



ピアノと他楽器のアンサンブルや歌でのご参加もお待ちしています♪

エコールみよた、あつもりホールのピアノは音楽愛好家の憧れである《スタインウェイ社》のピアノです。一人でも多くの方に楽しんで演奏していただくことを目的としたコンサートで、音楽への気持ちを音符に変えて、次の出演者へつないでいくリレー方式となっています。皆さまどうぞお気軽にご参加ください。

日時	3月2日(日) 午前9時～正午ごろを予定
場所	エコールみよた あつもりホール
募集人数	50人(組) ※1人(組)1回 伴奏で出演される方については、例外になる場合もあります。 窓口までご相談ください。
参加資格	町民または町在勤の方、町内の音楽教室へ通われている方
演奏時間	1人(組)1曲 入退場含め5分程度
演奏方法	ピアノ独奏、ピアノ連弾、ピアノと他の楽器とのアンサンブルや合唱など、 ピアノの音色が引き立つものなら可能です。
参加費	無料
主催	御代田町公民館
協力	あつもりミュージックメイツ

申込方法	申込期間 1月22日(水)～2月7日(金) ※月曜日、日曜・祝日を除く 受付時間 午前9時～午後5時 申込場所 エコールみよた窓口にあります「参加申込・コメント表」に必要事項を 記入の上ご提出ください。 《その他》・定員になり次第締め切りとさせていただきます。 ・プログラムを組む関係上、申し込みは期限内にお願いします。
------	---

申し込み・問い合わせ先 教育委員会生涯学習係(32)2770

(広告欄)

●安心安全 ●査定無料 ●女性スタッフ対応

金・プラチナ

貴金属高価買取

遺品整理・生前整理もお任せください

指輪・ピアス・ネックレス
記念硬貨・コイン
商品券・旅行券
ブランド時計・バッグ
切手・ハガキ・テレホンカード
古銭・金歯・銀歯

価値の分からないアクセサリ、まとめてお持ちください!

※後日、偽物と判明した場合には返品・返却させていただく場合がございます。
※買取の際は身分証明書(運転免許証・保険証等)が必要です。

SEIYU
小諸小原店内

080-3020-6166
ゴールドノア 小諸市大字甲字東原田1649-6
営業時間10:00～18:00【休】木・日曜
古物商番号 第481102000038号

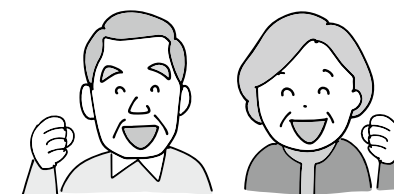
令和6年度 「さくっとずく出す! 地域をつなぐ健康のつどい」

年齢を重ねていくと、心身や社会性などの面でストレスを受けたときに回復できる力が低下し、健康な状態から介護が必要な状態に変化していきます。

フレイルとは、健康と要介護状態の中間の状態にあることを指し、フレイルの状態で適正な対策を行うことにより、健康に過ごしていた状態に戻すことができ、また、介護状態への進行を緩やかにすることができます。

そこで、フレイルの予防を地域で推進するため、フォーラムを開催します。

日	時	2月14日(金) 午後1時30分～4時30分
場	所	長野県佐久合同庁舎 講堂
内	容	講演会、事例発表、意見交換会
講	師	長野県立大学 教授 新井 武志 氏
申込締め切り		2月10日(月)
申し込み方法		右の二次元コードよりお申し込みください。



問い合わせ先 佐久保健福祉事務局 健康づくり支援課 予防衛生係 0267(63)3111

白馬長野有料道路・志賀中野有料道路が 無料になります

長野県道路公社が管理する「白馬長野有料道路」と「志賀中野有料道路」は、料金徴収期間の満了に伴い、次のとおり無料で通行可能となります。

白馬長野有料道路

無料開放日時

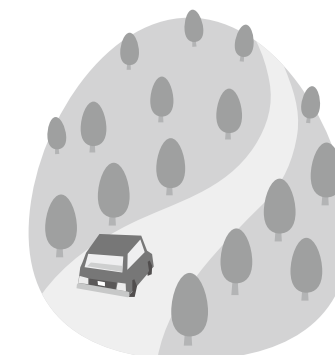
2月16日(日) 午前0時から

※今後、「回数通行券(道路公社で販売)」や「時間帯割引回数通行券(市町村で販売)」をご購入いただく際は、上記の日時を踏まえ、計画的にお買い求めください。

志賀中野有料道路

無料開放日時

3月16日(日) 午前0時から



詳細は、長野県道路公社ホームページをご確認ください。

問い合わせ先 長野県道路公社 0267(234)6883