

<検索の手順>

① 手がかりとなるキーワードを考えます。

高齢者のレクリエーションについて関係するキーワードを出してみましょう。

例) 体操、ゲーム、将棋、囲碁、昔遊び、
レクリエーション、紙芝居、折り紙 など

② 次に、検索画面の「タイトル」もしくは「キーワード」のところに、①のキーワードを入力してみてください。

ここでワンポイント！

★検索するときに、「体操」だけ入力すると、「高齢者向け」以外の本も、たくさん出てきます。

今回は「高齢者」という主題で探したいので、
「高齢者_(スペース)体操」と入力してみてください。

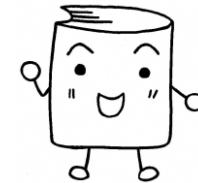
そうすると、「高齢者」と「体操」に関連する本を探すことができます。

ほかにも「認知症」など、絞りたい主題と組み合わせて検索してみてもいいですね。

★キーワードで「折り紙」や「折紙」など、送り仮名の入れ方で出てくる本の数も変わります。そんな場合は「おりがみ」とひらがなで入力すると、「折り紙」「折紙」など異なる表記のものがすべて出てきます。



高齢者のレクリエーションの本



人生100年時代。
高齢者が、毎日いきいき生活するのに役立つ資料はどうしらべるの？

福祉関係施設の方や、サークルや集まりなどで、高齢者向けのゲーム、体操など、レクリエーションを考える際に役立つ、資料の調べ方のコツをご案内します。
また、本以外の資料も紹介します。

① 本棚で、資料を直接見て探す

図書館の本は、「日本十進分類法」によって、分類された数字の順に並んでいます。

茨木市では、本の背に貼っている二段の背ラベルの、上の番号が分類番号です。

369

26

← 分類番号

← 出版年の下2桁



高齢者のレクリエーションの本が比較的多くあるのが、次の分類です

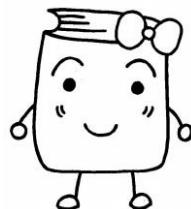
369 社会福祉、老人福祉

複数人数で行うレクリエーションの本があります。

498 予防医学

一人で遊べる間違い探しやクイズなど、脳トレに使える本や体操の本があります。

「高齢者向け」となっていなくても、
レクリエーションの本があります。
興味がある本の棚も、見てください。



724 絵手紙、はがき絵

726 ちぎり絵

754 折り紙

767 童謡、唱歌、コーラス

780 781 体操

795 囲碁

796 将棋

797 トランプ、麻雀

798 クイズ(謎解き)

たとえば、こんな資料があります

・『シニアのみんなで大笑いできるジャンケンゲーム&グーパー体操 50』
黎明書房 2025 369-25

・『シニアのドキドキ！ハートマーク体操&ゲーム 50』
黎明書房 2024 369-24

・『シニアのみんなで大笑いできるゲーム&体操 50』

黎明書房 2024 369-24

・『脳も体も一緒に元気になる幸せ体操 40』

黎明書房 2024 369-24

・『脳も体も一緒に元気になる長生き体操 40』

黎明書房 2024 369-24

・『高齢者のための機能向上レクリエーション』

世界文化ライフケア 2023 369-23

・『脳活性折り紙全書』

ブティック社 2025 754-25

こんな資料も役に立つかも！

・「紙芝居おおわらい落語劇場」シリーズ『さらやしきのおきく』 他

童心社 2004~2007 K-P

・「高齢者向け紙芝居」シリーズ『曾根崎心中』 他

雲母書房 2010~2019 K-P

※紙芝居は、中央図書館・分館では、児童室にあります。

検索して、所蔵館・所蔵場所(一般室／児童室)をご確認ください。

・CD『わたしの叙情・愛唱歌』 キングレコード 2021 27-ワ

② 図書館内にある検索機やホームページから探す

こちらのパスファインダーで案内している<検索の手順>、パスファインダー入門3「館内OPACを使いこなそう」を見て、「検索」してみましょう。

③ インターネットで調べる

「レクぼ」

公益財団法人 日本レクリエーション協会のホームページ