- 旅する茶箱 / 堀内明美
- ちいさなどうぶつ刺しゅう / ささきみえこ
- 最新写真と図でわかるゴルフルール / 水谷翔
- 111歳、いつでも今から / 後藤はつ
- 食に生きて / 辰巳芳子

他529冊