

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

平成30年度「介護予防教室」に参加しませんか！

第2・4金曜日は「介護予防教室」。平成18年から開催し、13年目に入ります。皆さまの生活の中の一部として定着していただいています。町では、高齢者の皆さまの介護予防や健康づくりの取り組みのお手伝いとして「介護予防教室」を開催しています。今まで教室にご参加いただいた方はもちろん、これから介護予防を始めた方も「介護予防教室」に参加して、地域の仲間といきいき生活を楽しみましょう。

今後は「介護のとびら」のページで今月の教室のご紹介をします。ご覧になり、興味が湧きましたら、ぜひ「介護予防教室」へご参加ください。お待ちしております。

※平成30年度暮らしのカレンダーでも日程を掲載しています。

《介護予防教室》

- 対象者 60歳以上の住民
- 日程 平成30年4月～平成31年3月
(原則毎月2回)
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 場所 エコールみやたあつもりホール
- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル、筆記用具、※動きやすい服装・靴でご参加ください。
- 参加申し込みは直接会場で受け付けます。

(表)平成30年度4～9月の予定表

4月13日(金)	【開講式】 笑って脳トレ!	レクリエーションインストラクター 宮下 泰広 氏
4月27日(金)	音楽でこころと脳の健康づくり	音楽療法士 北畑 道子 氏
5月11日(金)	60歳からの健康づくり	理学療法士 中村 崇 氏
5月25日(金)	音楽でこころと脳の健康づくり	音楽療法士 北畑 道子 氏
6月 8日(金)	リンパマッサージで心と体のセルフケア	(株)ドリームシード 保健師 三井 洋子 氏
6月22日(金)	上手にお金を使って人生をより良く楽しく過ごしませんか	金融広報アドバイザー 宮原 則子 氏
7月13日(金)	じっくり体を動かそう	理学療法士 関口 憲治 氏
7月27日(金)	音楽でこころと脳の健康づくり	音楽療法士 北畑 道子 氏
8月10日(金)	歯と口腔の健康	長野県歯科衛生士会 宮島 典子 氏
8月24日(金)	疑似体験をとおして認知症を理解しよう	石川県立看護大学助教 清水 暢子 氏
9月14日(金)	『みんなの体操』正しい体の動かし方	健康運動指導士 柳澤 和也 氏
9月28日(金)	音楽でこころと脳の健康づくり	音楽療法士 北畑 道子 氏

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



いまはスイッチひとつで、お湯が出る、食べ物が温まる、洗濯が始まる、車のエンジンがかかるという便利な世の中になりました。

この冬、前半は暖冬気味でしたが、後半はとても厳しい寒さが続きました。

この厳しい寒さで、わが家でもトラブルが発生。屋外の給湯器の配管の一部が凍結して、動かなくなっていました。コンピューターによるエラー表示が出てしまうと、素人にはどうにもなりません。お風呂に入れない、冷たい水での食器洗いなど、天国から地獄の生活です。

設備屋さんも、多くの家庭で同じような事故が起きてしまっています。ジェットヒーターなどで給湯器を温めて、ようやく一日半後に復旧しました。さらに、私の自動車のエンジンがかからない……ということまで起きました。厳しい寒さでバッテリーが低下したことが原因で、さらにコンピューターが作動しなくなりましたためです。またまた「エラー」表示です。

車の販売店でコンピューターのリセットを行って……というような作業によって、ようやく動くようになりまし。

日頃は進歩した家電製品などによって快適な生活をしていますが、災害などによる停電、積雪や異常低温など自然の巨大な力の前には、人間はまだまだ無力な存在なんだと感じたこの冬の出来事でした。

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/>

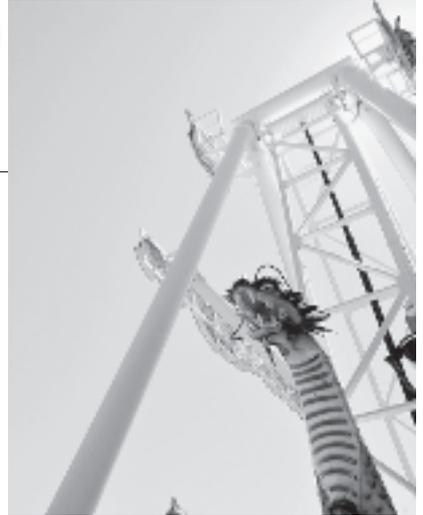
小諸市児童遊園地 オープニングイベント

3/17(土)・18(日) 9:30~16:30

500円で遊具が乗り放題!!

今年もこの季節がやってきました!
一人500円で遊具乗り放題イベントを開催します。
各種出店や動物たちとのふれあいも予定しています。
ご家族でぜひ、遊びにきてください。

▼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



堀辰雄文学記念館

開館25周年企画展「堀辰雄とすばらしき文学者たち」

堀辰雄文学記念館は、平成5年4月に開館し、多くの皆様方に支えられて今年で開館25周年を迎えます。
今回の企画展は開館25周年の第一弾として、堀辰雄が交流した、室生犀星、芥川龍之介、川端康成、中村真一郎など多くの文学者たちについて、書簡、作品、写真などの関連資料を交えながら展示します。
また、初公開となる資料も同時に紹介します。

開催期間 平成30年3月15日(木)～6月17日(日)
開館時間 9時～17時(最終入館:16時30分)
休館日 水曜日(祝日の場合は開館)
入館料 大人:400円、小中高生:200円
※追分宿郷土館との共通券ですのであわせて見学できます。

問い合わせ先 堀辰雄文学記念館 電話 (45)2050



堀辰雄 昭和12年
信濃追分 水車の前にて

(広告欄)

自家焙煎珈琲豆販売

SANGA
COFFEE



カップが自然に傾くね。
後味スッキリ、サンガの珈琲。

珈琲が手放せない。
人生あれこれあるから

「はい、コーヒー」。



恋をした、と
のぼせている人に

「はい、コーヒー」。



ふられた、と

ガツカリしている人に

長野県北佐久郡御代田町御代田1972-1 (小田井交差点西入ル)
11:00~18:00/年末年始を除き無休 Tel.0267-32-6718/Fax.0267-32-6784