

# 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)2510

## 大好評！平成21年度介護予防教室

平成21年度の予防教室は3月26日に終了式を迎えました。



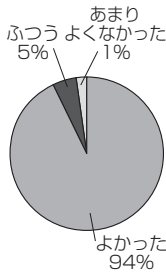
「皆勤賞」  
1年間休まず参加した方は11名！



「ご長寿賞」  
90歳以上の参加者1名！  
みんなの目標となってきています。

### 平成21年度介護予防教室 アンケート結果報告(回答89名)

#### 全体を通して参加した感想



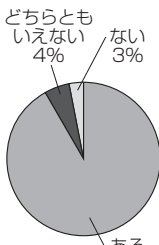
#### 講義内容についての感想

- 適切な運動、講義は実生活に役立つ。(運動器の機能向上)
- 昔懐かしい気持ちになった。(音楽療法)
- 適切な予防策があることが分かった。(認知症の予防)
- 脳の活性化に役立ち、楽しい。(レクリエーション)
- 知識を得て、参考になった。(栄養教室・口腔機能向上)

#### 参加後の意識の変化

- 以前より運動するようになった。
- 外出の回数が増えた。
- 介護予防の意識が高まった。
- 人との交流を楽しめるようになった。

#### 来年度の予防教室への参加希望



● 9割以上の方が継続参加を希望しています。

22年度は、チェア太極拳など講座のメニューを増やし、参加者が楽しみながら「介護予防」の知識を身につけ、生活に取り入れられるように計画しています。

ようこそ

## 町長室へ

茂木 祐司



町の行政は、日本の政治と経済の動向を的確に把握して対応し、運営しなければなりません。それにしても、「現在の日本はどうなっているのか？」ということを、だれもが考えざるを得ない状況にまで日本の政治と経済が陥っている「病気」は重いのだと思います。

民主党政権の誕生は、こうした日本の陥っていた閉塞感を打ち破ってくれているのではないかとという国民の大きな期待の現われでした。それも最近では薄らいできてしまったのは残念でなりません。

こうした政治状況のもとで、御代田町としても中学校の建て替え工事などの大規模事業を進めていますが、いわゆる「事業仕分け」の影響もあって予算が削減されて、予定していた補助金が見つからないなどの事態が、突然おきることもあります。

民主党の基本方針は「官僚主導から政治主導」となっていますので、私たちの方針も政治的な対応が重要になります。この3カ月ほどで私も文部科学省や厚生労働省、民主党副幹事長のもとにも足を運んで要望活動を行いました。その結果、中学校建設で削減されようとしていた補助金を復活していただくことができました。これからも新たな事業を展望して国に対してさまざまな要望を強めてまいります。私たちが切望するのは、まさに「町民益」にかなう町政の実現であり、そのためのあらゆる努力を傾注していきたいと考えています。

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



## KOMORO 小諸市

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



### 市立 小諸高原美術館・白鳥映雪館

#### ◆長野県在住日展日本画家展

7月4日(日)まで  
県内在住の日展日本画部に所属する  
作家16名の作品約40点がご覧いただけます。

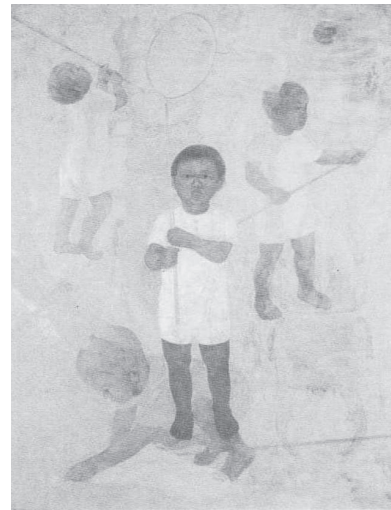
#### ◆白鳥映雪館

画伯の作品が常時展示されています。

◆開館時間 午前9時～午後5時  
6月の休館日 毎週月曜日

◆観覧料 一般 500円／小中学生 250円

▼問い合わせ先 市立小諸高原美術館・白鳥映雪館  
(26) 2070



渡辺幸子「夏の日」



## 軽井沢町 KARUIZAWA

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



### 軽井沢町植物園へ お出かけください

～さまざまな植物をご覧いただけます～

入園料 100円(小学生以上)

#### 6月に見ごろの植物

##### 上旬

アヤメ、イブキトラノオ、カラフトイバラ、チョウジソウ、ニッコウキスゲ、ハナイカダ、ハマナシ、ヤマボウシ、ルリソウ

##### 中旬

キリガミネヒオウギアヤメ、サンショウバラ、シャジクソウ、ツキヌキソウ、ヒトツバタゴ、ヒオウギアヤメ、ムシヤリンドウ

##### 下旬

エゾオオヤマハコベ、オオバノキハダ、クララ、ナツツバキ、ニッコウバイカウツギ、ノイバラ、ホザキシモツケ、ヤマタバコ



#### ヤマタバコ

中部地方のやや湿り気のある草原などに生える多年草で、近年その絶滅が危惧されている植物のひとつです。  
植物園ではこのヤマタバコを大切に育てています。

問い合わせ先 軽井沢町植物園 (48)3337