

介護のとびら

受講者募集

平成28年度生活・介護支援サポーター（6期生）養成講座

仲間と共に「はつらつサポーター」として、健康と生きがいづくりの活動をしませんか？

生活・介護支援サポーター（通称はつらつサポーター）は、地域や町のイベントで高齢者の介護予防を目的とする健康づくりの推進を担っています。

本格的な高齢社会を迎えるにあたり、「地域づくり」や「地域の絆」が必要です。役立ちたいという気持ちがあっても何から取り組めばいいのかわからない…、そんな時は同じ志をもった仲間づくりからはじめてみるのはいかがでしょうか。

皆さまの参加をお待ちしています。

申し込み・問い合わせ先
地域包括支援センター
(保健福祉課介護高齢係内) (31)2510

【開催日・内容】

月 日	内 容
4月13日(火)	高齢者の理解と対応 住民主体の介護予防
4月26日(火)	認知症サポーター養成講座
5月27日(金)	認知症の理解と対応
6月14日(火)	家事援助の基本 コミュニケーションと接遇
7月12日(火)	効果を上げる運動指導
6～9月	介護予防事業見学実習(3回)
8月2日(火)	救急法
9月6日(火)	実習まとめ これからの介護予防

【時間】

午後1時30分～4時

(受付 午後1時15分～1時30分)

【持ち物】

筆記用具、飲み物(水、お茶等)、汗拭きタオル

※動きやすい服装でご参加ください。

【場所】

保健センターまたはエコールみよた

- 【対象】
- 介護や福祉、介護予防の知識を生かし、地域の役に立ちたいとお考えの方
 - 生涯現役をめざし、町づくり協力したいとお考えの方

【申込締切】

3月22日(火)(20人になり次第締め切り)

【申し込み・問い合わせ先】

地域包括支援センター(31)2510

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



1月20日、大寒の日に草越で行われている「寒の水」に、今年も参加しました(当日は、また58歳)。今年で5回目の参加でしたが、少し前までは雪も降らずに暖かい日が続き「今年は楽だ！」なんて軽く考えていたら、直前になっての大雪……。

当日は、まわりに沢山の雪と凍った道路という厳しい寒さのなか、ワラジを履いて頭にワラで作ったトキンをかぶり、赤いフンドシ姿で大勢の若者たちと一緒に水をかぶりました。

「今年もこの地域が実り豊かで、町民の皆さまが健康で生活できますように……」と願って神社にお参りするはずでしたが、あまりの寒さに「早く火のある暖かいところへ行きたい」という切実な思いが先になり、残念ながら一つの願い事もできませんでした。

この「寒の水」は、行者の修行として古くから行われてきた長い歴史があり、寒中に水をかぶるといふ勇壮な行事であることから、毎年、全国各地から写真撮りに来る方々が大勢います。

「町長、そこで水をかぶって」「もっと盛大にかぶって」など、顔なじみになったカメラマンから注文がきます。こうした皆さんから、役場に写真が届けられるわけですが、今年もさっそく送っていただきました。

「寒の水」のおかげで、今年はずいぶん健康でいたいです。

町長直通

ご意見をお気軽にお寄せください。

ファックス (32)3141 メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp

浅麓Walker

小諸市・軽井沢町のイベント情報などをお知らせします。



K O M O R O 小諸市

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



小諸市児童遊園地オープニングイベント

「小諸市児童遊園地」がいよいよ3月19日(土)から営業を開始します。

日頃のご愛顧に感謝して、3月26日(土)、27日(日)にオープニングイベントを開催します。
ぜひ、遊びにきてください!!

日頃のご愛顧に感謝して、3月26日(土)・27日(日)は、

1人500円で遊具乗り放題!!

オープニングイベントの日は、午前9時30分パスポート販売開始、午後3時販売終了となります。



◆営業時間

午前9時～午後5時

▼問い合わせ先

懐古園事務所 ☎(22)0296



軽井沢町 KARUIZAWA

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



G7長野県・軽井沢交通大臣会合開催 200日前記念ウィーク

～交通がつないだ軽井沢の発展と未来～

9月24・25日に開催される、G7長野県・軽井沢交通大臣会合の200日前を記念して、下記のとおりイベントを行います。

当日は、G7をイメージした創作スイーツの試食や、ラジオの公開生放送、銅版画家小松美羽さんによるペイントライブなどが予定されています。

多くの皆様のご来場をお待ちしております。

日 時: 3月5日(土) 午前10時から午後3時まで
場 所: 軽井沢アイスパーク(風越公園内)



【問い合わせ先】企画課 閣僚会合推進係 ☎(45)8883