

平成 30 年度・令和元年度

静岡県図書館協会調査研究委員会報告書

図書館における高齢者サービスを考える

令和 2 年 3 月

静岡県図書館協会 調査研究委員会

目 次

はじめに	1
調査編 静岡県内の状況は	2
1. 県内図書館の高齢者サービスの現状	
2. 県内図書館利用者の利用状況と要望	
3. 県内図書館職員の高齢者サービスについての意識調査	
4. 調査結果のまとめと今後に向けて	
別紙資料	
実践編 やってみました健康講座	36
1. 講座を実施した理由	
2. 講座の実施方法	
3. 講座当日	
4. 講座終了後	
5. 講師からのコメント	
6. 考察・まとめ	
別紙資料	
参考資料	52
・平成 30 年度・令和元年度 調査研究委員	
・平成 30 年度・令和元年度 調査研究委員会活動記録	

はじめに

静岡県図書館協会では、それまで設置していた資料専門委員会に代わり、平成30年度からは、県内図書館の多くが抱える課題について調査研究し、読書活動並びに各図書館事業の発展を図ることを目的として、調査研究委員会を置くこととなった。

平成29年11月に静岡県図書館協会加盟館を対象に実施したアンケート結果をもとに平成29年度静岡県図書館協会第3回理事会で協議した結果、平成30・令和元年度調査研究委員会では、「高齢者サービス」について調査研究することになった。

1年目は、各委員が「高齢者サービスについての現状と課題」を持ち寄り、調査したい内容を検討することから始めた。静岡県内の公共図書館での高齢者サービスの現状を調査することとし、「県内公共図書館の状況」、「県内公共図書館職員の意識」「利用者（高齢者）の利用状況と要望」について、3つのアンケートを実施した。

2年目はアンケート結果を踏まえて、図書館へ来られない人へのサービスについての詳細調査を行い、利用者の図書館に希望するサービスとして最も要望が多かった「講座の開催」を富士宮市立図書館及び富士宮市健康増進課の協力を得て実践した。本報告書では、3つのアンケート結果と考察、そして実践事例を報告する。

超高齢社会に突入し、高齢者人口がますます増えていく中で、県内公共図書館が、図書館に求められていること、図書館がどのようなサービスをしていけばよいかを考えると、本報告の県内公共図書館の高齢者向けサービスの現状や実践事例を役立てていただけることを願う。

調査編
静岡県内の状況は

1. 県内図書館の高齢者サービスの現状

(1) 調査方法

静岡県内の現状を把握するために、県内公共図書館に対してアンケートを行った。調査方法は、調査用紙をおうだんくんポータルで送信し、回答を回収した。総回答数は83館であった。なお、国連の世界保健機構（WHO）では65歳以上の人を高齢者と定義しているが、本調査では各市町の図書館システムにおける統計処理の都合上、60歳以上を高齢者とした。

【質問内容】

1. 平成29年度の全貸出者数における高齢者（60歳以上）の割合
2. 高齢者向けの資料収集
3. 高齢者向けコーナーの設置
4. 高齢者向けのブックリスト作成
5. 館外サービス
6. 高齢者のために活動しているボランティア団体
7. 高齢者の図書館ボランティアの参加
8. 図書館主催の高齢者向けの事業の実施状況
9. 講演会の講師選定方法
10. 図書館にある高齢者向けの設備
11. 図書館への来館手段がない高齢者のための対策
12. 対応に苦慮している事例
13. 自治体での高齢社会対策の計画の有無
14. 他部署や関係機関との連携
15. 広報
16. 職員のスキル向上

以下にアンケート結果を記載する。

(2) 高齢者サービスに関する図書館アンケート結果（総回答数83館）

※複数の回答があったもののみ回答項目の後ろに回答館数を表記する。

※「その他」の内容には記述のあったものを記載する。

- 1 平成29年度の全貸出者数における高齢者（60歳以上）の割合はどのくらいですか。

～10%	～20%	～30%	～40%	～50%	51%～	無回答
1	2	21	43	11	0	5

- 2 高齢者向けの資料を収集していますか。している場合は、具体的な内容を記入してください。

はい	いいえ	無回答
72	9	2

○ 収集している資料（複数回答あり）

大活字本	デイジー	朗読CD	その他
74	5	37	12

「その他」の内容

- ・紙芝居（高齢者向け）（6）
- ・電子書籍（3）
- ・落語CD
- ・DVD
- ・長生き（健康・医療）・終活・相続関連本
- ・「敬老の日読書のすすめ」リストにある本

3 高齢者向けコーナーを常設していますか。している場合は、具体的な内容を記入してください。

はい	いいえ	無回答
15	68	0

○ コーナーの名前

- ・大活字本コーナー（8）
- ・紙芝居コーナー
- ・いきいき
- ・いきいき健康コーナー
- ・いきいきシニアコーナー
- ・セカンドライフ支援コーナー
- ・元気が出る本

○ 本の内容（複数回答あり）

医療・健康	年金	介護	その他
5	4	4	14

「その他」の内容

- ・大活字本（5）
- ・紙芝居
- ・音読
- ・趣味、社会参加
- ・趣味・生き方・人生訓
- ・文学、小説
- ・「敬老の日読書のすすめ」リストにある本や、内容が似た本

○ 場所

一般書コーナー	児童書コーナー	入り口付近	カウンター付近	その他	無回答
5	0	3	2	4	1

「その他」の詳細

- ・参考室内
- ・カウンター付近の特集コーナー
- ・文庫、新書版コーナーの一角と児童コーナー（紙芝居）の一角
- ・他の利用者の目に気にならない場所にコーナーを設置

4 高齢者向けのブックリストを作っていますか。

はい	いいえ	無回答
1	82	0

5 次の高齢者向けの館外サービスを行っていますか。それぞれのサービスを実施するうえで、課題があればご記入ください。

(1) Web が使えない利用者のための電話による予約受付

はい	いいえ	無回答
30	44	9

【課題】

- ・耳の遠い方とのコミュニケーションが難しいことがある。
- ・数が少ないため、課題がなく大変喜ばれている。

(2) 高齢者施設向けの団体貸出

はい	いいえ	無回答
30	28	25

(2) - 1 高齢者施設向けの団体貸出を実施している館の状況

登録利用団体数

0	～5	～10	～15	～20	～25	～30	30以上	特定不能	無回答
1	16	4	3	1	0	1	1	1	2

① 貸出冊数と貸出期間について

ア. 貸出冊数

10冊以下	～20冊	～30冊	～40冊	～50冊	～100冊	～150冊	～200冊	～300冊	無回答
1	2	1	1	2	13	1	3	4	2

イ. 貸出期間

2週間	1か月	2か月	3か月	無回答
1	8	12	7	2

② 資料の受け渡し方法はどのようにしていますか？（複数回答あり）

施設の方が来館	図書館が持参	その他	無回答
20	8	1	2

○ 図書館が持参する場合の搬送手段

- ・自動車文庫(2)
- ・図書館職員による宅配
- ・公用車で運ぶ
- ・軽貨物車

○ その他

- ・移動図書館車
- ＊配本型と来館型の両方の館もある。

③ 資料の選書方法

- ・施設の方が選書する（9）
- ・配本型は職員の選書で4種類のパックを作成
- ・利用団体のリクエスト
- ・図書館員の選書

④ 利用団体の感想等

- ・紙芝居の需要が高い。
- ・楽しみにしている人が多い。
- ・高齢者施設の団体貸出と他の団体貸出との差別化は図っていない。

【課題】

- ・利用団体が非常に少ない。
- ・以前は貸出があったが現在は利用がない。
- ・広報不足
- ・利用者側の担当者が代わり、つながりがなくなってしまう。
- ・施設職員の方がなかなか来館できない。
- ・ブックカバーを取ってしまったたり、部屋に本を持って行ってしまいこんでしまう。
- ・大活字本や高齢者向け紙芝居の出版点数が少ない。

(3) 高齢者施設への移動図書館巡回

はい	いいえ	無回答
12	44	27

【課題】

- ・スケジュールの関係で限られた施設にしか行けていない。
- ・借りる人が少ない。読む人が固定化している。

(4) 高齢者施設への出張サービス（実施している場合は、サービスの詳細を選択してください）

はい	いいえ	無回答
12	44	27

○高齢者施設への出張サービスの詳細

読み聞かせ	紙芝居	その他
11	8	3

「その他」の詳細

- ・図書館ボランティアが高齢者施設に出張することがある（人形劇など）
- ・わらべうた、手遊び歌など
- ・団体貸出（あらかじめ図書館側で選んだ本のまとめた貸出）
- ・楽器の演奏

【課題】

- ・訪問先の施設に応じて、音読などサービスの拡充を考えているが、そのための資料を用意するのが容易でない。
- ・訪問の時間をなかなか取れないため、数か月に1度の訪問となっている。
- ・平成29年度に職員による出張読み聞かせを行ったが、依頼希望も多いため、職員だけでは対応しきれない。今後ボランティアの育成を考えていく。
- ・紙芝居上演サービスは、ボランティア団体が行っている。
- ・借りる人が少ない。読む人が固定化している。

○ボランティアによる出張サービスを行っている館の様子
(令和元年度現在1館)

毎月1回、特別養護老人ホームをボランティア2人で訪問し、本の朗読や絵本・紙芝居の読み聞かせを実施している。実施時間は1時間。ボランティア2人が各自の交通手段により施設を訪問し、サービス実施後、施設側と翌月の日程を決める。

出張サービスは個人3人で実施していて、うち2人が主に活動し、急な場合に備えて1人が補助的な位置づけとなっている。ボランティアの育成は特に行っていない。

(5) 個人の宅配サービス

はい	いいえ	無回答
4	49	30

○年間利用件数

1～50	51～100	101～300	301～
2	1	0	1

○費用負担

図書館	利用者	その他
3	0	1

「図書館」

- ・ 地区配本や学校、こども園等の配本時に図書館の車で配達する。

「その他」

- ・ 役場の連絡便で、支所窓口へ配本

○申込方法

- ・ 電話・FAX・メールで希望資料を受付し、日時等を調整し、宅配する。

○担当職員の数

- ・ 担当職員数は1～2人
- ・ 特に担当を決めていない。

○利用条件

- ・ 障害者手帳を交付されている、もしくは要介護2程度以上の者で、図書館に来館するのが困難な者。館長が特に必要と認めた者。但し、施設に入所している者を除く。
- ・ 本人も家族も借りに来られない方や地区の配本所にも来られない。
- ・ 身体障害者手帳、または療育手帳をお持ちの方で、来館が困難な方。

○利用者からの声

- ・ 特に伺ったことはないが、貸出し期間が1か月以内となっているので、ゆっくりできるようだ。
- ・ 宅配があつてよかった。
- ・ 読みたい本を届けてもらつて助かる。
- ・ 特に車で来られない高齢者には助かっている様である。

(6) その他

- ・高齢者が集う会場へ出張し、読み聞かせ等を実施している。(4)
- ・町内4箇所に戻却ポストを設置。(内1箇所に貸出資料配達。)
- ・「なつかしの市政映画」上映会「シニアのための音読教室」

【課題】

- ・上記施設の内、貸出資料の受取窓口がある施設が1箇所のみ。

6 高齢者のために活動しているボランティア団体はありますか。ある場合は、具体的な内容をご記入ください。

ある	ない	無回答
14	66	3

○活動内容

- ・高齢者施設や老人会などでの読み聞かせや紙芝居など。(11)
- ・多忙な施設職員に代わって貸出、返却に来館。
- ・朗読資料の作成。
- ・劇や楽器の演奏。

7 高齢者の図書館ボランティア活動の参加についてお聞きします。ある場合は、活動内容を記入してください。

(1) 高齢者のボランティア参加・イベントの実施がありますか。

ある	ない	無回答
39	40	4

○ 活動内容 (複数回答あり)

- ・おはなし会などで読み聞かせや紙芝居、合唱など (29)
- ・書架整理・配架 (13)
- ・図書の修理・装備 (6)
- ・学校、幼稚園等で読み聞かせ等を実施。(3)
- ・ブックスタート (3)
- ・福祉 (音訳CD作成など) (2)
- ・イベントの手伝い、イベント使用の装飾品等の作成等軽作業
- ・セカンドブック事業
- ・子どもへの読み聞かせボランティア養成講座を実施 (参加は高齢者に限らない)
- ・朗読会
- ・新聞綴り

- ・蔵書点検
- ・環境保全
- ・移動図書館業務補助
- ・昼食時間の図書館の貸出と返却
- ・図書館カウンターボランティア

特記「高齢者限定ではないが、高齢者が多い」

- ・年齢制限のない読み聞かせサポーターとして活動。
- ・特に高齢者を対象としているわけではないが、実質高齢者が多い。
- ・児童関係のボランティア団体（読み聞かせ）の一部に高齢者（60歳以上）の方も参加している。
- ・「高齢者ボランティア」としての募集はしていません。
- ・両者とも活動者は高齢者に限定されないが、60歳以上のメンバーが半数以上を占める。

(2) 今後、ボランティア活動について実施検討をしていますか。している場合は、予定している活動内容を記入してください。

はい	いいえ	無回答
12	47	24

○ 予定している活動内容

- ・読み聞かせや紙芝居の上演（3）
- ・現在の活動を継続的に行っていく予定。（2）
- ・おはなし会やお楽しみ会（2）
- ・高齢者のボランティアを含む、市内の図書ボランティアを対象とした、本に関する講演やボランティア同士の交流会等を予定。（2）
- ・返却本の排架、図書の補修作業
- ・館内の美化
- ・ブックスタート開催補助

8 図書館主催で以下の高齢者向けの事業を実施していますか。実施している場合は、事業の種類を選択し、事業名を記入してください。

はい	いいえ	無回答
27	55	1

○ 事業内容（複数回答あり）

事業の種類	事業名
読み聞かせ・朗読会 (13)	<ul style="list-style-type: none"> ・朗読と音楽の調べ「宮澤賢治の世界」 ・高齢者のための読み聞かせ事業 ・「大人のための朗読会」※「高齢者向け」ではなく「大人向け」として ・大人のためのお話し会 ・大人が楽しめる音読会 ・事業名なし（8）
講演会（4）	<ul style="list-style-type: none"> ・植松三十里氏講演会「歴史小説家の裏話」 ・「いきいき健康講座」 ・「脳トレ講座」 ・事業名なし
相談会（年金・介護等）（3）	<ul style="list-style-type: none"> ・終活講座（2） ・老後に備えるお金講座
映画上映会（6）	<ul style="list-style-type: none"> ・図書館映画劇場 ・南部木曜シネマ ・アニメ劇場※「高齢者向け」ではなく「大人向け」として ・敬老映画会 ・事業名なし（2）
読書会（0）	
生涯学習教室（3）	<ul style="list-style-type: none"> ・「大人の折り紙教室」 ・語学教室・コンピュータ教室等 ・事業名なし
その他（7）	<ul style="list-style-type: none"> ・古文書入門講座、富士文庫特別コレクションを知る講座 ・データベースの講習会 ・古文書講座、歴史地理講座 ・シナプソロジー講座 ・野菜作りのコツと裏技 ・音読教室 ・工作講座

9 講演会の実施時、講師をどのような方法で選定していますか。

● 地域関係者から選定

- ・地域の方に依頼。（4）
- ・地域で活動している行政書士に依頼（3）
- ・「脳トレ講座」は市（長寿介護課）の出前講座を依頼。（講師は長寿介護

課職員)

- ・出張お話会の実施先の施設職員に話をもちかけた。
- ・教員等に依頼。
- ・市に関係のある人。
- 内容・テーマにより選定
 - ・高齢者の利用が多い分野（歴史小説）の作家を選んだ。
 - ・テーマや時期に合った講師を職員で選定している。
 - ・実績、著作の有無、テーマにあっているかを調べて、ネット等で依頼している。
 - ・講座の目的に合わせて選定。毎年開催している地元学の講座については、地域の方に相談しながら選定している。
 - ・講座の内容による（郷土なら郷土に詳しい地域の方など）。
- リクエスト・希望により選定
 - ・市内図書ボランティアからのリクエストや、図書館職員での話し合いの上、選定している。(2)
 - ・当館所蔵資料について見識がある方。講座参加者の希望。
- 実際に確認して選定
 - ・図書館職員が実際に聞いて、良いと思った方をお願いしたりしている。
 - ・気になる講師の講座に参加、内容が良ければ連絡を取り願います。
- 実績により選定
 - ・講座等で講師の実績があるか等により選定
 - ・過去の実績。県立図書館、近隣他館からの情報。
- その他
 - ・予算内で受けてくださる方、子どもへのお話もできる方（親子で参加できる内容）
 - ・データベースの講習会のため、データベースの会社に依頼(その際対象が高齢者になることを連絡)
 - ・野菜作りのDVDを購入していると出版元へ依頼すれば無料で講師を派遣してくれる。(H29年度に実施したが、参加者が少なかったため事業の見直しを検討中)
 - ・インターネット、広報誌や情報誌、チラシ・ポスター、職員からの情報、過去の受講経験、県総合教育センターや市生涯学習課など公的機関に相談するなどから選定している。
 - ・特に高齢者向けで選定していない。

10 図書館にある高齢者向けの設備は、何がありますか。

車椅子	拡大鏡・老眼鏡	拡大読書機	多目的トイレ	エレベーター	磁気誘導ループ	専用スペース	その他
66	79	35	67	42	2	0	9

その他の内容

- ・杖ホルダー（４）
- ・手すり
- ・車いす用玄関スロープ
- ・紙めくりクリーム
- ・キャスト付きかご
- ・本専用読み上げ機
- ・視聴コーナー
- ・グラウンドゴルフ場

11 図書館への来館手段がない高齢者のために対策（例：シャトルバスの運行）をとっていますか。また、今後、高齢化が進むと自身の足で図書館に来るのが難しい人が増えることが予測されますが、対策として考えていることはありますか。

現在実施している対策	今後の対策
<ul style="list-style-type: none"> ・移動図書館（３） ・宅配 ・電子図書館 	<ul style="list-style-type: none"> ・宅配、郵送サービス（２） ・移動図書館のステーション拡大 ・地区センター図書室の充実 ・高齢者施設への出張サービス（おはなし会など） ・特に考えていない

- ・特に必要がない（５）
（理由：駅至近、移動図書館が巡回している、町内巡回バスがある）

12 対応に苦慮している事例がありますか。ある場合は、具体的な内容と対処方法を教えてください。

はい	いいえ	無回答
30	52	1

○内容と対処方法（主な回答）

- ・館内利用マナーやルールを守らない。→ 根気よく、ルールを説明する。
- ・大声でしゃべる、歌を歌う → 注意する。
- ・本の汚損、破損、紛失 → 程度により弁償依頼、声掛け
- ・弁償に応じない。 → 粘り強く説明する。
- ・カウンターでの長話
- ・他の利用者と揉める。女性の利用者に声をかける。
→ 男性職員による見回り、声かけをする。
- ・職員に言い寄る、不必要な声掛け → 対応する職員を交替
- ・注意をする職員に威嚇するような態度をとる。
→ その都度正規職員が対応。複数の職員で対応し、必要に応じて応援

を呼ぶ。

- ・過度な要望、個人的要素が高い要望を主張する。
- ・図書館に対しての些細な要望を多数投書する。
→ その都度対処する。
- ・失禁する。トイレを汚す。不衛生な行為。
→ その都度対処するしかない。
- ・障害を持ったお客様であるため、市役所支所の協力、障害者関係部署及び場合によっては派出所の警察官と協力し対策している。
- ・認知症が原因とみられる資料の破損行為やおもらし等の椅子等の汚損、徘徊。→職員が気を付けて見回りをし、状況に応じて家族等に連絡し対応を取ってもらう。
- ・認知症の疑いがある方が、毎日来館しては、排架された図書をあちこちに入れ替え、貸出の手続きをせずに図書を持出する。
→ 市の福祉担当課と相談して、ケアマネージャー、福祉担当課職員同席のもと、ご家族の方と対応を話し合った。

- 13 自治体で高齢社会対策の計画はありますか。またその中に図書館の計画はありますか。

ある	ない	無回答
61	16	6

○図書館の高齢者対策の計画

ある	ない
2	81

- 14 他の部署や関係機関と連携している高齢者サービスがあれば具体的にご記入ください。

ある	ない	無回答
5	75	3

○具体的な内容

- ・同じ建物内にある地域福祉共生センター及び社会福祉協議会が健康フェスタ&ふくしフェスタを同日に実施するので、図書館も関連本を展示。
- ・職員が「認知症サポーター講座」を受講し、玄関に「認知症の人にもやさしい場所」をサイン掲示している。
- ・健康マイレージスタンプを図書館でも押せる。
- ・健康づくり課保健師、栄養士による図書館での出張健康・栄養相談

- ・展示スペースの利用
- ・認知症カフェを図書館を会場に開催予定

15 高齢者サービスのPRを行っていますか。PRしている場合は具体的な方法を選択してください。

はい	いいえ	無回答
9	72	2

○ 具体的な方法（複数回答あり）

チラシ	ホームページ	高齢者専用 ホームページ	自治体広報	その他
5	5	0	2	2

「その他」の内容

- ・来館時における大活字本の案内
- ・大活字版図書館だより

16 高齢者サービスに対する職員のスキル向上のために実施していることはありますか。

ある	ない	無回答
20	61	2

○ 具体的な内容

- ・認知症に関する研修の実施、受講（10）
- ・市が主催する研修等への参加。（2）
- ・一般的な内容ではあるが、職員研修を行い、高齢者に伝わりやすい説明の仕方や、高齢者の身体機能上の問題等について認識するよう努めている。
- ・UDサービス研修の中で高齢者の特性、対応方法等を学んでいる。
- ・高齢者及び障害者サービスに関しての研修
- ・高齢者向け読み聞かせ研修会の実施
- ・県立中央図書館主催の研修会等に参加
- ・認知症サポーター施設として認定されている。

17 高齢者サービスの先進的な事例について、情報があればご記入ください。

- ・川崎市立宮前図書館（福祉施設でのおはなし会、認知症特設コーナーの設置等）
- ・（どこかの自治体の）博物館等で回想法に基づいて昔懐かしい生活用具の貸し出しをしている、と聞いたことがある。
- ・図書館のカウンターボランティアとして活動していただく。

- 18 高齢者サービスの今後についてなど、ご意見があればご記入ください。
- ・認知症により、図書館に来たものの帰れなくなったり、図書館の本を汚破損させながらその自覚症状がない方への対応等が課題。(2)
 - ・認知症と思われる利用者がおひとりで来館された場合、どう対応していくか難しい。利用者の方の高齢者率の上昇に伴い、さまざまな高齢者サービスを、早急に考えていく必要がある。(2)
 - ・大人の工作教室(18歳以上対象)を年に3回実施している。高齢者の参加が多いため、認知症のためにも継続していきたい。
 - ・ボランティアによる朗読会
 - ・町内循環バスの利用等のPRが必要。
 - ・当館ではまだ充分とはいえないので、今後研究しながら少しずつできる事を増やしていきたい。
 - ・今後、必要となってくると思うが何をしたらいいのかはよく分からない。
 - ・今後は、利用者の高齢化が増々高まる傾向にあると思われませんが、一般サービスや障害者サービスとどのような線引きをするのか定義付けに困難を感じる。

(3) 考察

- ・高齢者向け資料を収集していると答えた図書館は多かった。内容としては大活字本、朗読CDが多い。
- ・高齢者向けのコーナー設置や専門のブックリストを作成している図書館はほぼなかった。
- ・電話予約を実施していない館がやや多い。
- ・高齢者施設への移動図書館巡回などを実施している図書館は少ない。
- ・宅配サービスをしていると答えたのは4館
- ・高齢者の図書館ボランティア活動参加は、あるなしで半々程度。
- ・図書館主催で高齢者向け事業を実施している館は少なかった。
- ・対応に苦慮している事例はあるかという問いには、3割くらいの図書館で「ある」という回答があった。
- ・自治体で高齢化社会対策計画を作成しているところは多いが、図書館の計画がその中にあるところは少ない。
- ・他部署と連携し、高齢者サービスを行っている館は少ない。
- ・職員のスキル向上に向けての事業を実施している館はあるが少ない。

2. 県内図書館職員の高齢者サービスについての意識調査

(1) 調査方法

県内公共図書館職員の高齢者サービスについてどのように考えているかを調査するため、調査用紙をおうだんくんポータルを通じて配布し、県内公共図書館各館1人に回答を依頼した（70館回答）。

調査内容は、1. 高齢者サービスはどのようなサービスと考えているか、2. 高齢者サービスを実施する上で必要なこと、3. 『認知症にやさしい図書館』ガイドラインの認識、4. 高齢者サービスのガイドラインの必要性、5. 他部署との連携である。以下、それぞれの設問について調査結果を記載する。

(2) アンケート結果

問1 高齢者サービスとは、どのようなサービスと考えますか。

1 一般成人サービス	38人	53%
2 障害者サービス	4人	6%
3 児童サービス	15人	21%
4 あまり考えたことがない	9人	13%
5 その他	5人	7%

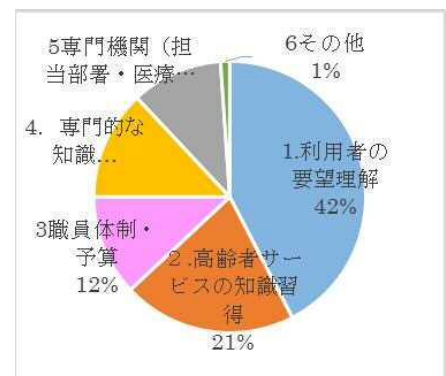
(各館ごとに集計・複数回答あり)



問2 事業等を実施する上で、何が一番必要だと考えますか。

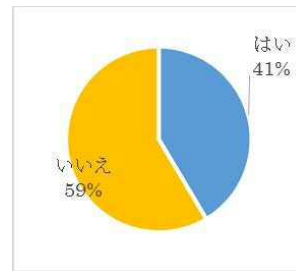
1 要望の理解	39人	42%
2 高齢者サービスの知識の習得	19人	21%
3 職員体制・予算	11人	12%
4 専門的な知識・迷惑行為への対応する知識	12人	13%
5 専門機関（担当部署・医療機関など）との連携	10人	11%
6 その他	1人	1%

(各館ごとに集計・複数回答あり)



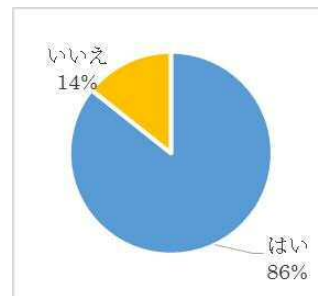
問3 『認知症にやさしい図書館ガイドライン』を知っていますか。

はい	29 人	41%
いいえ	41 人	59%



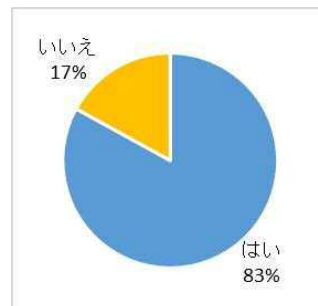
問4 高齢者サービスに基本となるガイドラインは必要と思いますか。

はい	60 人	86%
いいえ	10 人	14%



問5 高齢者サービスを行う上で、他の部署と連携した講座、講習を開催してほしいと思いますか。

はい	58 人	83%
いいえ	12 人	17%



(3) 考察

- ・高齢者サービスについては、一般成人サービスの延長と考える職員が多かった。
- ・高齢者サービスを実施するうえで必要なのは、利用者の要望理解と答える職員が最も多かった。
- ・『認知症にやさしいガイドライン』の認知度は40%程度だった。
- ・高齢者サービスについてのガイドラインの必要性を感じている職員は85%以上であった。
- ・高齢者サービスを行う上で、他の部署と連携した講座、講習を開催してほしいと思う職員は80%以上であった。

3. 県内図書館利用者の利用状況と要望

(1) 調査方法

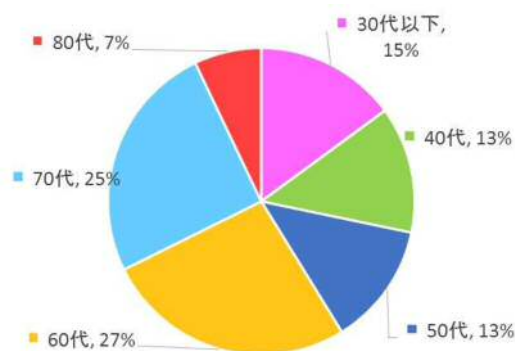
利用者の利用状況と要望の把握するため、調査研究委員会委員が所属する図書館5館（伊東市立図書館、富士市立中央図書館、富士宮市立中央図書館、裾野市立鈴木図書館、静岡市立西奈図書館）で、利用者アンケートを実施した。期間は平成30年11月の任意の2週間とした。日程は各館の任意としたが、実施日数は14日間とした。

調査内容は、1.年代、2.利用目的、3.利用する資料と分野、4.図書館の資料の検索や予約についてパソコンやスマートフォンを利用しているか、5.図書館に希望する資料、サービス、分野である。以下にアンケート結果を記載する。60代以上と60代未満に分けて集計した。

(2) アンケート結果

問1 年代

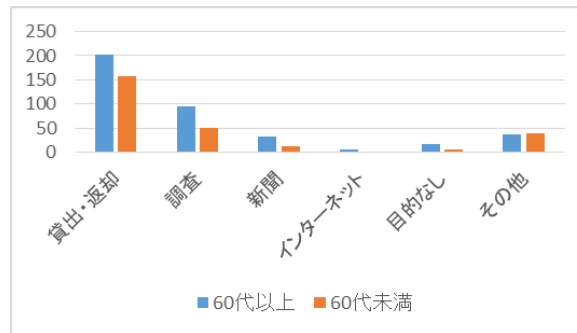
	人数	%
30代以下	69	15%
40代	64	13%
50代	62	13%
60代	127	27%
70代	121	25%
80代	34	7%
計	477	100%



・回答者数の6割を60代以上が占めるが、80代になると激減している。

問2. 図書館を利用する目的は何ですか。(複数回答あり)

年代	貸出・返却	調査	新聞	インターネット	目的なし	その他
60代以上	202	96	32	6	17	38
60代未満	158	50	12	3	6	39
総計	360	146	44	9	23	77



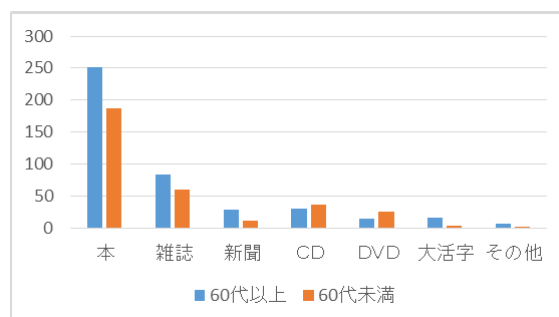
【その他の意見】

- 30代以下 勉強
- 40代 自分の勉強、子どもの本を借りる、読み聞かせ用絵本を借りる、選ぶ
- 50代 ボランティア、講座受講、勉強
- 60代 ボランティア、講座受講
- 70代 ボランティア、楽しみのため、趣味
- 80代以上 読書、講座

- ・ 60代以上、60代未満ともに資料の貸出・返却が一番多く、次に調査が多かった。
- ・ その次に多いのは、60代以上では講座受講やボランティア、60代未満では勉強、子どもの本に係ることが多かった。

問3 (1) どのような資料をよく利用しますか。(複数回答あり)

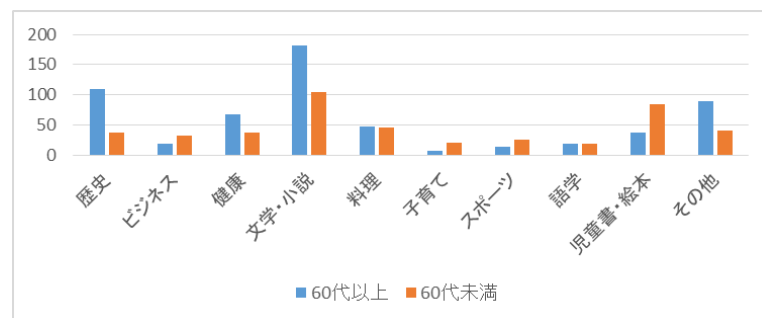
年代	本	雑誌	新聞	CD	DVD	大活字	その他
60代以上	252	83	28	30	14	16	7
60代未満	187	60	11	36	26	3	1
総計	439	143	39	66	40	19	8



- ・ 60代以上、60代未満ともに本、雑誌、CDの順であった。
- ・ 60代以上では60代未満に比べて新聞、大活字の利用が多い。

(2) どのような分野の資料をよく利用しますか。(複数回答あり)

年代	歴史	ビジネス	健康	文学小説	料理	子育て	スポーツ	語学	児童書 絵本	その他
60代以上	110	18	67	182	47	7	14	18	37	89
60代未満	38	32	38	105	45	21	25	19	84	40
総計	148	50	105	287	92	28	39	37	121	129



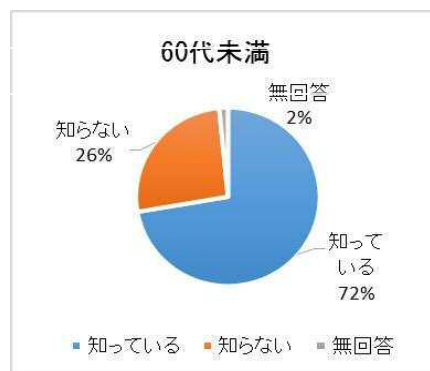
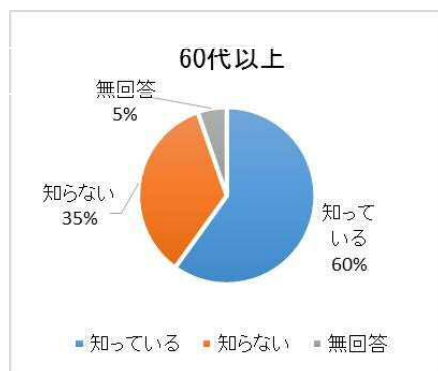
【その他の意見】

- 30代以下 アニメ・マンガ、心理・哲学、絵画、手芸
- 40代 旅ガイド、法律・経済、音楽、マナー、茶道、動物
- 50代 旅行、園芸、手芸、絵画、雑誌
- 60代 園芸、旅行、書道、洋裁、絵画、エッセイ、自然科学
- 70代 園芸、旅、折紙、手芸、書道
- 80代以上 古典芸能

- ・60代以上、60代未満ともに文学・小説が一番多かった。60代以上は歴史の次にその他が多く、その他の内訳は園芸や旅行、手芸、絵画、書道等趣味や余暇活用に関連する資料の利用が多く、次いで健康の順であった。
- ・60代未満は、児童書に次いで、その他(アニメ・マンガ、旅、心理・哲学)、歴史、ビジネス、健康とあまり大きな偏りがない。

問4 (1) パソコンやスマートフォンで図書館のホームページから本などの検索や予約ができますが、このサービスについて知っていますか。

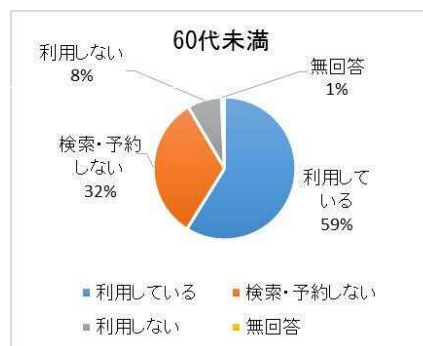
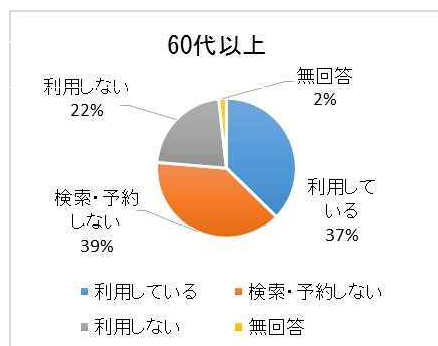
年代	60代以上		60代未満		全体	
知っている	169人	60%	141人	72%	310人	65%
知らない	98人	35%	51人	26%	149人	31%
無回答	15人	5%	3人	2%	18人	4%
総計	282人		195人		477人	



(2) (1) で知っているとお答えされた方にお伺いします。

パソコンやスマートフォンで図書館のホームページから本などの検索や予約サービスを利用していますか。

	60代以上		60代未満		全体	
利用している	63人	37%	83人	59%	146人	47%
検索・予約しない	66人	39%	46人	32%	112人	36%
利用しない	37人	22%	11人	8%	48人	16%
無回答	3人	2%	1人	1%	4人	1%
総計	169人		141人		310人	



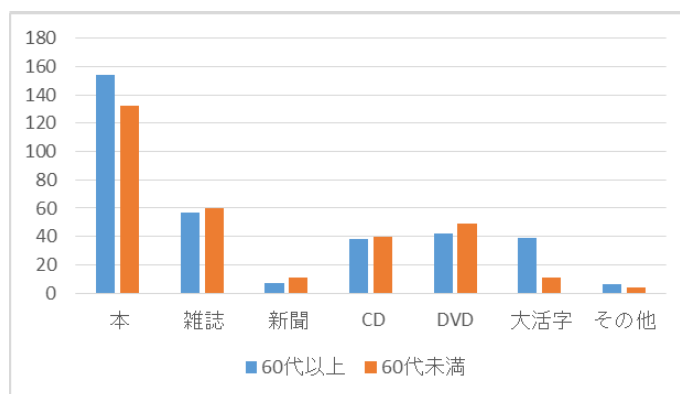
- ・ 図書館のホームページから、検索や予約ができることを知っている人は60代以上で60%、60代未満では72%であった。「知っている」が、「検索・予約しない」と「利用しない」を合わせると60代以上では60%、60代未満では40%であった。

問5 図書館でどのような分野の資料、サービス、施設が充実していれば、もっと利用したいと思いますか。(複数回答あり)

(1) 資料について

【種類】

年代	本	雑誌	新聞	CD	DVD	大活字	その他
60代以上	154	57	7	38	42	39	6
60代未満	132	60	11	40	49	11	4
総計	286	117	18	78	91	50	10



【その他の意見】

40代 美術

50代 洋書

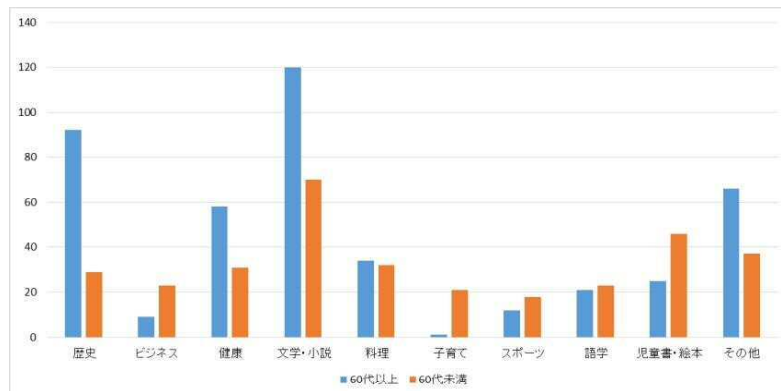
60代 趣味の本全般、古文書の原文と読解文、地域資料のデジタル資料

70代 絵画 古文書

- ・60代以上、60代未満ともに図書、雑誌の順で、CD、DVDも希望があるが、60代以上では大活字が多かった。

【分野】

年代	歴史	ビジネス	健康	文学・小説	料理	子育て	スポーツ	語学	児童書 絵本	その他
60代以上	92	9	58	120	34	1	12	21	25	66
60代未満	29	23	31	70	32	21	18	23	46	37
総計	121	32	89	190	66	22	30	44	71	103



【その他の意見】

30 代以下 アニメ・マンガ、バレエ雑誌、技術系の専門書、生活・お金、ブライダル

40 代 旅行ガイド、園芸・絵画、情報、IT 系の雑誌、おしゃれ・服、落語

50 代 趣味、絵画、ペット、楽譜、占術

60 代 趣味、園芸、音楽、AI、プログラミング

70 代 園芸、絵画、少子高齢化対策、スマホや PC 等の最新版の充実

80 代以上 園芸

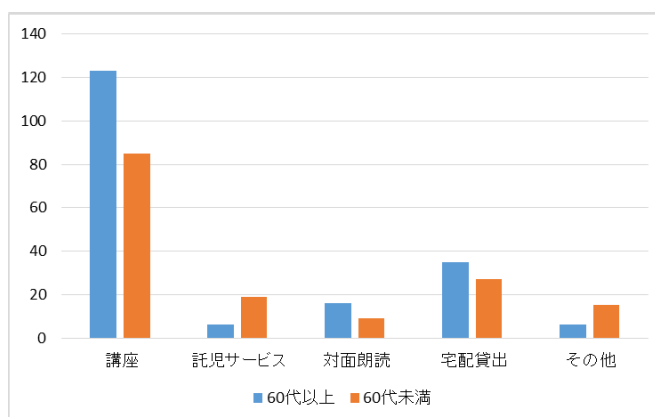
・ 60 代以上・60 代未満ともに、「文学・小説」が一番多かった。

次に多いのは 60 代以上では、「歴史」に次いで「その他」、「健康」である。

「その他」の内訳は趣味、園芸、音楽、絵画、AI、プログラミング等が挙げられている。

(2) サービスについて

年代	講座	託児サービス	対面朗読	宅配貸出	その他
60 代以上	123	6	16	35	6
60 代未満	85	19	9	27	15
総計	208	25	25	62	21



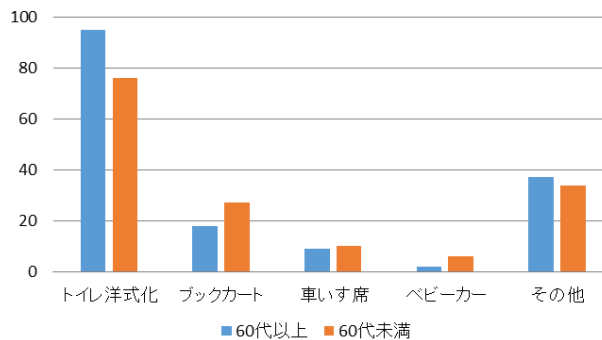
【その他の意見】

- 30 代以下 子育てに関する講座、バス、イベント、平日の学習室の時間を延ばしてほしい。
- 40 代 他館との相互貸借、託児があったらすごい、朗読講座
- 50 代 中学生、小学生の居場所（おしゃべりができる）、駐車場、趣味、開館時間の延長（2）
- 60 代 語りの会、お話し会、本の貸し出し冊数を増やしてほしい、情報提供、趣味
- 70 代 親切、文学講座を開いてほしい、ビジネスに関する講座

- ・ 60 代以上、60 代未満共に講座の希望が最も多かった。その次は、60 代以上では宅配貸出、対面朗読の順であった。
- ・ 60 代未満では宅配貸出、託児サービス、その他の順であった。その他の意見で多かったのは開館時間の延長、中学生や小学生の居場所を望む声があった。

(3) 施設・設備について

年代	トイレ洋式化	ブックカート	車いす席	ベビーカー	その他
60 代以上	95	18	9	2	37
60 代未満	76	27	10	6	34
総計	171	45	19	8	71



【その他の意見】

- 30 代以下 シャトルバスの運行、学習室の拡大、飲食スペース、大学図書館との連携
- 40 代 シャトルバスの運行、駐車場、飲食スペース、おむつ交換の場所、トイレをシャワートイレに、本を読むスペースをもっと快適に、読書通帳のデジタル化
- 50 代 シャトルバスの運行、喫茶スペース、夜間の講座

- 60代 シャトルバスの運行、駐車場の整備、貸出期間の選択、館内の照明が暗い
- 70代 シャトルバスの運行、駐車場、CD, DVD を視聴できるように、便座に温熱装置を
- 80代以上 シャトルバス運行

- ・60代以上、60代未満ともに、「トイレの洋式化」を望む声が多かった。次いで多かったのは「シャトルバスの運行」であったが、これはアンケートのその他の例に記載してあった影響もあると思われる。その他の意見としては学習室の拡大や、飲食スペース、駐車場の整備等が挙げられている。ブックカートの希望も多かった。
- ・「トイレの洋式化」や「シャトルバスの運行」「駐車場の整備」等簡単には対応できないことではあるが、飲食スペースやブックカートを置くこと等各館での工夫や物品の補充で対応できそうなこともある。

問6 その他

- 30代以下
- ・読書会など本を通して世代を問わずに人々が交流できるイベントがあると良い。
 - ・開館時間を平日10時までにしてほしい。仕事が遅いと行くことができない。
 - ・いろいろな特集の棚をいつも楽しみにしている。話題の本をネット検索。
 - ・予約で受け取り、特集の棚から出会う本を1～2冊借りていくのが子育ての中の楽しいひとときである。
- 40代
- ・夏休みの読書感想文の講座をやって欲しい。自由研究の講座はととてもよかった。
- 50代
- ・大人がもっとくつろげるスペースがあればいいかも。
 - ・利用時間が7時頃まで延長して頂けるのは、仕事を持つ身にはうれしい。
- 60代
- ・本館と移動図書館を利用している。移動図書館がとても便利である。
 - ・行政、公民館、まちづくりセンター等で開催する講座において、参考図書や資料を明らかにすることを希望

(3) 考察

- ・図書館を利用する目的は、どちらも貸出、返却が最も多いが、60代以上では調査や新聞の利用の割合も多くなる。
- ・60代以上は60代未満に比べて、新聞、大活字本をよく利用している。大活字資料の充実の希望が多い。
- ・よく利用する分野と充実を希望する分野はほぼ同じである。
- ・各図書館によって、ばらつきはあるが、よく利用するまたは希望する分野は文学、歴史、料理、健康等であった。「その他」の意見では60代以上では園芸、旅行、書道等の趣味や余暇活用に関連する資料が多かった。
- ・図書館で充実してほしいと希望するサービスは講座開催が多かった。また、講座の開催の際に参考図書や資料を明らかにしてほしいという要望もあった。
- ・講座の開催以外では、宅配貸出、対面朗読の順であった。
- ・施設の要望としては、トイレの洋式化を求める意見が多かった。各図書館の状況にもよるが、シャトルバス、駐車場の拡大などの交通アクセス面での希望があった。

4. 調査結果のまとめと今後に向けて

(1) 「県内図書館の高齢者サービスの現状」

大活字本コーナーを高齢者サービスと捉えている館とそうでない館があるなど、回答に差が生じた。回答する側の認識統一は難しかった。2の職員の意識調査の中でも、一般成人サービスの延長と考える人の割合が半数以上であったことから認識に差があることがわかる。

大活字本や朗読CDを収集している館は多かったが、高齢者向けコーナーの設置や、高齢者向け事業の実施、他部署との連携を実施している館は少なかった。大活字本と朗読CDを近くに配置するといった工夫も考えられる。また、出張サービスでは紙芝居が喜ばれるという声もあった。

来館が難しい利用者へのサービスとして、高齢者施設への団体貸出や宅配貸出を実施している図書館がある。団体貸出では、「自動車文庫や移動図書館車で運ぶ」「施設の方が借りにくる」などの方法をとっていた。利用団体が少ないという声もあったが、大変喜ばれているという意見もあった。また、宅配貸出を行っている館が4館あった。人、予算にも関係してくることはあるが、地域の特性によっては今後のサービスを考えていくうえで参考になるかと思われる。

ボランティアとの協力により高齢者施設への出張読み聞かせを行っている図書館も1館あった。児童サービスでは、読み聞かせボランティア団体も多く、活動が盛んであるが、今後高齢者向けにも活動の幅が広がっていく可能性も考えられる。

Webが使えない利用者のための電話による予約受付を行っていない館が44館と多かった。各館の事情もあるが、Webが使える人と使えない人で、利用できることの差を補うことは考慮していく余地があるかと思われる。

(2) 「県内図書館職員の高齢者サービスについての意識調査」

高齢者サービスを実施するうえで必要なのは、利用者の要望理解と答える職員が最も多かった。今回5館を対象に行った利用者対象のアンケート結果も参考にさせていただけるといい。各図書館によって、状況は違うところもあるので、必要があれば各図書館でアンケートを実施してもよいかもしれない。『認知症にやさしいガイドライン』を知っている職員は40%であったので、参考文献に載せておく。

(3) 「県内図書館利用者の利用状況と要望」

この調査では、来館できる高齢者の要望が把握できた。60代以上の利用目的では資料の貸出、返却が最も多いが、調査や新聞の利用も多い。また、希望する資料も図書が最も多く、分野は「文学・小説」、「歴史」、「その他」として、

園芸、絵画等の趣味の本の希望が多い。サービスへの要望は「講座の実施」が多かった。これを受けて、実践事例として、富士宮市立図書館で高齢者サービスの講座を行った。準備から実施までの報告は実践編で別途報告する。

今回のアンケートは来館できる人に限られ、来館できない人の声は集約できていない。来館できない人の声も集約する必要があるだろう。参考までに、平成30年度に行った第12回県政インターネットモニターアンケート「県立中央図書館のサービス等に関するアンケート」では、「(1)地元の市町立図書館を年1回以上利用している方の割合は約8割(80.1%)で、そこで利用したい資料としては、「文学・小説」(57.7%)、「健康」(36.3%)、「歴史」(33.5%)との回答が、望ましいサービスとしては、各種の「講座」(63.9%)との回答が多かった。」という結果であった。

(4) 今後に向けて

高齢者サービスについてのガイドラインの必要性を感じている職員は85%以上であったが、この調査研究委員会でガイドラインの作成まではできなかった。また、他の部署と連携した講座、講習を開催してほしいと思う職員は83%であった。今回、実践編として富士宮市立図書館で行った事例は、富士宮市健康増進課と連携して事業を行った。実践編の報告が参考になると思われる。

超高齢社会の公共図書館は、自分で来館できる人(アクティブシニア)にとっては生きがいづくり、居場所、知的好奇心を満たす場として求められている。また、来館できない人にも、必要としている人に図書館サービスが届けられるよう努めていく必要がある。

図書館サービスに求められるものは、時代とともに変化していく。図書館の予算も人も限りがあるので、全て実施することは難しいが、各図書館にあったサービスを取捨選択して、高齢化する利用者に対応していけたらよいと考える。利用者の高齢化は確実に進んでいくので、各図書館の状況に応じて、サービスを検討する際に、この報告書を活用していただきたい。

【参考】

『認知症にやさしい図書館ガイドライン』超高齢社会と図書館研究会(2017年10月)

【<http://www.slis.tsukuba.ac.jp/~donkai.saori.fw/a-lib/guide01.pdf>】

『平成30年度県政インターネットモニターアンケート結果概要』
県立中央図書館のサービス等に関するアンケート

【<http://www.pref.shizuoka.jp/kikaku/ki-110/e-monitor-30.html#dai12>】

高齢者サービスに関する図書館アンケート

高齢者サービスについてのアンケートです。該当する選択肢を**回答用紙に記入**してください。

- (1) 平成 29 年度の全貸出者数における高齢者 (60 歳以上) の割合はどのくらいですか。() %
- (2) 高齢者向けの資料を収集していますか。している場合は、具体的な内容を記入してください。
 1 はい → 以下の内容を記入 2 いいえ
 高齢者を対象として購入している資料を選択してください。
 ア 大活字本 イ デイジー ウ 朗読CD エ その他 ()
- (3) 高齢者向けコーナーを常設していますか。している場合は、具体的な内容について記入してください。
 1 している → 以下の内容を記入 2 していない
 ○ コーナーの名前 ()
 ○ 本の内容
 ア 医療・健康 イ 年金 ウ 介護 エ その他 ()
 ○ 場所
 ア 一般書コーナー イ 児童書コーナー ウ 入口付近 エ カウンター付近
 オ その他 ()
- (4) 高齢者向けのブックリストを作っていますか。高齢者向けのブックリストを作っている場合は、そのリストを添付してください。
 1 作っている → リストを添付 2 作っていない
- (5) 高齢者向けの館外サービスを行っていますか。それぞれしている場合は1、していない場合は2を記入してください。また、実施しているサービスの課題があればご記入ください。
 ア Web が使えない利用者のための電話による予約受付
 イ 高齢者施設向けの団体貸出
 ウ 高齢者施設への移動図書館巡回
 エ 高齢者施設への出張サービス (1 の場合は、サービスの詳細を選択してください)
 ア 読み聞かせ イ 紙芝居 ウ その他 ()
 オ 個人の宅配サービス (1 の場合は、次の項目を入力、選択してください)
 年間利用件数 () 件
 費用負担 ア 図書館 イ 利用者 ウ その他 ()
 方法 ()
 カ その他 ()

(6) 高齢者のために活動しているボランティア団体はありますか。ある場合は、具体的な内容をご記入ください。

- 1 ある → 具体的な活動内容を記入 2 ない
活動内容（ ）

(7) 高齢者の図書館ボランティア活動の参加についてお聞きします。

○ 高齢者のボランティア参加・イベントの実施が

- 1 ある → 具体的な活動内容を記入 2 ない
活動内容（ ）

○ 今後、高齢者のボランティア参加について実施の方向で検討を 1 している 2 していない
検討していると答えた場合は、予定している内容をご記入ください。

活動内容（ ）

(8) 図書館主催で以下の高齢者向けの事業を実施していますか。実施している場合は、その項目を選択し、続いて事業名を記入してください。

1 している → 実施している事業を選択し、事業名を記入 2 していない

ア 読み聞かせ・朗読会 イ 講演会 ウ 相談会 (年金・介護等) エ 映面上映会
オ 読書会 カ 生涯学習教室 (語学教室・コンピュータ教室等) キ その他 ()

(9) 講演会の実施時、講師をどのような方法で選定していますか。具体的な方法を記入してください。

(10) 高齢者向けの設備についてお聞きします。図書館にあるものをチェックしてください。

ア 車椅子 イ 拡大鏡・老眼鏡 ウ 拡大読書機器 エ 多目的トイレ オ エレベーター
カ 磁気誘導ループ キ 専用スペース ク その他 ()

(11) 図書館への来館手段がない高齢者のために対策 (例: シャトルバスの運行) をとっていますか。

また、今後、高齢化が進むと自身の足で図書館に来るのが難しい人が増えることが予測されますが、対策として考えていることはありますか。

(12) 迷惑な高齢の利用者が 1 いる → 具体的な迷惑行為、対処方法を記入 2 いない

(13) 自治体で高齢社会対策の計画はありますか。またその中に図書館の計画はありますか。

1 ある (その中に図書館の計画は ア ある イ ない) 2 ない
→ 両方ともある場合は、図書館の計画を添付してください。

(14) 他の部署や関係機関と連携している高齢者サービスがあれば具体的にご記入ください。

1 ある 具体的な内容 () 2 ない

(15) 高齢者向けサービスのPRを行っていますか。

- 1 はい→以下の内容を記入 2 いいえ

PRしている場合は、PRしている具体的な方法を選択してください。

- ア チラシ イ ホームページ ウ 高齢者向けの専用ホームページ エ 自治体広報
オ その他（ ）

(16) 高齢者サービスに対する職員のスキル向上のために実施していることはありますか。

- 1 ある → 具体的な内容（ ）
2 ない

(17) 高齢者サービスの先進的な事例について、情報があればご記入ください。

(18) 高齢者サービスの今後についてなど、ご意見があればご記入ください。

《図書館職員の高齢者サービスについて》

1. 高齢者サービスとは、どのようなサービスと考えますか。
 - 1 一般成人サービスの中に含まれるサービスと考える。
(理由:)
 - 2 障害者サービスの中に含まれるサービスと考える。
(理由:)
 - 3 児童サービスのように一つのサービス分野として考える。
(理由:)
 - 4 あまり考えたことがない。
 - 5 その他 ()

2. 高齢者サービスを一つのサービス分野として事業等を実施する (実施していない) 上で、何が一番必要と考えますか。
 - 1 高齢の利用者の要望の理解
 - 2 研修等による高齢者サービスの知識の習得
 - 3 職員体制・予算
 - 4 認知症などに対する専門的な知識・迷惑行為への対応する知識
 - 5 専門機関 (担当部署・医療機関など) との連携
 - 6 その他 ()

3. 高齢の利用者などに対しては、どのような対応をされていますか、またどのような対応をすべきと考えますか。
()

4. 『認知症にやさしい図書館ガイドライン』を知っていますか。
 - 1 はい 2 いいえ

5. 高齢者サービスに基本となるガイドラインは必要と思いますか。
 - 1 はい 2 いいえ

6. 高齢者サービスを行う上で、他の部署と連携した講座、講習を開催してほしいと思いますか。
 - 1 はい (理由:)
 - 2 いいえ

7. その他 ご意見がありましたら、ご記入をお願いします。

調査：静岡県図書館協会
(事務局 静岡県立中央図書館内)

図書館アンケート

図書館サービスの向上のため、今後の参考にさせていただきたいので、皆さまのご意見をお聞かせください。該当する項目の数字に○をつけてください。ご記入後は、(図書館入口等各館での場所を記入する)のアンケート回収箱にお入れください。

問1 年代

1. 30代以下 2. 40代 3. 50代 4. 60代 5. 70代 6. 80代以上

問2 図書館を利用する目的は何ですか。(回答はいくつでも)

1. 資料の貸出・返却 2. 調べもの・調査 3. 新聞などを読む
4. インターネット 5. 特に目的がない 6. その他()

問3 (1) どのような資料をよく利用しますか。(回答はいくつでも)

1. 本 2. 雑誌 3. 新聞 4. CD 5. DVD 6. 大きな活字の本
7. その他()

(2) どのような分野の資料をよく利用しますか(回答はいくつでも)

1. 歴史 2. ビジネス 3. 健康 4. 文学・小説 5. 料理 6. 子育て
7. スポーツ 8. 語学 9. 児童書・絵本 10. その他(例：園芸、絵画など)

問4 (1) パソコンやスマートフォンで図書館のホームページから本などの検索や予約ができますが、このサービスについて知っていますか。

1. 知っている 2. 知らない

(2) (1)で知っているとは回答された方にお伺いします。

パソコンやスマートフォンで図書館のホームページから本などの検索や予約サービスを利用していますか。

1. 利用している
2. パソコンやスマートフォンは使っているが、検索や予約はしない
3. パソコンやスマートフォンを使わない(持っていない)

問5 図書館でどのような分野の資料、サービス、施設が充実していれば、もっと利用したいと思いませんか。(回答はいくつでも)

(1) 資料について

【種類】 1. 本 2. 雑誌 3. 新聞 4. CD 5. DVD 6. 大きな活字の本

7. その他 ()

【分野】 1. 歴史 2. ビジネス 3. 健康 4. 文学・小説 5. 料理
6. 子育て 7. スポーツ 8. 語学 9. 児童書・絵本
10. その他(例:園芸、絵画など)

(2) サービスについて

1. 講座(ビジネス、趣味、健康、子育てなど) 2. 託児サービス
3. 対面朗読 4. 宅配貸出(高齢者・障害者対象) 5. その他 ()

(3) 施設・設備について

1. トイレを洋式に 2. 本を入れるカート 3. 車いすの席の増設
4. ベビーカーの用意 5. その他(例:シャトルバス運行)

問6 その他 ご意見等ございましたら、ご自由にお書きください。

ご協力ありがとうございました。

実践編

やってみました健康講座

次に実践編ということで、実際に富士宮市立中央図書館で講座を実施した。その講座をどのように計画し進めていったのか報告する。

1. 講座を実施した理由

平成 30 年に実施した利用者向けアンケート（県内市立図書館 5 館）によると、図書館に求めるサービスのうちすべての年代で最も多かったものは「講座の実施」であった。

そして、「どのような分野の資料を利用するのか」または「今後利用したい分野について」の質問には、すべての年代で「文学・小説」が一番多かった。60 代以上で次に多いのは「歴史」、次いで「健康」であった。

「文学」や「歴史」などをテーマにした講座はすでに多くの図書館で実施されているので、今回はアンケート結果を踏まえて、高齢者が興味をもち、身近なテーマでもある「健康」を取り上げて講座を実施することにした。

（講座の概要）

- 講座名 「健康づくり講座～一生自分の足で歩くために～」
- 日時 令和元年 7 月 4 日（木）10:00～11:30
- 講師 富士宮市健康増進課保健師
- 会場 富士宮市立中央図書館視聴覚ホール
- 定員 40 人（先着順）
- 申込み 令和元年 6 月 5 日（水）から

（富士宮市の概要）

- 人口 132,651 人（平成 31 年 4 月 1 日現在）
うち 60 才以上は、46,193 人（34.8%）
- 図書館数 3 館（中央図書館、西富士図書館、芝川図書館）
- 入館者数 339,779 人
- 蔵書冊数 401,615 冊（雑誌・視聴覚資料含む）
* 入館者数と蔵書冊数は中央図書館のみ（平成 30 年度実績）

2. 講座の実施方法

6 か月前（1 月下旬）

- 講師の選定
富士宮市健康増進課（保健センター）へ電話で相談する。
富士宮市では、出前講座で高齢者向けの健康講座（別紙資料 1）を実

施しているので、図書館でもできるかどうか確認。



「市で実施している出前講座の内容でも、その他の健康づくりに関する内容ならば実施できます。依頼については、健康増進課に依頼文を出していただければ大丈夫です。」という返事をいただく。

○ 講座内容の検討

昨年実施した講座でどのような内容が多くて好評だったのか健康増進課に問い合わせる。

講座の回数が多かったものは「高齢者の健康づくり」で、内容は、対象者や受講者、主催者の希望によって構成し、認知予防や転倒・骨折予防、ロコモ、食事、口腔衛生などのテーマも含むことができるとのこと。また、申し込みについても、来年度の事業でも、現在から申込ができると確認がとれた。希望日は複数出した中から、調整したいとのこと。

5か月前（2月上旬）

○ 日程の決定

平日の複数の希望日を連絡する→日程を調整して決定する。

講師が市職員のため、また、高齢者向け講座のため平日に決める。

5か月前（2月上旬～下旬）

○ タイトル

講座タイトルを調査研究委員会内で決める。



「健康づくり講座～一生自分の足で歩くために～」に決定する。

タイトルに“高齢者”を使わないが、内容は高齢者向けの健康に関する講座で願います。“高齢者”を使わない理由としては、申込者の対象年齢を設けず、どのくらいの年代の人が参加するのか把握するため。

4か月前（3月）

○ チラシ作成・起案

「広報ふじのみや」5月号に掲載するため、3月中にチラシ（別紙資料2）を作成し起案する。

2か月前（5月上旬）

○ 講師依頼文送付

富士宮市健康増進課（保健センター）へ送付する。

○ チラシ・ポスター配布

富士宮市立中央・西富士・芝川図書館、富士宮市保健センターでチラシを設置した。また、富士宮市健康増進課の保健師が、中央図書館の近隣地区の寄合どころの健康相談や講座がある時に、配布し呼びかけを行った。

○ 講座に関連のテーマコーナー設置

富士宮市立中央図書館のみ実施。約 90 冊を展示する。非常に好評で、利用が多く、本の補充が間に合わないこともあった。講座に参加できなかった人にも波及効果があった。



○ 地方新聞記事掲載依頼

富士宮市の書式で作成し依頼する。

富士宮市や富士市の地域の情報を提供している地域新聞社などに依頼する。

「広報ふじのみや」 5月号

「岳南朝日新聞」 令和元年6月7日



図書館だより

※中央図書館は毎週水・木・金曜日は19:00まで開館。

※駅前・大富士交流センターでも貸出・返却できます。

**健康づくり講座
～一生自分の足で歩くために～**

自分の足で歩いて、元気で長生きする秘訣を、保健師さんが教えてくださいます。

時 7月4日(木) 10:00～11:30

所 中央図書館 2階視聴覚ホール

定 40人(先着順) **料** 無料

申 6月5日(水) 9:00～電話または窓口で

問 中央図書館 ☎ 26-5062

富士宮市立中央図書館
来月4日、健康づくり講座
富士宮市立中央図書館で開かれる。館主催の「健康づくり講座」は同市健康増進課の保健師。いっまで歩くために、7月も自分の足で歩いて、4日前10時から同館へ元気に響らすために日

日常生活の中で気を付けることなどを学ぶ。講座の途中には簡単な体操なども体験する。定員40人。受講無料。問い合わせ、申し込みは同館へ。☎0544-26-5062へ。

1か月前（6月5日）

- 講座の申込受付を開始
初日 27 人の申込があった。

2週間前（6月20日）

- 講師（富士宮市健康増進課職員）と打ち合わせ
 - ・ 講座の会場を下見
 - ・ 当日使用する機材
 - ・ 椅子の配置体操をするので、椅子の間隔を開けて配置することを確認する。

前日（7月3日）

- 会場づくり（富士宮市立中央図書館職員だけで）
 - ・ 椅子と椅子との間隔を開けて配置
 - ・ プロジェクター準備

3. 講座当日

7月4日

- 申込者数：40 人（定員 40 人のうち）
参加者数：23 人
（朝から大雨で、交通機関にも影響あったため、当日キャンセルの連絡もあった。）

- 講座の様子



① 〈館長あいさつ〉



② 〈健康に関するお話〉



③ 〈寝たきりにならないための簡単な運動法を紹介〉



④ 〈食生活について〉

女性の参加が多かった。健康に関するお話を真剣に聞き、運動を熱心に取り組んでいた。皆さんの興味深さが伝わってきた。

○ 当日配布資料

講師配布資料

- ・「健康マイレージチャレンジシート」
- ・「口腔機能の向上に取り組みましょう」



富士宮市立中央図書館配布資料

- ・「健康づくり講座 図書リスト」 (別紙資料 3)
- ・「図書館講座アンケート」 (別紙資料 4)

4. 講座終了後

- 講師にお礼のメールを送信
- アンケート結果の集計（別紙資料5）
- 新聞記事（別紙資料6）
当日、2社取材あり。

5. 講師からのコメント

講師の方から、次のようにご意見をいただく。

「初めての試みで、アンケートも概ね良い反応で良かったです。高齢化が進み、近年は図書館もお年寄りの通いの場の一つになっていると感じています。私たち健康増進課で行う介護予防事業は公民館や交流センターを主として地域で行っていますが、今回、図書館で健康講座を開催していただき、いつもと少し違う対象のみなさんにお話できたことは、健康増進課で実施している介護予防事業や健康講座を知ってもらう良い機会にもなりました。また、浅間大社や図書館周辺の地域は、高齢化が急速に進行し、老人会や寄合い処も衰退しているので、今後可能ならば図書館で認知症予防講座など企画開催できればと思います。これからも、地域の図書館としてまちの活性化を目指し、お互いに連携していけたらと思っています。」

6. 考察・まとめ

今回の講座は、アンケート結果からもわかるように、皆さん健康に関心があり、とても好評だったのがわかる。今後、もっとよりよいものにするため、以下のように考察した。

- 講師依頼について
講師を市職員に依頼したため、講師代・旅費などが無料になった。今後とも出前講座などを利用して、他の部署と連携して講座を実施できることがわかった。ただし、土・日・祝日に依頼するには時間外勤務になるので、調整が必要になってくるので、平日の方が対応しやすい。
また、外部の講師に依頼する場合は、前年度中に予算要求をしなければならないので、早めに企画する必要がある。

○ 開催日時について

富士宮市立中央図書館では、子ども対象の事業は土・日も実施するが、一般対象の講座は駐車場の確保が難しいので、なるべく土・日の実施は控えている。また、時間については、通常午後に実施することが多いが、今回は午前中に実施。その結果、午前中でも、ある程度参加者が見込まれることがわかった。ただし、曜日については、商店街の休みの水曜日に実施するなど、工夫することも必要である。

○ 広報の仕方について

アンケート結果から、「広報ふじのみや」で情報を得た人が多かったので、原稿提出に間に合うように進めていくことが大切である。

また、チラシの配布先としては、いつもどおり市内各図書館に配布し、今回は保健センターにも配布。しかし、高齢者向けの講座ということで、福祉会館や公民館など、他にも配布先を考えても良かった。年齢層に合わせて配布先を他に考えることも必要である。

○ 利用効果について

テーマコーナーを設置したことで、講座に関心を持ち、資料を借りて講座にも参加した人がいたので、効果があったことがわかる。

また、講座参加者はほとんどの人が図書館利用カードの登録者であった。ただし、未登録者で講座参加後、利用登録をした人がいなかった。今後の利用につながるように、講座関係の資料だけではなく、図書館案内のチラシなども一緒に配布し、周知しても良かった。

講師の意見からもわかるように、他の部署と連携して実施していくことにお互いメリットがあると感じた。図書館が“通いの場”としての提供も考えながら講座を実施していくこと。また、内容も文学・歴史だけではなく、他の部署と連携して他の分野でも実施していくことが新たな利用者拡大につながっていくように思われる。

今回の講座をとおして、改善すべき点は改善し、今後もっと利用促進につながるようにしていきたい。

「まずは実践することが大切！！」と感じた。



富士山まちづくり出前講座メニュー（平成30年度版）

別紙資料 1

No.	講座名	内容	対象（◎は特におすすめ対象者）						課名	電話番号	
			幼	小	中	高	成人	高齢者			
36	発達障害って何だろう？	発達障害の特性を知り、子どもを理解しよう！					○	○	障がい療育支援課	☎ 22-6868	
37	手話について	手話が言語であるということや聴覚障害者への理解について			○	○	○			☎ 22-1145	
38	国民年金の仕組み	国民年金の概要、仕組みなどを紹介			○	○	○	○	保険年金課	☎ 22-1139	
39	後期高齢者医療保険制度について	75歳以上の方の医療制度について						○		☎ 22-1482	
40	生活習慣病について	生活習慣病と発症しないための生活習慣について			○	○	◎	○	健康増進課	☎ 22-2727	
41	女性の健康管理	女性の病気の予防及び健康管理、乳がんの自己検診法の指導 ※女性対象					○	○			
42	こころの健康管理	うつ病にならないための健康管理、こころサポータ養成講座				○	○	○			
43	正しく学ぼう！たばこ・受動喫煙の影響	たばこが体に与える影響、受動喫煙の害、COPD(慢性閉塞性肺疾患)の正しい知識をわかりやすく学びます。		○	○	○	○	○			
44	がんの予防とがん検診	各種がんについて、がん検診の紹介				○	○	◎			
45	富士宮市の健康状況～特定健診の結果から～	特定健診の結果を市内16地区に分けて、県内の他市町と比較し、生活習慣病予防について考える。※各地区対象				○		○			
46	高齢者の健康づくり	健康管理、認知症予防、転倒骨折予防、ロコモティブシンドロームなど						○			
47	歯と口の健口(けんこう)講座	お口の健康づくりについて、楽しく学びます。	○	○	○	○	○	○			
48	食育講座 —おいしく楽しく健康に—	食育・共食について、食事バランスガイドについて。生活習慣病(メタボリックシンドローム)予防の食事、高齢者の食事など	○	○	○	○	◎	○			
49	子育て講座	乳幼児の遊び、睡眠、食事等の生活習慣や子どもとの関わりについて。また、むし歯予防、不慮の事故の予防、食育などについて ※乳幼児の保護者対象						○			
50	都市計画とは	都市計画の仕組みや制度の内容、マスタープランなどの説明		○	○	○	○	○	都市計画課	☎ 22-1166	
51	「富士山の庭園都市」に向けた、景観まちづくりについて	中心市街地や世界遺産構成資産、朝霧高原などにおける良好な景観形成の取組について/当市の目指す景観の目標や景観形成基準など、景観計画の内容について		○	○	○	○	○		☎ 22-1408	
52	巨大地震から身を守ろう～東海地震で被災しない住宅～	阪神大震災等を教訓とした建築物の耐震化等の説明(耐震、ブロック塀撤去補助金説明含む)				○	○	◎	◎	建築住宅課	☎ 22-1229
53	おいしい水とくらし	富士宮市の水、おいしい水、安心して飲める水、北山浄水場の説明ほかビデオによる説明				○	○	○	○		
54	防火対策 —火災を未然に防ぐには—	火災は、一瞬のうちに命や財産を奪っていく。家庭での防火対策や住宅用火災警報器の説明				○	◎	◎	○	消防本部予防課	☎ 22-1199
55	救急救命講習 —万が一のときに—	心肺蘇生法、止血法等訓練人形を使用した講習				○	○	○	○		
56	消火訓練指導	初期消火訓練、煙体験等、実技中心の訓練指導				○	○	○	○	中央消防署 西消防署	(中央) 26-5119 (西) 27-0019
57	大人のマナビ	何か始めたい人に、公民館や地域学習センターの講座やサークルを紹介します(内容は応相談)						◎	○		
58	公民館ってどんな場所？	公民館はみんなの自由な学びをサポートするよ！市内の公民館情報と楽しく学べる魅力的な講座について子供にもわかりやすくご紹介！	○	◎	○	○				社会教育課	☎ 22-1186
59	大人も楽しい！子どもの本とわらべうたの世界	パパ、ママ、じいじ、ばあばなど子どもと接する全ての人に役立つ講座情報を紹介。						○	○		
60	「つながるシート」を活用した家庭教育講座	家庭教育学級、子育て講座などの親が集まる場で子育てについての悩みや不安を話し合います。						○		☎ 22-1188	
61	青少年を取り巻く環境について	不審者情報、インターネット、携帯電話の落とし穴、万引き非行等、青少年を取り巻く環境の情報紹介		○	○	○	○	○	○		
62	心と心のキャッチボール —よりよい親子関係のために—	よりよい親子関係を築くために親として子どもとどうかわっていけばよいか考えます。 ※小中学生保護者におすすめ講座						○		文化課	☎ 65-5151
63	ふるさとの歴史を学ぶ	郷土の歴史などを紹介します。(内容は応相談)			○	○	○	○	○		
64	歩く博物館探索会	市内の文化財を歩いてめぐります。(既設24コース、内容は応相談)			○	○	○	○	○	☎ 22-1187	
65	「富士山を詠む」俳句を学ぼう	「富士山を詠む」俳句を通じて俳句の創作に挑戦！			○	○	○	○	○		
66	東京2020オリンピック・パラリンピック	スペイン空手道連盟のオリンピック事前合宿に合わせて、スペインの国や言葉(国際交流)、また空手のルールを学ぶ。(内容は応相談)			○	○	○	○	○	スポーツ振興課	☎ 22-1189
67	子育てと絵本	子どもの成長と絵本の関わりと、その重要性や楽しみ方、絵本の紹介などを行う						○			
68	せんきょ出前講座	若年層に対する選挙制度の理解を目的として、選挙の仕組みについての説明、選挙クイズ、模擬選挙の実施など。		○	○	◎	○			選挙管理委員会事務局	☎ 22-1194
69	農地制度について	農業委員会制度、農地転用、農地の貸し借りについて						○	○		
70	農業者年金について	農業者年金のしくみ、加入・受給の手続きについて						○	○	農業委員会	☎ 22-1193

保健師さんに
聞いてみよう！

中央図書館講座

別紙資料 2

健康づくり講座

～一生自分の足で歩くために～

「いつまでも自分の足で歩いて、元気に暮らしたい」と思っているけれど・・・。
でも、どうしたらいいの？
そこで、**保健師さん**が、いろいろな**秘訣**を教えてくださいます。
みなさんで元気で長生きしましょう！！

日時：2019年7月4日（木）

午前10時から11時30分まで



場所：富士宮市立中央図書館 2階視聴覚ホール

定員：40人（先着順）

講師：富士宮市健康増進課（保健センター）保健師

申込み：2019年6月5日（水）午前9時から
＊中央図書館サービスカウンターで受付（電話可）

問合せ：富士宮市立中央図書館（電話：0544-26-5062）

備考：動きやすい服装でお越しください。

健康関連の本



「歩活のススメ」
金村卓／著
メトロポリタンプレス



「元気で長生きは
こんな人」
文藝春秋



「100歳まで歩ける脚づくり」
林泰史／著
メディカルトリビューン

まだ、他にもあります。
ぜひ、ご利用ください。



主催：富士宮市立中央図書館 静岡県図書館協会

＊駐車場の数に限りがあります。公共交通機関の利用やお乗り合わせにご協力ください。

「健康づくり講座」 図書リスト

発行：令和元年 7 月 4 日 富士宮市立中央図書館

食生活に関する本



「長生きごはん」 596 シ
ゆうゆう編集部／編 主婦の友社

タンパク質と野菜を中心に、健康でハツラツとした100歳を目指すためのレシピを紹介。

- ☆ 「からだによく効く食べもの大事典」
三浦理代／監修 池田書店 498 58
- ☆ 「シニアの楽々元気レシピ」
本多京子／監修 日本放送出版協会 498 59
- ☆ 「薬膳レシピ12 か月一健康でありたいシニア夫婦のために」
幸井俊高／著 幸井由紀子／著 日本放送出版協会 498 58



体操、ウォーキングに関する本



「一生自分の足で歩こう!歩活のススメ」
金村卓／著 メトロポリタンプレス

498 35 カ

自分の足で一生歩くために必要な知識や、骨粗しょう症予防などについて日常生活で大事なことを教えてください。

- ☆ 「歩き方とストレッチ」
古藤高良／著 滋慶出版/土屋書店 498 35 コ
- ☆ 「老化予防のウォーキング」
岡本勉／著 岡本香代子／著 歩行開発研究所 498 35 才
- ☆ 「図解本当はすごい「ラジオ体操」健康法」
湯浅景元／監修 中経出版 781 4

その他健康に関する本



「元気で長生きはこんな人
—アンチエイジング決定版!—」
文藝春秋 49838ゲ

百歳まで元気なアンチエイジング講座、見た目が若い有名人のヒミツなどを紹介しています。

- ☆ 「農家が教えることん健康術」
農文協／編 農山漁村文化協会 4983ノ
- ☆ 「人生100年の習慣—百寿者の健康の秘密がわかった—」
NHK スペシャル取材班／著 講談社 49838二
- ☆ 「65歳から始める健康法—心と体のメタボからの脱出—」
三浦雄一郎／著 致知出版社 4983ミ
- ☆ 「長生きできる人の習慣術」
東茂由／著 河出書房新社 4983ヒ
- ☆ 「健康に長生きしたければ1日1曲歌いなさい」
斎藤一郎／ほか著 アスコム 4983サ
- ☆ 「指先からはじめる脳いきいき体操」
輪嶋直幸／著 日本放送出版協会 498.39ワ
- ☆ 「生活座禅で長生き人生のススメ」
日野原重明／著 朴禧善／著 講談社 4983ヒ
- ☆ 「100歳までボケず、元気に生きる101の方法」
白澤卓二／著 三笠書房 4983シ

健康寿命を延ばして、
いつまでも元気に暮らしましょう！



まだ他にもあります。貸出中の本は予約ができます。

☆図書館講座アンケート☆

この度は、図書館講座にご参加いただき、誠にありがとうございました。
受講された感想等をお聞かせください。

- 1 あなたの年齢の年代を教えてください。

[40歳代以下 50歳代 60歳代 70歳代 80歳代以上]

- 2 この講座を何で知りましたか。(複数回答可)

広報ふじのみや 講座のチラシ

新聞 [岳朝 富士山新報 その他]

インターネット・ホームページ [市役所・図書館・その他]

友人や口コミ ラジオ その他 []

- 3 今回の講座の感想をお聞かせ下さい。(該当するものに○を記入)

内容:[満足 やや満足 やや不満 不満]

感想など(ご自由にご記入ください)

[]

- 4 講座に参加される場合、どのような時間帯がよろしいですか。(複数回答可)

平日の[午前 ・ 午後] 土・日の[午前 ・ 午後]

- 5 今後、講座で取り上げてほしい内容を教えてください。(複数回答可)

文学 歴史 芸術 園芸 料理

その他 []

御協力ありがとうございました。

図書館講座アンケート結果

令和元年7月4日(木) 2階視聴覚ホール 午前10時から11時30分
参加者:23名

別紙資料 5

1 あなたの年齢の年代を教えてください。

40代	50代	60代	70代	80代以上
0	0	10	10	3

2 この講座を何で知りましたか。(複数回答可)

広報ふじのみや 9
講座のチラシ 4
新聞 2[岳朝1 富士山新報 その他]
インターネット・ホームページ 8[市役所・図書館8・その他]
友人や口コミ 2
ラジオ 0
その他 0

3 今回の講座の感想をお聞かせください。(該当するものに○を記入)

内容	満足	やや満足	やや不満	不満	無回答
	17	2	0	0	4

感想など(ご自由にご記入ください)

- ・よかったです。わかりやすく、ためになりました。これからも楽しみです。
- ・体力のなさにびっくりしました。これからも健康に気をつけていきたいと思います。
- ・みんなあてはまることばかりで参考になりました。体を動かすようにしてみます。
- ・大変ていねいなお話、ありがとうございました。これから毎日できる範囲で教えていただいた運動をしたいと思っています。
- ・このような企画は図書館利用しているので、本の紹介もとても参考になります。特に健康関係にはとても興味があります。わかりやすくとても良いお話聞けました。
- ・とてもよかったです。普段からできることはやろうと思いました。
- ・運動が良かった。家でもやってみたいと思いましたが・・・。
- ・わかりやすかったです。
- ・前にもやっているの。
- ・体操はとても役に立ちました。楽しかったです。日にちと時間が合えば、きららに行きたいと思いました。
- ・復習になりました。少しなまけていた運動をちゃんと行いたいと思いました。
- ・もう少しおおきな声で話してほしい。
- ・再確認の意味もこめて、大変考える機会になりまして、ありがとうございました。教えていただいたストレッチは日々実行していきたいと思っています。

4 講座に参加される場合、どのような時間帯がよろしいですか。(複数回答可)

平日		土日		無回答
午前	午後	午前	午後	
17	7	3	1	2

意見:働く高齢者も増えてきます。土日も検討してください。

5 今後、講座で取り上げてほしい内容を教えてください。(複数回答可)

文学	歴史	芸術	園芸	料理	その他	無回答
5	10	3	11	8	4	4

その他

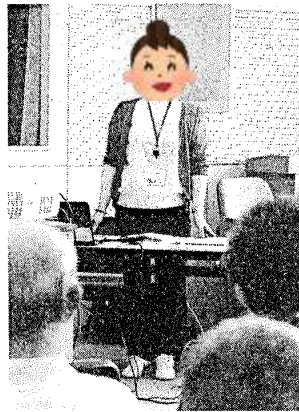
- ・健康維持に関するテーマ
- ・健康に関すること。食事内容
- ・健康に関するもの。山の植物、正しい(楽しい)ウォーキング、筋肉づくり、里山歩きなど高齢者の心と体

「岳南朝日新聞」2019年7月6日（土）

健康寿命延ばすコツ学び

富士宮市立中央図書館など 保健師迎え健康づくり講座

富士宮市立中央図書館、
県図書館協会主催
の健康づくり講座が4



話をする ■さん

日、同館で開かれた。担当部署と協力して開
同市健康増進課職員で
保健師の ■さん
を講師に、参加者が健
康寿命を延ばすコツな
どを学んだ。

同館では初めての健
康に関する講座で、高
齢化社会が進む中、健
康づくりの知識を提供
しようと同協会、市の
「フレイル」、運動器の

低下していることや、徐々に身
体機能が低下していく
「フレイル」、運動器の
低下していることや、徐々に身
体機能が低下していく
「フレイル」、運動器の
低下していることや、徐々に身
体機能が低下していく
「フレイル」、運動器の



指の体操に挑戦する参加者

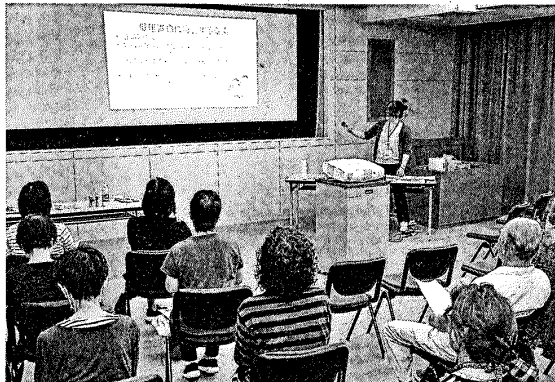
また、筋力低下につ
いて「年齢に関係なく、
活動が少ない状態が1
週間続くと、筋力が7
〜10%減少すると言わ
れている。食べる量が
少ないと筋力が低下
し、外出が億劫となり、
さらに食欲が減退す
る。そういう悪循環に
陥らない必要がある。『
きょうういく（今日行
く）』と『きょうよう
（今日用）』と言われて
います。外出し、人と
交流すること、適度な
運動をすることがフレ
イルやロコモ予防につ
ながります」と話した。
予防の一つとして、
指の運動や下半身の筋
力アップにつながる片
足立ち、スクワット、
ヒールレイズ（かかと
を上げ下げすること）
などを紹介。参加者も
■さんの指導で挑戦
し、「簡単なので、ちょ
っとした時間に継続し
て取り組みたい」と話
していた。

図書館から健康情報

保健福祉と連携した初講座

富士宮市立中央図書館と県図書館協会主催の中央図書館講座「健康づくり講座」一生自

分の足で歩くために、がこのほど宮町の同館で開かれた。市の保健福祉事業と連携し、図



市健康増進課から保健師を迎えての講座

書館から健康情報を発信する初の試み。中高年を中心とする多くの市民の関心を集めた。

中央図書館講座は、

これまで文学や歴史を中心としてきたが、今回は幅広い人たちに図書館を利用してもらうとともに、社会の変化に対応した情報発信の充実を図るために、健康づくりを取り上げた。講師は市健康増進課の保健師 ■ さんが務めた。高齢者が介護の必要な状態になる要因の一つとして注目されている「フレイル」（高齢期の虚弱）の予防をはじめ、いつまでも自立した生活を送る

ためのポイントなどを紹介した。

フレイルは病気やけが以外に、筋力低下、活動低下、食欲低下（低栄養）などにより、心身ともに衰弱してしまう状態を指す。

■さんは予兆として▽1年間で体重が4〜5kg減った▽疲れやすくなった▽筋力（握力）

が低下した▽歩くのが遅くなった▽身体の活動量が減ったの5点を示し、「一つでも当て

はまる場合はフレイルが始まっている可能性があるが、今日からでも生活の中で予防できる」と語った。

予防法の中では「老化は避けられないが、日々の積み重ねでいい

状態を保つことができる」と強調。筋力の低下については「体を動かすことが面倒になると

ますます体を動かす機会が経るという悪循環に陥りやすいことから、毎日の暮らしの中で体を動かす習慣をつくる

ことが大切」と語り、座ったままでもできる運動法を紹介した。

參考資料

平成 30 年度・令和元年度 調査研究委員

役職	氏名	所属	
委員長	加藤 豊裕	富士市立中央図書館	
委員	鈴木 規之	伊東市立伊東図書館	平成 30 年度
委員	松浦 友子	伊東市立伊東図書館	令和元年度
委員	岩田 里美	裾野市立鈴木図書館	
委員	野村 貴子	富士宮市立中央図書館	
委員	坂下 朝子	静岡市立西奈図書館	
委員	木村 知美	静岡県立中央図書館	

調査研究委員会活動記録

平成 30 年度

第 1 回	30. 7. 11 (金)	県立中央図書館	平成 30 年度活動計画の検討
第 2 回	30. 10. 4 (木)	県立中央図書館	アンケート第 1 案検討及び修正、 成果物検討、情報交換
第 3 回	31. 1. 24 (木)	県立中央図書館	アンケート集計結果報告・意見交 換・分析・31 年度作業検討

令和元年度

第 1 回	元. 6. 13 (木)	県立中央図書館	調査結果考察、作業日程確認、成果 物活用方法の検討
講 座	元. 7. 4 (木)	富士宮市立中央図書館	高齢者向け講座「健康づくり講座」
第 2 回	元. 9. 4 (木)	県立中央図書館	追加調査結果報告・考察、講演会実 施報告
第 3 回	元. 12. 18 (水)	県立中央図書館	成果物の作成、作業日程確認
第 4 回	2. 2. 6 (木)	県立中央図書館	成果物の最終確認

平成 30 年度・令和元年度静岡県図書館協会調査研究委員会報告書
図書館における高齢者サービスを考える

発行日 令和 2 年 3 月発行

編集・発行 静岡県図書館協会

お問い合わせ 〒422-8002 静岡県静岡市駿河区谷田 53-1

静岡県図書館協会事務局（静岡県立中央図書館内）

TEL 054-262-1246 FAX 054-264-4268

URL <https://www.tosyokan.pref.shizuoka.jp>