

介護のとびら

《介護予防教室》

(栄養教室・調理実習)

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

町では《介護予防教室》を月に2回開催し、今年で8年目になります。好評をいただき、毎回100人を超える方々が参加しています。

その中の栄養教室では、日ごろから調理をしている方もしていない方も、栄養士の講義を受け、改めてバランスのとれた食事の大切さを学習しています。今年度の第1

回目は簡単なメニューで和気あいあいと、調理実習が終了しました。介護予防教室にまだ参加されたことのない方、ぜひ一度足を運んでみませんか？お待ちしております。



男性も頑張って調理しています！

会場：エコールみよた あつもりホール
日時：原則 第2・第4金曜日

午後1時30分～3時30分

詳しい日程は町ホームページまたは暮らしのカレンダーをご覧ください。

《朝の健康体操》のお知らせ



はつらつサポーターによる体操風景

御代田町のはつらつサポーターが、7月から10月までの4カ月間、毎週日曜日の朝に健康体操を行います。

介護予防教室でもおなじみの「千曲川」や「サザエさん」・「ふるさと」の曲に加えて、新たな体操も実施予定です。子どもから高齢者までどなたでも参加できます。申し込みは不要です。朝の目覚めの体操として、ぜひお越しください。

大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

場所：龍神の杜公園ステージ前

日時：7月～10月の毎週日曜日

午前7時から20分程度

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



東日本大震災を経験した私たちは、日ごろから災害に備えることの重要性を学びました。防災という道路や水路などの改修というハード事業の推進も重要です。あわせて、ご近所の助け合い、地域の連携や協力関係、あるいは地域での防災訓練なども重要になっていきます。

町では昨年、災害発生時を想定した職員参集訓練を実施しています。休日や夜間などに災害が発生したときに、職員が町役場などに集合し、それぞれの課や係として災害に対応するためです。

私自身、6年前の台風9号による災害では、風倒木による広い範囲での停電や道路の封鎖、上水道施設への電気の供給、避難者への対応などのために深夜に職員を招集した経験もあります。

今回、町が実施した職員の参集訓練は、事前に実施日時を知らせることをせず、メールによる全職員への一斉送信と、各課内での連絡網の整備によって招集するという内容で準備をすすめてきました。

訓練は浅間山の噴火を想定して、土曜日の朝6時50分に第一報の情報を送信して役場庁舎に招集しました。平均の到着時間は19分でしたので、まずまずの訓練成果が出せたのではないかと感じました。

町では、今後もこうした訓練を重ねて、町民の皆さまが安全で安心できる生活をおくれるよう防災対策を強めてまいりますので、ご支援とご協力をよろしく願っています。

町長直通

ご意見をお気軽におよせください。

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



K O M O R O 小諸市

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



小山敬三美術館 夏の特別企画展

小山敬三美術館(懐古園内)では、9月8日(日)まで、夏の特別企画展として、「花の絵と壺展」「本画と下図展」2つの企画を同時開催しています。

- ◆開館時間 午前8時30分～午後5時
- ◆休館日 特別企画展期間中無休
- ◆観覧料 一般200円/小中学生100円
- ▼問い合わせ先 小山敬三美術館 ☎22-3428



小山敬三
古城一郭
木炭

市立 小諸高原美術館・白鳥映雪館

■海野和男の小諸日記(昆虫写真展)
9月1日(日)まで



- 白鳥映雪秀作展
- ◆開館時間 午前9時～午後5時
 - ◆8月の休館日 月曜日
 - ◆入館料 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
- 白鳥映雪館では、画伯の秀作が常時ご覧頂けます。



軽井沢町 KARUIZAWA

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



「リゾートコンサートイン軽井沢」 重要文化財・旧三笠ホテルで開催します

～軽井沢の歴史的文化遺産にて素敵な音楽を生演奏でお届けします～

- と き 8月13日(火)・14日(水)・15日(木)
11時～11時30分、14時～14時30分(各日2回公演)
- ところ 重要文化財・旧三笠ホテルロビー
- 入館料 大人 400円 小中高生 200円
- 演奏者 弦楽四重奏 Quantize (クオンタイズ)
ヴァイオリン 向江陽子・武田圭司
ヴィオラ 川島夏奈江
チェロ 吉田智郷
- 曲 目 ジブリメドレー、ディズニーメドレー、アレクサンドル・ボロディン/弦楽四重奏曲第2番 二長調 他



※演奏時間等は、変更となる場合があります。
※席に限りがあります。立ち見となる場合もありますので、ご了承ください。

【問い合わせ】 軽井沢町教育委員会 文化振興係 ☎45-8695