

## 地域とつながる、シニアライフ

パスファインダー (Pathfinder) とは、あるテーマ・主題を調べるときに役立つ資料やアプローチの方法を分かりやすく紹介したものです。調べものをする際に、ぜひご活用ください。

### 検索のためのキーワード

アクティブシニア 生きがい エイジレス お年寄り 介護予防 健康寿命 健康づくり  
 高齢者 高齢社会 サードエイジ 熟年 生涯学習 シルバー人材 セカンドライフ 退職  
 団塊の世代 地域デビュー 中高年 定年 長生き 認知症予防 ボランティア 老後

### 概略を調べる [辞典、白書、ハンドブックなど]

本の情報	請求記号	並んでいる場所
高齢社会白書 平成30年版 内閣府編集 日経印刷	369.26/KO/H30	ビジネスコーナー
介護経営白書 2017-2018 日本医療企画	673.9/KA/H29-30	ビジネスコーナー
少子高齢社会総合統計年報 2018 三冬社	365.5/SH/H30	参考図書
コーディネーター必携シニアボランティアハンドブック 藤原佳典編著 大修館書店 2016.5	369/KO	閲覧室

### 特定分野の事典、年鑑などで調べる

本の情報	請求記号	並んでいる場所
高齢者のこころとからだ事典 日本老年行動科学会監修 中央法規出版 2014.9	367.7/KO	参考図書
老いの話題事典 中野展子著 東京堂出版 2014.7	367.7/O	閲覧室

### 本を探す

本の情報	請求記号	並んでいる場所
定年が楽しみになる！オヤジの地域デビュー 清水孝幸著 東京新聞 2018.3	367.7/TE	閲覧室
ちょこっとすばら老後は楽しい！ 保坂隆著 海竜社 2018.9	367.7/C	閲覧室
60歳から少しでも社会貢献を始める本 佐藤葉著 実務教育出版 2009.3	367.7/R	開架書庫
65歳で人生を変える 本岡類著 毎日新聞出版 2016.2	367.7/R	閲覧室
すごいトシヨリBOOK 池内紀著 毎日新聞出版 2017.8	914.6/I	閲覧室
ゆうゆうシニアライフご指南帖 読売新聞生活情報部編 生活書院 2007.11	367.9/Y	開架書庫
シニアよ、インターネットでつながろう！ 牧壮著 カナリアコミュニケーションズ 2018.12	547.48/SH	閲覧室
挑戦しよう！定年・シニア起業 岩本弘著 カナリアコミュニケーションズ 2015.1	335/C	閲覧室
シニア学びの群像 木下康仁著 弘文堂 2018.2	379.47/SH	閲覧室
定年からの旅行術 加藤仁著 講談社 2009.9	S290.9/TE	1書庫1層

公園うんどうで寝たきりを防ぐ！ 体力づくり指導協会監修 産業編集センター 2017.10	493.185/KO	閲覧室
女性の「定年後」 香山リカ著 大和書房 2018.7	159.6/J	閲覧室
注文をまちがえる料理店 小国土朗著 あさ出版 2017.11	493.758/C	閲覧室

### インターネットを使って調べる

- 高齢社会対策（内閣府） <https://www8.cao.go.jp/kourei/index.html>
- 統計からみた我が国の高齢者（総務省統計局 統計トピックス）  
<http://www.stat.go.jp/data/topics/topi1130.html>
- シニア生きいき探求サイト（北海道長寿社会推進センター） <http://www.dochoju.jp/ikiiki/index.cgi>
- シニア・ナビ（松竹ブロードキャスティング株式会社） <https://www.senior-navi.com/>
- 公益財団法人 全国老人クラブ連合会 <http://www.zenrouren.com/>
- 公益財団法人 長寿科学振興財団 健康長寿ネット <https://www.tyojyu.or.jp/net/>
- 一般財団法人 長寿社会開発センター <http://www.nenrin.or.jp>

### 関係機関・団体

関係の専門機関などにもたずねてみましょう。  
利用にあたっては、事前に対応してくれる時間や手続きなども確認しましょう。

- 北海道高齢者保健福祉課 <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/khf/>  
札幌市中央区北3条西6丁目 ☎ 011-231-4111（大代表）
- 北海道社会福祉協議会 <http://www.dosyakyo.or.jp/>  
札幌市中央区北2条西7丁目1番地かでの2. 7 ☎ 011-241-3976（代表）
- 北海道立生涯学習推進センター <https://manabi.pref.hokkaido.jp/center>  
札幌市中央区北2条西7丁目1番地かでの2. 7ビル 8階  
☎ 011-231-4111（内線36-323-327）

### 【資料を自由に手に取れる場所】

- ・ 閲覧室
- ・ 参考図書
- ・ 開架書庫
- ・ 子どもの本コーナー
- ・ 書誌
- ・ 雑誌索引
- ・ 医療健康情報コーナー
- ・ ビジネスコーナー
- ・ 旅の本コーナー
- ・ 一般展示中
- ・ 窓辺の本棚
- ・ 文庫・新書コーナー
- ・ 県史・市町村史コーナー
- ・ 大活字本コーナー
- ・ 社史コーナー
- ・ 漫画コーナー
- ・ えほんコーナー
- ・ えほんコーナー展示
- ・ 読書案内コーナー
- ・ 学校図書館支援コーナー
- ・ 図書館学資料室
- ・ 図書館学雑誌

ここで紹介した資料や情報は、ほんの一例です。さらに調査をすすめるために、わからないことがあれば、図書館の職員におたずねください。