

うらやす市民大学 2302-01

「うらやすで介護予防を進めるために」について調べる

パスファインダーとは、調べものに役立つ情報や資料を紹介したものです。
浦安市立図書館の所蔵資料を中心にご案内します。

1. 検索してみよう

浦安市立図書館OPACは、図書館内の検索用コンピュータのほか、インターネットからもアクセスできます。キーワードや書名、著者名などから資料の検索ができて、資料の場所や状態がわかります。

情報検索キーワード（分類番号）

高齢者・高齢化社会(367.7) 高齢者福祉・介護(369.26)

老化(491.358) 老年医学・介護予防(493.185)

認知症・家庭看護(493.758) 医療制度(498.13)

予防医学・健康管理・健康法(498.3)

* 関連本は他の分類にもあります

2. インターネットで調べるには

<p>浦安市>健康・福祉・保険>健康づくり・感染症などの予防>介護予防 https://www.city.urayasu.lg.jp/fukushi/yobou/yobou/index.html</p>	<p>浦安市の健康づくりや介護予防に関する取り組みを紹介しています。</p>
<p>千葉県(健康づくり・病気予防)健康ちば21 https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kenkouuchiba21/</p>	<p>県民の健康づくりに関する施策情報を紹介しています。</p>
<p>厚生労働省>政策について>福祉・介護>介護・高齢者福祉 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/</p>	<p>介護保険制度の概要や地域包括ケアシステムなど施策情報を紹介しています。</p>
<p>国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター https://www.ncgg.go.jp/index.html</p>	<p>健康長寿のための診療や研究の概要のほか、転倒予防など家庭で役立つ情報を紹介しています。</p>

3. 浦安市の図書館で所蔵している関連資料の例

※ 講座の日程順に資料を紹介しています。

『 書名 』 著者名 出版社 出版年	資料番号	分類番号
『完全版介護予防マニュアル 住民主体の介護予防をサポートする決定版！』 鈴木隆雄 他／監修 法研 2015	112378224	369.26
『順天堂大学の老年医学に学ぶ 人はなぜ老いるのか』 佐藤信紘 他／著 世界文化社 2022	113665224	491.358
『高齢者のための在宅活動ガイド HEPOP－疾患別運動・活動のススメ』 国立長寿医療研究センター・在宅活動ガイド作成委員会／企画・編集 国立長寿医療研究センター 2021	113655964	493.185
『ぜんぶわかる高齢者のからだど病気 お年寄りのからだど心、病気の症状を図解』 秋下雅弘／監修 成美堂出版 2022	202140407	493.185
『口トレ・脚トレで“若返り”！ 老化のもと「フレイル」を防ぐ』 飯島勝矢／監修 NHK 出版 2022	113679229	493.185
『人は口から老化する！ オーラルフレイル対策の最前線』 小林健一郎 他／著 現代書林 2020	113452121	497.9
『最新研究でわかった日本人の長生き栄養学』 白澤卓二／著 エクスナレッジ 2020	921084349	498.55
『70歳からのゆる～い筋トレ&ストレッチ 気持ちいいから続けられる』 山口晃二／著 家の光協会 2021	601343201	493.185
『介護予防に効く「体力別」運動トレーニング 現場で使える実践のポイント』 中村容一／著 メイツユニバーサルコンテンツ 2020	701881410	780.19
『家庭でできる転倒予防トレーニング イラスト図解』 隆島研吾／著 法研 2021	113478835	493.185
『浦安市高齢者保健福祉計画及び第8期浦安市介護保険事業計画』 浦安市／編 浦安市 2021	113602179	369.26 地域資料
『まちづくりとしての地域包括ケアシステム 持続可能な地域共生社会をめざして』 田城孝雄 他／編 東京大学出版会 2017	113205026	318.6

レファレンスサービス（調べもののご相談受付）

レファレンスサービスは、中央図書館レファレンス室カウンター、電話で受付しています。
図書館ホームページのレファレンス専用フォームからも申し込みが可能です。

- ・中央図書館レファレンス室
受付 火～金曜日 午前10時～午後5時、土日祝 午前10時～午後6時
電話 浦安市立中央図書館(代) 352-4646
- ・図書館のホームページのMy ページから（レファレンス受付フォーム）
<http://library.city.urayasu.chiba.jp/>

資料の予約

- ・図書館で所蔵している資料は、インターネットで検索、予約申込みができます。
- ・予約した資料は中央図書館の他、お近くの図書館分館（堀江・猫実・富岡・美浜・当代島・日の出・高洲）、新浦安駅前マーレ図書サービスコーナー、舞浜駅前行政サービスセンター、浦安駅前行政サービスセンターで受け取ることができます。