

# 図書館 ブックマン だより

新着図書&イベント情報  
図書館へ行こう!



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
⑳	22	㉓	24	25	26	27
28	29					

○印がお休みです  
**2月の休館日**

■府中市立図書館 本館  
府中市府中町43 ☎43-4343  
【開館時間 9:30～19:00】

■府中市立図書館 上下分室  
府中市上下町上下 861-3  
(上下町民会館内) ☎62-8805  
【開館時間 10:00～18:30】  
<http://www-lib.city.fuchu.hiroshima.jp/toshow/>

## 2月の図書館「おはなし会」

毎月、定期的に開催しています。

■図書館 本館  
あかちゃんのおはなし会  
11日(木)10:30～10:50  
おはなし会  
13日(土)・27日(土)  
14:00～14:30

■図書館 上下分室  
おひざにだっこのおはなし会  
19日(金)10:30～11:30  
おはなしのへや  
27日(土)14:00～15:00

## 第6回歴史講座 ～関ヶ原合戦と備後の武将～

とき 2月28日(日) 中世の歴史、とりわけ『関ヶ原の合戦』を語れば日本でも屈指。  
14:00～15:30 府中高校出身の歴史の大家が熱く語る「関ヶ原合戦と備後の武将」  
ところ 図書館本館  
入場料 無料  
定員 先着50人  
申し込み方法 来館または電話  
※事前に予約してください。



鈴峯女子短期大学  
光成準治さん

## 名作映画鑑賞会「ビューティフルマインド」

とき 2月7日(日)14:00～16:15  
ところ 図書館本館

参加無料  
先着50人

### ◆◆電子図書紹介◆◆

- 『化け猫のつくり方』  
新美 敬子
- 『すがたをかえるたべもの  
しゃしんえほん2 みそ  
ができるまで』  
宮崎 祥子

新しく約200点の電子書籍が追加!

### ◆◆新着図書紹介◆◆



とけいのおうさま  
こすぎ さなえ  
時計の国の王さまは、ある日、時間を守ることがいやになってしまい…



漫画家の猫  
漫画家たちが撮った“うちの猫”写真を愛溢れるコメントとともに収録

高齢化が進む中、いつまでも元気に地域で暮らすためには、日ごろの運動など健康づくりが大切です。地域の住民で、自主的に介護予防に取り組んでもらうため、介護予防効果のある元気もりもり体操を行う団体に対して、講師を派遣し、立ち上げを支援します。

◎講師を派遣する条件  
派遣する団体 参加者が5人以上で毎週1回行うことが出来るグループで、派遣期間後も自主的に継続するグループ  
派遣期間 平成28年度中の3か月のうち毎週1回  
参加料 1回1人100円  
募集团体数 先着6団体

元気もりもり体操とは…ストレッチ・筋力トレーニング・口腔ケア・脳トレの4つのプログラムからなる、高齢者のための介護予防に効果がある体操です。

参加者の声

- ・ 足腰の痛みが軽減した
- ・ 姿勢がよくなり転ばなくなった
- ・ 和式トイレが使えるようになった
- ・ 教室のある日が待ち遠しい
- ・ 物忘れが少なくなった
- ・ 病院へ行かなくなった
- ・ 尿漏れが改善した
- ・ 生活意欲が湧いた

(効果には個人差があります)

## 元気もりもり体操の 講師の派遣をします

申し込み・問い合わせ先  
長寿支援課(リ・フレ内)  
☎40-0223



5人以上集まって、楽しく運動をしましょう