

シルバー  
通信

# かけはし

2024  
年号

図書館はシルバー世代にとってお役に立てるやさしい施設です。  
この広報紙がみなさんと図書館との「かけはし」になる  
ことを願い発行します。

姉妹で違うジャンルの  
本を借りて交換し、「どこまで  
読んだ？」と共通の話題で  
いつも盛り上がります。  
村武さん



## ご隠居は福の神 13 人身御供

井川 香四郎／著 二見書房

ご近所では花咲爺さんともいわれるご隠居の吉右衛門と貧乏旗本の高山和馬。知り合いの女が、ある大名の姫君と瓜二つだったことから、陰謀に巻き込まれて…。女を救うご隠居の活躍をお楽しみに。  
是非、1巻からどうぞ！

## 101歳、現役の化粧品販売員 トモコさんの一生楽しく働く教え

堀野 智子／著 ダイヤモンド社

「頑張らない、無理しない、気にしない」  
101歳のギネス認定現役セールスレディ  
が教える「楽しく長く働く50の知恵」。



いつも図書館を  
利用しています。趣味  
で手作りしているランプ  
シェードを、館内で  
展示しています。  
桂藤さん



## 名探偵のままでいて

小西 マサテル／著 宝島社

「レビー小体型認知症」になった祖父は、たまにかつての聡明な頭脳を取り戻し、孫の楓が持ち込む謎を鮮やかに解く。古典のミステリーが出てくるのもうれしい推理小説。





いきいき活動中！

## 図書館ボランティア「ライボの会」



活動内容 ★月1回の館内整理日(基本第4月曜日 午前9:30~11:30)

★図書館の開館時間内 いつでも

決められた順番に本を並べる

数字やアイウエオ順に並べるので、脳トレにも

自分のペースで、できる範囲でOK

参加できる時で大丈夫、欠席の連絡も不要

18歳以上ならどなたでも



現在、会員20名。興味のある方は図書館までご連絡ください。

### みよちゃんの シルバー世代の気になること



## 町のプロに聞いてみよう！

シルバー世代に密かな人気の「お墓に関する終活の本」。  
そこで「まちの図書館応援隊の 石の雑貨屋<sup>イワカ</sup>iwakaさん」に  
図書館のみよちゃんが色々聞いてきたよ！



イワカ  
iwakaさん

お墓や終活のことは、家族、親族が関わるデリケートな問題ですよね。  
個々に事情が違うので、悩まれている方が多いような気がします。



暮らしにあった、ご供養全般のご提案をします。お墓に関しても、新しいお墓だけでなく、改装、墓じまいからメンテナンスまで、幅広く対応しています。お見積りも無料でしますよ。ご家族で相談され、きっかけをつくられたらいかがですか！



お寺さんへの調整や書類の手続きもお手伝いしていただけるそうですね。



はい。今はお弔いに関する考え方も多種多様です。グリーフケアやお墓ディレクターの資格も活かして、ご先祖様への想いに寄り添ったご提案を一緒に考えます。悩まれている方は遠慮なくご相談ください。



社会の変化やお弔いの形は変わっても「故人を思う気持ち」は、  
いつまでも大切にしたいですよね。ありがとうございました。

グリーフケアとは、大切な対象(人やペットなど)を失った人へ寄り添い・サポートすること



お墓のメンテナンスしませんか？

Before After

お墓のお掃除のついでに  
文字色の入れ直しも承っています

iwaka  
石の雑貨屋  
三次市東酒屋町 1479-4  
0824-55-6609

Instagram

### お墓に関するオススメ本

『墓じまい・改葬ハンドブック』

大橋 理宏／監修 主婦の友社

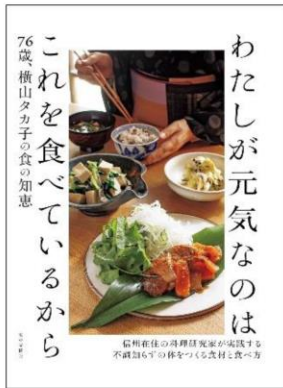
『親を見送る喪のしごと』

横森 理香／著 CCCメディアハウス

# 「読んでみてねー」おすすめ本



## 『わたしが元気なのは これを食べているから』 横山 タカ子／著 家の光協会



長野で夫婦共に元気に暮らす料理研究家、76歳の横山タカ子さん。気負わない、丁寧な暮らしが感じられます。健康のために少しまねしてみようかなと思える一冊。

## 『大きな字でわかりやすいLINE入門 改訂新版』 岩間 麻帆／著 技術評論社



家族や友人とのコミュニケーションには、「LINE」が手軽で便利！アプリのインストールから順に、丁寧に説明してあります。そろそろLINEデビューはいかが？

## 『暮らしのうっかり事故を防ぐ本』 国崎 信江／監修 宝島社



日常の「まさか」「うっかり」事故を防ぐには、備えと心構えが大事です！自分や家族の命を守る対策を、イラストと大きな文字でわかりやすく解説しています。

## 『笑う老人生活』 高嶋 弘之／著 幻冬舎



ヴァイオリニスト高嶋ちさ子の父で、日本でのビートルズの仕掛け人でもある著者。「人生の幕引きまで笑顔でいたい」という前向きな姿に元気と勇気がもらえるエッセイ。

## 『ほどよく忘れて生きていく』 藤井 英子／著 サンマーク出版



自分を真っ先に大事にし、いたわり慈しむこと。91歳の現役医師ひーこ先生は、「時に忘れる事」も大事だという。人柄がにじみ出る言葉に心が楽になります。

## 『脳の筋トレ!思い出しおりがみ』 古賀 良彦／監修 主婦の友社



おりがみを「思い出しながら折ること」は脳の筋トレになります。難易度順にチャレンジしたり、作品を使う・飾る・贈るなど楽しんで脳を活性化しませんか！



短歌大好き「ふのじい」と図書館「みよちゃん」の方言トーク  
「知っとる?!」三次市立図書館の便利な使いかた



わしも「スマートフォン」  
デビューしたんじゃが。

これを機会に、今まで電話で  
していた予約の本の連絡を  
メールにしたら？



家の電話も止めたし、畑や  
田んぼに出とることも多い  
けえ、そうしょうかー。  
わしでも、できるかのう？

やり方をわかりやすく書いた  
説明書が図書館にあるよ。  
心配なら、一緒にカウンターで  
設定するけえね。



それなら安心じゃ。  
わしらあは目も見えにくいし、  
細かいことは苦手じゃけえ。  
みよちゃん、たのむでー。

はい！まかして。  
ぼちぼちしょうね。



## 挑戦！脳トレクイズ

右の表の漢字を全部使  
って、三文字の地名を  
3つ当ててください。  
ヒントは、すべて県庁  
所在地！答えは、市内  
図書館まで。

児	宮	歌
宇	山	都
島	和	鹿



### 開館時間

中央館 午前10時～午後8時  
分館 午前9時30分～午後6時  
(昼12時～午後1時は休館)  
休館日 月曜日



### 三次市立図書館

Miyoshi City Library

発行:2024年9月(通巻2号)

〒728-0013 三次市十日市東三丁目14番1号

指定管理者:(株)暮らしサポートみよし

### 三次市立図書館

電話:(0824)62-2639

FAX:(0824)63-2861

三次市立君田図書館

電話:(0824)53-7050

三次市立布野図書館

電話:(0824)54-2288

三次市立作木図書館

電話:(0824)55-2610

三次市立吉舎図書館

電話:(0824)43-4513

三次市立三良坂図書館

電話:(0824)44-4506

三次市立三和図書館

電話:(0824)52-3739

三次市立甲奴図書館

電話:(0847)67-3532