

秋田市視聴覚ライブラリーだより

秋田市教育委員会生涯学習室
秋田市視聴覚ライブラリー
〔河辺総合福祉交流センター〕
せせらぎライブラリー内
Tel・Fax 882-5535
令和2年11月発行 No. 75
<https://www.city.akita.lg.jp> 広報ID番号1024735



新入荷DVDソフトの紹介



「気象災害から命を守る
『想定外』は、いま起きるかもしれない」

◎ゲリラ豪雨とそれに伴う災害を中心に取り上げます。お天気キャスターの森田正光さんが分かりやすく解説します。本編映像のほかに、広島土砂災害を経験した方へのインタビューを証言集として収録しています。本編（21分）
証言集（28分）



「ごぼう先生の健康体操⑨、⑩」

◎“ごぼう先生の健康体操”の続編を入荷しました。(各11分)
⑨すはあ体操編 大きく息を吸いながら、太極拳のような動きで体幹強化。
⑩おにごぼ体操編 声を出しながら右手と左手をずらして動かしたり、計算をしながら足を動かしたり、頭を使う体操です。



「ごぼう先生の令和イス体操①～③」

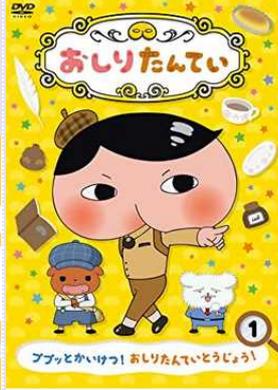
◎1日10分のイス体操で「無理なく、楽しく」いつまでも健康に！
動かして、力を入れて、考える。ただそれだけで衰え予防！
この体操には次の効果があります。

- ・運動不足解消
- ・足腰強化 転倒予防
- ・生活習慣病予防
- ・脳機能活性化
- ・柔軟性アップ
- ・リラックス効果

- ①テクテク運動編（13分）
・骨と筋肉の今の元気を維持しよう！
②モグモグ食事編（11分）
・美味しく食べられる元気を維持しよう！
③ドキドキ脳活編（14分）
・できない方がいい！楽しみながら体操しよう。



「日本の昔ばなし⑥、⑦」「おしりたんてい 1」「忍者玉丸の火の用心」



◎⑥わらしべ長者等、⑦かぐや姫等、子どもたちの未来のために伝えたい、私たちの日本の昔ばなし。語り:柄元明・松金よね子。各全9話収録(各69分)
「おしりたんてい 1」
◎どんな事件も解決する、名探偵おしりたんていにお菓子泥棒探しの依頼がやってきた。いったい誰がお菓子を盗んだのか。「フーム、においますね」おしりたんていが町を駆けめぐる。(60分)
「忍者玉丸の火の用心」
◎子どもたちに火災の恐ろしさを知ってもらい、火遊びが原因である火災をなくすことを目的とした火災予防アニメーション教材です。(13分)

※視聴覚ライブラリーの保有DVDソフトの詳しい内容を知りたい方には、『視聴覚教材目録』を差し上げます。『秋田市視聴覚ライブラリーのホームページ』でも検索できます。お問合せ、貸出しの申し込みは秋田市視聴覚ライブラリー Tel.882-5535まで。是非ご利用ください。