

「ねんりんピック岐阜2025」関連図書展示

岐阜県では、60歳以上の方を中心として、あらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深められるスポーツ・文化・健康と福祉の総合的な祭典「第37回全国健康福祉祭ぎふ大会 ねんりんピック岐阜2025」を、10月18日(土)から21日(火)にかけて開催します。開催に合わせ、岐阜県図書館では「ねんりんピック」に関連する図書の展示を行います。また、10月1日(水)からは、1階ロビーにてポスター展示も実施しますので、ぜひご覧ください。

■ スポーツ

	書名	著者名	出版者名	出版年	請求記号		所蔵場所
1	スポーツ吹矢入門 なぜスポーツ吹矢は健康的なのか	林 督元／著	ビックサクセス	2007.4	498.34	ハ	一般1階
2	一生勝負 マスターズ・オブ・ライフ	高橋 秀実／著	文藝春秋	2020.3	780.4	タ	一般1階
3	80歳、まだ走れる	リチャード・アスクウィズ／著	青土社	2024.10	782	ア	一般1階
4	人は何歳まで走れるのか？	南井 正弘／著	集英社	2023.1	782	ミ	一般1階
5	ソフトバレーボールの教科書	日本ソフトバレーボール連盟／監修	日本文芸社	2020.2	783.2	ソ	一般1階
6	サッカー・グラニーズ ポールを蹴って人生を切りひらいた南アフリカのおばあちゃんたちの物語	ジーン・ダフィー／著	平凡社	2024.9	783.4	ダ	一般1階
7	92歳のラグーマン	永山 隆一／著	主婦の友社	2025.1	783.4	ナ	一般1階
8	バドミントン シニアからのチャレンジ	池田 明男／著	梓書院	2017.9	783.5	バ	一般1階
9	卓球ラージボール上達への道	片野 賢二／著	ベースボール・マガジン社	2018.11	783.6	カ	一般1階
10	知っておきたい!グラウンド・ゴルフルール編	朝井 正教／著	ベースボール・マガジン社	2014.4	783.8	ア	一般1階
11	学んでおきたい!グラウンド・ゴルフ上達編	朝井 正教／著	ベースボール・マガジン社	2014.6	783.8	ア	一般1階
12	いちばんわかりやすいゴルフ入門	西尾 和也／監修	成美堂出版	2023.4	783.8	イ	一般1階
13	最新版わかりやすいゲートボール	高橋 隆輔／著	梧桐書院	2006.7	783.8	タ	一般1階
14	だれでもどこでも泳げるようになる!水泳大全	鈴木 大地／編著	東洋館出版社	2018.10	785.2	ダ	一般1階
15	中高年の安全登山入門	小野寺 斉／著	岩波書店	2004.5	786.1	オ	一般1階
16	オリエンテーリング	日本オリエンテーリング協会／編	大修館書店	2006.4	786.4	オ	一般1階
17	太極拳推手詳解	楊 進／共著	ベースボール・マガジン社	2017.7	789.2	ヨ	一般1階
18	剣道の新しい教科書	高瀬 英治／著	日本文芸社	2023.9	789.3	タ	一般1階
19	はじめての弓道	松尾 牧則／著	誠文堂新光社	2016.2	789.5	マ	一般1階

■ 文化

	書名	著者名	出版者名	出版年	請求記号		所蔵場所
20	60歳からはじめる植物画	高橋 京子／著	河出書房新社	2016.7	724.4	イ	一般1階
21	老後とピアノ	稲垣 えみ子／著	ポプラ社	2022.1	763.2	イ	一般1階
22	60歳からはじめる趣味の自転車		辰巳出版	2024.10	786.5	ロ	一般1階
23	囲碁をはじめる	相場 一宏／著	金園社	2003.12	795	ア	9書庫
24	プロ棋士という仕事	青野 照市／著	創元社	2016.10	796	ア	一般1階
25	はじめてでも絶対わかる麻雀	日本プロ麻雀連盟／監修	新星出版社	2022.7	797.5	ハ	一般1階
26	覚えて教える百人一首	小林 隆／著	学進出版	2017.1	798	コ	一般1階
27	これから始める俳句・川柳 いちばんやさしい入門書	神野 紗希／俳句	池田書店	2014.7	911.307	コ	一般1階

健康

	書名	著者名	出版者名	出版年	請求記号		所蔵場所
28	健康長寿 鍵は“フレイル<虚弱>”予防	飯島 勝矢／編著	クリエイツかもがわ	2018.7	369.26	イ	一般1階
29	シニアのズルして足腰&おしりを鍛える体操40	斎藤 道雄／著	黎明書房	2024.7	369.26	サ	一般1階
30	椅子に座ってできるシニアの1,2分間筋トレ×脳トレ体操51	斎藤 道雄／著	黎明書房	2019.11	369.26	サ	一般1階
31	しゃべらなくても楽しい!シニアの運動不足解消&ストレス発散体操50	斎藤 道雄／著	黎明書房	2021.11	369.26	サ	一般1階
32	楽しい!高齢者向け人気レクリエーション	森木 勇一郎／監修	学研パブリッシング	2014.12	369.26	タ	一般1階
33	「老い」を受け入れる	柴田 元／著	日刊現代	2023.5	490.4	シ	一般1階
34	「家トレ」のきほん	石田 竜生／著	翔泳社	2022.6	493.185	イ	一般1階
35	70歳からの筋トレ&ストレッチ	大淵 修一／編著	法研	2017.10	493.185	オ	一般1階
36	100歳超えをめざす!筋力トレーニング&ストレッチ	久野 信彦／著	成美堂出版	2024.12	493.185	ク	一般1階
37	シニアの筋トレ・ロトレ・骨体操	荒井 秀典／[ほか]監修	NHK出版	2018.11	493.185	シ	一般1階
38	大腿骨を折らない体づくり	久野 譜也／監修	主婦の友社	2018.8	493.185	ダ	一般1階
39	フレイル対策実践ガイド	山田 実／著	新興医学出版社	2020.4	493.185	ヤ	一般1階
40	転ばない足腰	山田 実／著	東洋経済新報社	2024.9	493.185	ヤ	一般1階
41	スポーツでのばす健康寿命	深代 千之／編	東京大学出版会	2019.10	498.3	ス	一般1階
42	座ってできる!シニアヨガ	山田 いずみ／著	講談社	2016.3	498.34	ヤ	一般1階
43	70歳からの「寝る前30秒ストレッチ」	白濱 龍太郎／著	PHP研究所	2024.10	498.36	シ	一般1階
44	健康寿命をのばす食べ物の科学	佐藤 隆一郎／著	筑摩書房	2023.4	498.58	サ	一般1階
45	健康寿命をのばす!医者が教えるみそ汁&食事術	渡辺 正樹／監修	主婦の友社	2019.1	498.59	ケ	一般1階

電子書籍

	書名	著者名	出版者名	出版年	請求記号		所蔵場所
46	「家トレ」のきほん	石田 竜生／著	翔泳社	2022.6	493.185	イ	電子書籍
47	整形外科医のカラダの痛み相談室 健康寿命をのばす!	井尻 慎一郎／著	創元社	2024.10	494.7	イ	電子書籍
48	「自立できる体」をつくる	湯浅 景元／著	平凡社	2019.8	498.3	ユ	電子書籍
49	90代になっても輝いている人がやっているトシヨリ手引き	和田 秀樹／著	毎日新聞出版	2023.3	498.3	ワ	電子書籍
50	92歳、栄養学者。ただの長生きではありません! 生涯現役のための健康長寿生活	香川 靖雄／著	女子栄養大学出版部	2024.11	498.38	カ	電子書籍
51	老いと踊り	中島 那奈子／編著	勁草書房	2019.2	769	オ	電子書籍
52	世界一役に立つ実戦手筋 マイコミ囲碁ブックス	石倉 昇／著	毎日コミュニケーションズ	2011.1	795	イ	電子書籍
53	「観る将」もわかる将棋用語ガイド	青野 照市／著	創元社	2018.7	796	ア	電子書籍

※貸出中の場合、窓口・インターネットにて本の予約が可能です。お近くの図書館から県図書館の本を取り寄せることも可能です。