



音読用セットの本がご利用できます!

鳥取県立図書館には、音読教室に使っていただけるよう市町村立図書館をとおして借りていただける本のセットがあります。セットの内容は、昔話、短編小説、詩の本などです。1セットに同じ本が20冊入っていて、全部で39セットあります。

県立図書館の音読教室で人気のある本をいくつか紹介します。

『みえる詩あそび詩きこえる詩』 はせみつこ / 編 飯野和好 / 絵 富山房



楽しい詩がたくさん収録されています。参加者からも、もっと読んでみたいと言われます。このシリーズには、他にも「しゃべる詩あそび詩きこえる詩」おどる詩あそび詩きこえる詩」があります。

『ふるさとの民話 第4集 鳥取県東部編』 酒井董美 / 著 ハーベスト出版



昔話はとてもなつかしがられます。特に鳥取の昔話なら知っている話もあり、読んだ後に、参加者からの「昔はあだった、こうだった」という話で場がにぎわいます。中部編、西部編もあります。

『ふしぎなたいこ』 石井桃子 / 文 清水崑 / 絵 岩波書店



この絵本は、県立図書館で初めて音読教室を行ったときに読んだ本で、参加者のみなさんに大変好評です。市町村立図書館の音読教室でも大人気です。昔話のおもしろさは老若男女どなたにも伝わります。字が大きく見やすいのも人気の理由の一つです。

『ことばあそびうた』 谷川俊太郎 / 詩 瀬川康男 / 絵 福音館書店



音読セットには入っていませんが、貸出できる本が23冊あります。ひらがなだけで書かれているため、かえって読むのが難しいのですが、リズムがよくおもしろいので、参加者の笑いがたえません。続編の「ことばあそびうた また」も人気です。

音読用セットの本の貸出については、お近くの市町村立図書館にご相談ください。また、お困りの際はお気軽に県立図書館、市町村立図書館にお問い合わせください。

鳥取県立図書館

〒680-0017 鳥取市尚徳町101
TEL:0857-26-8155 FAX:0857-22-2996
Mail:toshokan@pref.tottori.jp

ホームページ: <http://www.library.pref.tottori.jp/>



ツイッター、フェイスブックもご利用ください

図書館を
使って

音読で

いきいき健康長寿!

鳥取県立図書館では「あたマイキイキ音読教室」を開催しています。
音読教室とは参加者のみなさんと図書館にある絵本や詩の本などを声に出して読んだり、わらべ歌や童謡を歌ったりする会です。

今では市町村立図書館にも広がり、公民館や高齢者施設でも行われるようになってきました。

ここでは音読教室の様子をご紹介しますので、ぜひ参考にしていただき、みなさんの地域や職場でも始められてはいかがでしょうか。



認知症診断・予防の 第一人者、 浦上克哉先生も推薦!



日本に認知症の人は462万人、認知症予備群の人は400万人と厚生労働省から報告されています。国は国家戦略として認知症対策に取り組むとしております。認知症対策と同時にやらなければならないことが、認知症予備群対策です。認知症予備群は、専門用語で軽度認知障害(MCI)と言います。軽度認知障害は正常ではないが、まだ認知症ではないという状態で、認知症への予防が可能な状態です。お勧めの予防対策が、運動、知的活動、コミュニケーションの3つです。今、鳥取県では多くの市町村でこの3つの要素をとり入れたプログラムを行う認知症予防教室が行われています。

また、県内の図書館で「音読教室」が行われています。本を読むということは知的活動であり、認知症予防に良いと思われま。さらに、ただ本を読むだけでなく、声に出して読む音読は視覚のみならず、聴覚その他の感覚も使い、さらに運動にもなります。また、ひとり

りですのではなく多くの人が集まって行くと、そこにコミュニケーションが生まれます。いろいろな方々とおしゃべりができます。音読には先ほど述べた認知症予防に良い3つの要素が備わっているわけです。

鳥取県立図書館を中心に鳥取県内の各図書館で広く行われている「音読教室」に参加してみたいでしょうか? また、地域や施設などで音読教室を始めてみられませんか? 認知症予防をしたい方にお勧めいたします。

鳥取大学医学部保健学科生体制御学講座 教授・日本認知症予防学会 理事長 浦上 克哉

