

新型コロナウイルス感染症の状況によっては中止・延期する可能性があります。

公民館ヨガ教室 参加者募集



場 所 エコールみよた 大会議室
 申 込 方 法 電話、窓口、町公民館SNSへのメッセージにて受け付けます。
 問い合わせ先 教育委員会生涯学習係 (32) 2770



instagram twitter

※予約制のため、事前に参加する日をお申し込みください。

「地域のゆとりヨガ教室 ~こどもが真ん中~」

日 時 10月7日(木)、21日(木) 午前10時~11時
 持ち物 ヨガマット(※レンタル100円)、ブランケット
 講 師 にしかわ まきえ(米国公認クリパルヨガ教師・保育士)
 参加費 800円 定 員 10名
 ※お子さまを連れて参加できます(生後2カ月以降)。
 ※授乳・おむつ替えも室内でできます。※病气やけがをしている方は医師に確認してからご参加ください。



「リラックス・リフレッシュヨガ教室 ~心と体を整える~」

日 時 10月1日、8日、15日、22日(金) 午後6時30分~7時30分
 持ち物 ヨガマット(※レンタルはありません)。
 講 師 なかざわ ようこ(ヨガインストラクター)
 参加費 500円 定 員 15名 ※小学校高学年以上からの参加が可能です(保護者同伴)。

女性と赤ちゃんのからだ相談室 カモミール

「だっことねんねんのお話 ~新生児からできるまんまるケア~」

講 師 梅澤 あやこ(理学療法士)
 日 時 10月13日(水) 午前10時~11時30分
 参加費 800円 定 員 10名
 ※持ち物：お子さまに必要なもの、お飲み物

戸籍の窓



※戸籍の窓は、届出者から了解を得て掲載しています。
 ※世帯主名、区名は住民票に基づいています。

●人口16,016人(前月比 +51) 男7,969人 女8,047人
 ●世帯数7,311世帯(前月比 +34) (8月1日現在)

ハチの巣駆除について

ご自宅に作られたハチの巣について、**町で駆除はしていません。**
 お手数ですが、電話帳などで、「ハチ駆除業者」や「消毒業者」をお調べいただき、直接お問い合わせください。
 また、駆除費用の助成もありません。

問い合わせ先
 町民課環境衛生係 (32) 3114

「収集不可シール」を知っていますか？

収集できません。持ち帰り、再資源分別して出してください。

1 指定品を使用してください。 月 日
 2 名称が記入です。
 3 分別されています。
 資源物(プラスチック)が混入しています。
 ペットボトルが混入しています。
 可燃ごみが混入しています。
 燃焼・融ハックが混入しています。
 汚れた物(プラスチック)が混入しています。
 二重袋が入っています。小袋と中身を資源物袋に入れてください。
 プラマークのない硬いプラスチック製品は不燃ごみとして出してください。
 4 その他



このシールは、分別が不十分などの理由により収集できなかった「ごみ袋」に貼られます。
 「ごみ袋」が自身が出した「ごみ袋」が残っていた場合には、シールを確認していただき、持ち帰り再分別してから出し直してください。
 町民課環境衛生係
 (32) 3114

長野県「既存住宅エネルギー自立化補助金」のお知らせ

長野県では県民の皆さまの太陽光発電設備と蓄電池の設置を応援します。

対象となる方
 居住する既存の住宅に「信州の屋根ソーラー認定事業者」の販売・施工により、太陽光パネル・蓄電池を新たに設置する方

補助額等
 ①太陽光発電設備と蓄電池を設置する場合 定額 20万円/件
 ②蓄電池のみ設置する場合 定額 15万円/件

※太陽光発電設備は10kW未満のもの、蓄電池は4kWh以上のものが対象です。
 ※グループ・パワー・チョイス(共同購入事業)との併用はできません。
 申し込み開始日
 7月16日(金)から
 ホームページ
<https://www.pref.nagano.jp/zerocarbon/jiritsu.html>



申し込み問い合わせ先
 佐久地域振興局
 環境・廃棄物対策課
 (63) 3166

ほんとうに、いい出会い



野ねずみきょうだいの草花あそび

「野ねずみきょうだいの草花あそび」
 初夏から秋まで
 カラスウリの乳母車、キンモクセイの香りかこ…。野ねずみきょうだいが、初夏、秋の身近な植物で楽しむ新しい草花あそびを紹介し、新鮮で美しく、作ってみたくなる約20種類の作品を収録。



「野ねずみきょうだいの草花あそび」
 相澤 悦子/作
 長谷川 直子/絵
 出版:福音館書店

「いつでも君のそばにいる」
 リト・葉っぱ切り絵/著
 出版:講談社



「いつでも君のそばにいる」
 リト・葉っぱ切り絵/著
 出版:講談社

ハーブのたのしみ方がいっぱい。秋にまくハーブもありますよ。

「ハーブをたのしむ絵本」
 お料理に使ったり、お風呂に入れたり、ポプリにして香りをたのしんだり…。育て方の基本からいろいろな活用法まで、ハーブ47種をイラストでたのしく紹介するハーブ入門。見返しにハーブの解説あり。



「ハーブをたのしむ絵本」
 大野 八生/作
 出版:あすなろ書房

「盤上の向日葵」
 山中で発見された白骨死体。現場に残された唯一の手がかりは伝説の名駒だった。4か月後、2人の刑事が竜昇戦の会場である天童に降り立つ。世紀の対局の先に待っていた、壮絶な結末とは。



「盤上の向日葵」
 柚月 裕子/著
 出版:中央公論新社