

# 介護のとびら

問い合わせ先  
地域包括支援センター

(保健福祉課地域包括支援係) (31)2510

## 家族介護教室にいらっしやいませんか

「介護予防に役立つ口腔ケア」健口長寿を目指して」をテーマに家族介護教室を開催します。

◎口腔機能は心と体の健康に密接に結びついています。

口腔機能は、食べる、息をする、話す、歌う、表情を豊かにするなど元気に自分らしくいきいきと生活するために大切な機能です。口の清潔を保ち、更によりハビリーを実践することが健康長寿につながります。

◎介護も「食のケア」が大切。

在宅介護を続けるためには、口から食べることは重要です。食事の介護について一緒に学んでみませんか。家族介護教室では「食のケア」をテーマに分かりやすいお話や自助具の紹介をします。

コーヒーを飲みながら参加者の皆さんと会話を楽しむリフレッシュタイムもあります。

### ●日時

平成30年1月27日(土)  
午後1時30分～3時30分  
(受付:午後1時15分～1時30分)

### ●場所

エコールみよた 大会議室

### ●講師

浅間南麓こもろ医療センター  
言語聴覚士、作業療法士

### ●対象

全町民

○介護している家族や援助者  
○介護に関心のある人

### ●定員 30名

※家族介護教室への参加は、地域包括支援センターまでお申し込みください。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



「長寿早押しクイズ」という番組をご存知でしょうか?ご長寿の方がクイズに答えるのですが、人生経験の豊かな方々の迷回答・珍回答でとても盛り上がる番組です。

11月7日に「エコールみよた」で番組の予選会が行われ、御代田町在住の80歳以上の「ご長寿」、約30人に参加していただきました。

全国各地で30カ所ほどの予選会を行うという、テレビ局の方の説明でした。その予選会で選ばれた方が東京での最終予選を行って、9名の方が番組に出演できるということで、ものすごくハードルの高い予選会のようなのです。

私も見学させていただきましたが、皆さんの答えが面白くて、久しぶりの大爆笑でした。

例えば「物語で、シンデレラがお城に向かう時の乗り物は?」というクイズに、「ハイヒールで歩いた」とか「ハスの葉っぱの馬車」……。小説で太宰治の名作は、走れ○○○というクイズに「走れこくま」「走れメロン」とか……。「サザエさんの弟はカツオですが、その妹の名前は?」に、「マグロ」……などなど。

さすがは「ご長寿の皆さまだからこそ、人を楽しませてくれる回答ができるのだと思います。

参加いただいた皆さまが、健康で「ご長寿を迎えられたこと」をお祝いするとともに、感謝の気持ちを込めて大きな拍手を送りました。

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

# せんろく 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。



## 小諸市 / KOMORO

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

### 小諸市動物園 クリスマス イベント

12/9(土)・10(日) 11:30~12:30

#### 「クリスマス工作会」

松ぼっくりを使って、ミニクリスマスツリーを作ります。

12/23(土)・24(日)

#### 「サンタさんからのクリスマスプレゼント」

動物園にいるサンタさんに声をかけると、動物園オリジナルプレゼントがもらえます。(各日先着100名様)

#### 「動物と一緒に写真を撮ろう〜クリスマスバージョン〜」

クリスマスの恰好をした動物たちと記念撮影ができます。

【モルモット 13:00~14:00】

【ポニー 14:00~14:30】

【ペンギン 14:50~15:10】

問い合わせ先 懐古園事務所 ☎22-0296

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

KARUIZAWA

## 軽井沢町



### Karuizawa Winter Festival 2018 Wite Love in KARUIZAWA

2018年  
3月4日(日)  
まで

#### ★クリスマスキャンドルタウン

日程 12月2日(土)・3日(日)・9日(土)・10日(日)・16日(土)から25日(月)まで

場所 軽井沢ウエディング協会加盟の施設

#### ★恵みシャレー軽井沢クリスマスナイトマルシェ

日時 12月16日(土) 16時から20時まで

場所 恵みシャレー軽井沢

#### ★軽井沢吹奏楽団・クリスマスコンサート

日時 12月17日(日) 13時30分開場

場所 軽井沢大賀ホール(入場無料)



※詳しくは、「軽井沢・冬ものがたり」ホームページ(<https://www.karuizawamonogatari.jp/>)をご覧ください。

問い合わせ先 軽井沢ウインターフェスティバル専用ダイヤル ☎41-6168

(広告欄)

日頃お世話になっているあの人へ  
信州の美味しい麺をお贈りしませんか。

全国  
発送



御代田町特産品認定  
伊押し

そば通も満足!  
信州八割そば



そば通も満足!  
信州八割そば

今すぐお電話を Tel.32-2022

やまishi 栄町店

Fax.32-3966

まだ間に合う! 忘新年会はやっぱり「旬香」

おいしいお酒と、お料理で笑顔こぼれるひと時を!

旬香感謝月間!!

四季の味処

11/27(日) ▶ 11/30(木)

ハイボールフェア

旬香

角ハイボール (1杯) 200円

SYUNKA

四季折々の食材で皆様をおもてなし ☎0267-32-8833