

介護のとびら

介護予防教室

(栄養教室・調理実習)

町では、おおよそ60歳以上の方を対象に、いつまでも健やかに暮らせることを目的とした《介護予防教室》を月に2回開催しています。

好評をいただき、毎回100人を超える方々が参加しています。

今年も、介護予防の一環としての栄養改善を6月1日・15日に実施しました。

30人程度の少人数での開催で、管理栄養士の栄養に関する話と調理実習を行いました。皆さん和気あいあいと調理し、『普段、家では作らない料理を覚えられて良かった』と好評でした。



調理実習の様子(メニュー…生春巻き)



もう1品は
鯖のおろし煮

申し込み・問い合わせ先
地域包括支援センター 電話(31)25100



美味しい!! 試食タイムの様子

なお、調理実習への参加は、一人1回です。今年度は、12月7日・21日の2回実施しますのでご参加ください(申し込みが必須です)。

介護予防教室では、様々な分野で活躍されている方々を講師に招き、介護予防に関するプログラムを用意しています。ご自身の健康のために参加されてみてはいかがでしょうか? 参加費は無料です。ぜひお出掛けください! お待ちしています!

【会場】 エコールみやた

あつもりホール

【開催日時】

原則 第2・第4金曜日
午後1時30分～3時30分

詳しい日程・ご質問などありましたら、お気軽にお問い合わせください。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



7月1日には、北佐久消防協会(佐久市・小諸市・軽井沢町・立科町・御代田町)の消防ポンプ操法大会とラッパ吹奏大会が佐久合同庁舎の駐車場で開催されました。

小型ポンプの部では、上宿と小田井の第8分団が優勝し、29日の長野県大会に出場することになりました。二位の佐久市とは、わずか1秒という僅差での優勝となり、御代田町消防団の優勝は7年ぶりのことになります。ラッパ吹奏大会で御代田町消防団は第三位に入賞するという、大変うれしい結果となりました。

数ヶ月にわたって早朝より、あるいは仕事が終わった後の夜間まで、練習をかさねた消防団員の皆さんのご苦労に心から感謝と敬意を表するところです。また、長期間の練習をあたたく支えていただきましたご家族の皆さまをはじめ、地域の皆さまにも深く感謝を申し上げます。

いつまでもなく消防団は、団員それぞれが仕事をもちのなかで、時々の夜警をはじめとして、火災や災害時に出勤して地域の安全と安心のために活動するボランティア活動です。

3・11東日本大震災のなかでは、多くの消防団員が活動の中で命を落とされたことは、記憶に新しいところです。私たちの生活は、こうした様々な皆さまの献身的な活動によって支えられていることを、忘れてはならないと思います。

町長直通

ご意見をお気軽におよせください。

ファックス (32)3141 メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp



KOMORO 小諸市

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



発見された小山敬三の絵 お披露目の展覧会

9月2日(日)まで開催中

小山敬三画伯の生誕から115年を数える今年、画伯の生家の土蔵から、巻いた状態のキャンバス6枚が偶然発見されました。

これまでほとんど公開されなかった17点の絵とあわせて特別公開しますので、ぜひご鑑賞ください。

同時開催 「小山敬三が描いた花の絵と壺展」

- ◆場 所 小山敬三美術館
- ◆開館時間 午前8時30分～午後5時
- ◆休 館 日 期間中は無休
- ◆入 館 料 大人200円 小人100円
- ▼問い合わせ先 小山敬三美術館 ☎(22)3428



軽井沢町 KARUIZAWA

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



重要文化財旧三笠ホテル

＝「リゾートコンサートイン軽井沢」を開催します＝

今年もミニ・コンサートを開催します。
旧三笠ホテルにふさわしい音楽をテーマに様々なアーティストにより生演奏をしますので、この機会にぜひお出かけください。

- ◆と ころ 重要文化財旧三笠ホテルロビー
- ◆と き 8月13日(月)・14日(火)・15日(水)
いずれも 午前11時～11時30分
午後2時～2時30分
- ◆演奏者 弦楽四重奏 Quantize(クオンタイズ)
- ◆曲 目 ドヴォルザーク/弦楽四重奏曲第12番 「アメリカ」より抜粋
ハイドン/弦楽四重奏曲第77番 「皇帝」より抜粋 他
- ◆入館料 大人 400円/子供 200円

※コンサートは、旧三笠ホテル入館料金で自由に聞くことができます。
※演奏時間等は、状況により変更となる場合があります。
また、席に限りがあります。立ち見となる場合もありますので、ご了承ください。

【問い合わせ先】 軽井沢町教育委員会 文化振興係 ☎(45)8695