



「<最近こんなことはありませんか>

- ① 声が出にくい ② 声に自信がない ③ 何度も聞き返される ④ 頬のたるみが目立つ ⑤ 姿勢が悪くなった ⑥ 肩こりがひどい ⑦ 口が乾きやすい ⑧ おせることが多くなった ⑨ すぐに言葉が出ない ⑩ 理解力が衰えている ⑪ 物忘れをする ⑫ 人と話す機会がなくなった ⑬ 話すことが億劫だ ⑭ 人と会いたくない ⑮ イライラしている ⑯ 眠れない ⑰ 集中力が続かない ⑱ 教養を深めたい ⑲ 刺激がほしい ⑳ 何か新しいことがしたい

この中で、あてはまることがあった方、もしかしたら音読でその悩みを解決することができるかもしれません。」

『「毎日音読」で人生を変える』寺田理恵子/著  
(さくら舎 2021年9月刊) より

## とあ お問い合わせ

おおさかしりつなにわとしょかん  
●大阪市立浪速図書館

でんわ  
電話06-6632-4946

おおさかしなにわくしきつにし  
大阪市浪速区敷津西1-5-23

おおさかしりつなにわくろうじんふくし  
●大阪市立浪速区老人福祉センター

でんわ  
電話06-6643-0792

おおさかしなにわくしもでら  
大阪市浪速区下寺2-2-12

