

第29回 鳥取県図書館大会  
「つながりのきっかけを見つけよう!類縁機関活動紹介」

## 「デジタルデトックス」

～心と体の健康は体験活動と読書から～

令和6年7月31日(水)

13:15～14:45

鳥取県立船上山少年自然の家

指導係長兼社会教育主事

坂西理之

1. はじめに ～現代人はストレスいっぱい!～

2. 心と体が健康になるために

(1) 船上山少年自然の家「入所による活動紹介」

(2) 船上山少年自然の家「主催事業の活動紹介」

3. 図書館と自然の家とつながるアイデア(案)

～できるかできないかは私たちの工夫しだい!?～

4. その他