

**軽井沢町** <https://www.town.karuizawa.lg.jp/>

## Karuizawa Winter Festival 2020 大切な人に贈る軽井沢の冬

3月1日(日)まで

- JOCジュニアオリンピックカップ (スケート大会)  
日程：1月11日(土)～13日(月・祝) 場所：風越公園スケートリンク
- 第58回 軽井沢スケート競技会 ～中学校の部～  
日程：1月18日(土)・19日(日) 場所：風越公園スケートリンク
- 軽井沢スイーツ散歩 ザ・プレミアムブッフエ (予約制)  
日程：2月1日(土) 場所：万平ホテル  
問い合わせ先 軽井沢スイーツ散歩事務局 (46)9155
- 軽井沢オープンカーリング大会  
日程：2月28日(金)～3月1日(日)まで 場所：風越公園軽井沢アイスパーク



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 0267 (48) 6460

**小諸市** <https://www.city.komoro.lg.jp/>

## 「地産地消 おいしい食の展示会 in 小諸」 を開催します!!

参加者募集

小諸市の「食」に関わる企業・農家が出展する展示商談会を以下のとおり開催します。商品の購入のための展示会だけではなく、新たな商品開発による事業拡大の情報交換の場としてもご活用ください!! ご参加お待ちしております!!

**日時** 1月28日(火) 午後1時～4時  
**場所** ベルウィンこもろ3階虹のホール  
**申込み** 不要  
**参加費** 無料

**【出展業種】** 漁業、農業、日本酒製造、ワイン製造、食料品製造業、食料加工品委託製造、お土産等企画、卸小売り、包装メーカー

**【参加募集】** 飲食店、宿泊業者、卸売業者、バイヤーの方、興味のある方  
※出展企業等詳細は「小諸市 展示会」で検索! 随時更新予定!!



問い合わせ先 小諸市商工観光課企業立地定住促進係 (22) 1700

## 介護のとびら

地域包括支援センター  
(保健福祉課地域包括支援係) (31) 2510

### 介護予防・生活支援サービスとは

現在町では、要支援1、2と、基本チェックリスト該当者を対象に、介護予防・生活支援サービスを提供しています。  
サービス内容は、訪問型サービスと通所型サービスがあります。

#### 〈訪問型サービス〉

- ①訪問介護  
身体介護を含む生活援助をホームヘルパーにより提供
- ②訪問型サービスA  
身体介護を含まない生活援助をホームヘルパーにより提供
- ③訪問型サービスB・D  
身体介護を含まない家事支援、及び通院などの付き添い支援を、住民ボランティア等により提供

今回は、③訪問型サービスB・D(住民主体による支援)についてご紹介します。

#### 訪問型サービスB

自立した生活を送るため、調理、

#### 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

#### 訪問型サービスD

掃除、洗濯などの家事を住民ボランティアと一緒にしています。  
病院・買い物などの付き添い支援を、住民ボランティアが行います。ほとんどの場合、移送支援と組み合わせで利用します。

#### 住民ボランティアとは

訪問型サービスB・Dを担う住民ボランティアとは、主にシルバー人材センターや、NPO法人御代田町はつらつサポーターの方々によって行われます。

#### Q、利用するには?

A、地域包括支援センターへご相談ください。

職員が、電話または訪問にて様子を伺い、基本チェックリストを実施し、サービス利用の対象が確認します。  
利用料など、詳細については、地域包括支援センターへお問い合わせください。

#### 利用者の声

##### 〈訪問型サービスB〉

この日は、はつらつサポーターと一緒にスパゲッティを作りました。配食サービスも利用していますが、温かくできたての食事が食べられるのは、うれしいことです。はつらつサポーターさんから食材の切り方や味付けを教わると、自分で調理するときにも応用できていると思います。話をしながら料理をするのも楽しいですね。



##### 〈訪問型サービスD〉

直接品物を見て買いたいことができるという事は、通信販売でカタログを見て買いたい物をするのとは異なる感じがしています。はつらつサポーターの方が「こちら



#### 商品のほうがおいしそうだよ」と声をかけてくれたり、主婦の目線で品物選びを手伝ってくれたりするので、より良い品を選ぶことができると思っています。

自動車運転免許証の返納をしましたが、サービスを利用することで、高齢者の一人暮らしでも困らずに生活を送れていると感じます。

お店に行くと直接品物を見て買いたい物があると、時季のものが出ていて季節を感じる事ができたり、ほかの人の様子を見ることができたりします。予定外の買い物で出費が増えることもあるけれど、それも楽しみだと思っています。

「知っておけば安心!」今からできる終活  
講師 MIYOTAカルテット(弦楽四重奏)  
「MIYOTAカルテットによる生演奏!」



〈1月介護予防教室〉  
第10回 1月10日(金)  
午後1時30分～3時

場所 エコールみよた  
講師 樹つばさ公益社 篠原憲文氏  
「知っておけば安心!」今からできる終活  
講師 MIYOTAカルテット(弦楽四重奏)  
「MIYOTAカルテットによる生演奏!」

ちよっと

抜け出して

珈琲一杯。



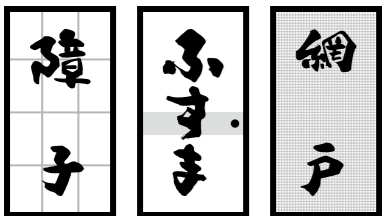
行く年、来る年  
思い出あって、  
想いもあって。  
気忙しい年の瀬ですが、  
珈琲を飲みながら  
お話しをおでかけください。

年末年始休業の  
お知らせ  
12月31日～1月3日まで  
1月4日より営業します。

自家焙煎珈琲豆販売  
SANGA  
COFFEE

長野県北佐久郡御代田町御代田1972-1(小田井文差点西入ル) 11:00～18:00 Tel.0267-32-6718 / Fax.0267-32-6784

障子・襖・網戸の張替えは当店へ



- 気軽に相談
- 見積り無料
- 運賃込み
- 持込値引
- まずはお電話を

ユニ企画印刷(有) TEL.0267-32-2502  
<http://www.unipp.net>