



KOMORO 小諸市

<http://www.city.komoro.nagano.jp/>



御影新田の 道祖神祭り

1月7日(日) 午後6時頃～

場所 小諸市大字御影新田
御影コミュニティセンター前

御影新田の道祖神祭りは、江戸時代から300年以上続いている正月の伝統行事です。県の重要無形民俗文化財にも指定されていて、毎年1月7日に無病息災、五穀豊穡、子孫繁栄、家内安全などを願い、子どもたちを乗せた上宿と下宿の2台の大山車が囃子太鼓とともにぶつかり合いを繰り返すひと味違った勇壮な祭りです。

今年は、初めて御影天領太鼓の演奏が行われます。

■問い合わせ先 道祖神世話人会長 土屋(☎23-4540)



軽井沢町 KARUIZAWA

<http://www.town.karuizawa.nagano.jp/>



長野オリンピック10周年記念イベント

長野オリンピックメモリアル写真展

～軽井沢の熱い7日間～

●開催期日/1月28日(月)～2月1日(金)

●開催場所/勤労者体育センター

※その他、1月から3月まで軽井沢町内各所でミニ写真展開催

夢はオリンピック 軽井沢カーリングフォーラム

●開催期日/2月24日(日)

●開催場所/大賀ホール

●特別ゲスト/白鳥英美子(ミニコンサート開催)

入場無料 入場ハガキが必要です ご希望の方は事務局にて受付中!

ABNドキュメンタリー特別番組

「軽井沢からバンクーバーへ」

～カーリングにかける情熱～

3月中旬オンエア!

10年目を迎えるアジアで唯一の国際選手権大会

軽井沢国際カーリング選手権大会2008

<開催日> 2/13(水)～17(日) <会場> スカップ軽井沢 (軽井沢風越公園) 入場無料

問い合わせ先

長野オリンピック10周年記念事業軽井沢町実行委員会
軽井沢国際カーリング選手権大会実行委員会
事務局スポーツコミュニティー軽井沢クラブ ☎48-2722
www.karuizawaclub.ne.jp/icurling/

「長野オリンピック記念基金」活用事業

Support for this competition was given by the Nagano Olympic Commemorative Fund

介護のとびら

問い合わせ先
地域包括支援センター
電話 31-25100(やまゆり共同作業所内)

「介護予防教室」が好評です！

10月より始まった介護予防教室に好評をいただいています。「介護を予防しながら生活することを目指すこの教室には、皆さまからお預かりした介護保険料が使われています。自立した生活をできるだけ長く続けるために、介護予防教室をお役立てください。

申し込み受け付け中

対象は今年度60歳以上になる町民の方(S23.3.31以前に生まれた方)です。地域包括支援センターまで電話でお申し込みください。

今後の予定

第7回「口腔機能の改善(嚥下体操)」

1月11日(金)

午後1時30分～3時30分

会場 人権センター2階

*口の状態がよくなると、かむ力や飲みこむ力が強くなり、だ液もよく出て消化が助けられ、体に栄養が届きやすくなります。さらに、だ液は免疫力を高める働きがあるので、病気にかかりにくくなります。口の手入れと体操について、林歯科の歯科衛生士さんにお話をうかがいます。

第8回「閉じこもり予防」

1月25日(金)

午後1時30分～3時30分

会場 人権センター2階

*自宅から出ない「閉じこもり」の生活が続くと、運動機能の低下や認知症を招きやすくなります。家の中から家の外へ、地域へ：生活空間を広げ、生活全般を活性化することも、大切な介護予防です。そのためにはどうすればいいでしょうか？御代田町社会福祉協議会の福祉係長よりお話をうかがいます。

第9回「運動器の機能向上」

2月8日(金)

午後1時30分～3時30分

会場 人権センター2階

*自立していた高齢者が要介護状態になる原因の約3割は、体を動かす機能の低下に關係するものです。介護予防のためには、運動器の機能を向上させることが大変重要です。町が特定高齢者の介護予防事業を委託している、ニチイケアセンターみよたのセンター長より、自宅でできる運動を学びます。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



「昆虫タンパクを見直そう」

11月23日は佐久市中佐都地区の「食を考える集い」に参加。またの名を「ゲテモノ食いの会」と呼び、今年で16回目。その名のとおり「ゲテモノ」といわれるヘビやゲンゴロウ、カマキリ、カエル、スズメバチなどの昆虫や爬虫類を煮たり、焼酎漬にしたりと調理したものを80人ほどの参加者でいただきました。「町長さん、これおいしいから食べてみて」とすすめられた、ある食材。恐る恐る口に入れてみると結構おいしい。「これ何ですか？」とたずねて驚いた。「ミミズです。「えっ?!×△※?!...」これは、ミミズを粉にしてハンバーグのように調理したもので原型はまったくありませんが、それでもミミズと言われると……」。

こうした「ゲテモノ」といわれる食材は、昔は佐久の地域で普通に食べていたものです。ところが食生活が変わる中で、きわめて特殊な食材になってしまいました。会員の皆さんは、この「集い」に向け1年間かけて食材を集めているそうです。

長寿国を誇っていた沖縄の平均寿命がどんどん落ちてきたのは、県民の食生活がアメリカ化してきたからだと言われています。

私たちの日常生活をみると輸入食料が増えて、安心・安全な食料の確保は国民的な課題になってきています。「ゲテモノ食いの会」とおして、私たちの日常の「食」を考える機会になりました。

町長直通

Fax 32-3141

メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp