

『〇〇歳が老化の分かれ道!?!』

少子高齢化が進む日本。2025年には3人に1人が65歳以上の高齢者、4人に1人が75歳以上の後期高齢者となるとされています。とはいえ、現在の70代の皆さんは、これまでの70代とはまったく違います！格段に若々しく、健康になった70代の10年間でどう過ごすか？人生100年時代を迎えたこれからは70代の生き方が、その人の「老化の速さ」「寿命」を決める…という本『70歳が老化の分かれ道/和田 秀樹・著』を最近読みました。

ふむふむ、ナルホド。図書館には、他にも健康やアンチエイジングに関する本がたーっっくさんあります。情報を求め、実践されている皆さんはこれからもきっと大丈夫！



「100歳まで脳を育てる生活習慣」



「不老長寿メソッド死ぬまで若い武器になる」



「最強の食事術 2021最新版」



お知らせ

●「おはなし会」 毎月第2土曜日 10:30～11:00

9月の担当グループは「ぶちトマト」のみなさんでした。10月は「チームそらまめくん」(10/9予定)のみなさんです。参加してくれたお友だちにはささやかなプレゼント(紙風船やシャボン玉など)を用意しています！キラキラシールも選んで貼ってくださいね！

さてもうひとつ、9月は「世界アルツハイマー月間」ということで、今年も約ひと月「認知症コーナー」を特設しています。今年は認知症をテーマにした絵本が増えました。小さいうちから大切なこと、家族のことを理解してほしいと願って作られた絵本です。たくさんの人の手に届きますように。



「とんでいったふうせんは」
ジェシー・オリベロス 著



「いっちゃん、出撃進行!」
藤川幸之助 著



「一本の線をひくと」
藤川幸之助 著

新刊・新着図書案内

～「月々に月見る月は多けれど月見る月はこの月の月」名月も本も見るのによき月～

●児童書・コミック

深海生物 小学館の図鑑NEO

お化けの猛暑日

はじめてのオーケストラ

ばけばけばけたくん かみなりの巻

うごきません。

ほくのお父さん

在宅医たんぽ先生物語さいごはおうちで

きみにかわれるまえに

●一般図書

大殿の顔(おれは一万石18)

あきない世傳金と銀11

兵諫

ミラーワールド

氷獄

貝に続く場所にて(第165回芥川賞受賞)

竜とそばすの姫

おれの足音 上・下

婿どの相逢席

ブレイクニュース

美女の魔界退治

幸いをいただきまして

藤原義弘・監修

川端誠

佐藤裕

岩田明子

大塚健太

矢部太郎

永井康徳

カレー沢薫 その他多数

千野隆司

高田郁

浅田次郎

柳月美智子

海堂尊

石沢麻依

細田守

池波正太郎

西篠奈加

葉丸岳

林真理子

塩沼亮潤

九十八歳。戦いやまず日は暮れず

人生に役立つ名言を字でがみでたのしむ

「鬼滅の刃」に学ぶ

写真でわかる野菜・果樹の病害虫防除

農林水産省職員直伝「食材」のトリセツ

1日1杯脳のおそうじスープ

アウトドアクッキング外でもおいしく!

魔法のスパイス

ポリ袋でかんたん! ふりふりおやつ

伝統と革新! すぐ使えるお弁当大百科

子どもが光るあったかいしかり方&ほめ方

部屋づくりの本当に良いもの2021

お菓子の箱だけで作るすごい空箱工作

たべものいっぱい! あそべる! フェルトのおままごと

コストコ超得&裏ワザ徹底ガイド 2021-22

古くて素敵なクラシック・レコードたち

大学受験案内 2022

個人事業のはじめ方がすぐわかる本 '21 ~' 22年度

ばたの小さな草花図鑑

小さなことにあこせくなくなる天文講座

大人のソロキャンプスタイル。

佐藤愛子

高嶋悠光

一条真也

草間祐輔

農林水産省

内野勝行

マキノ出版編集部

稲田多佳子

渡辺あきこ

すずきともこ

晋遊舎ムック

はるきる

村上市春樹

晶文社学校案内編集部

道

一日一種

谷口義明

その他多数