

介護のとびら

申し込み・問い合わせ先
地域包括支援センター
(保健福祉課介護高齢係内)

(31)2510

大好評！平成24年度介護予防教室

3月22日に終了式を迎えました。

○教室は年間24回

○平均参加者数約98名

○参加者平均年齢76・9歳

「皆勤賞」一年間休まず参加した方は5名！

「ご長寿賞」90歳以上の参加者2名！

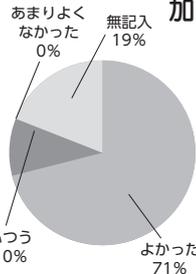


ステージの上で、表彰させていただきました

平成24年度介護予防教室アンケート結果報告(回答98名)

○全体を通して参加

した感想



○効果を示す貴重な意見

・友人に会って一緒に笑っただけで、身体がほぐれる気がした。

・家でもできる体操を教えてもらったので、実践している。

・参加したことで、頭の中のものもやががすっきりした。

・習ったことを周囲の友人にも教えた。

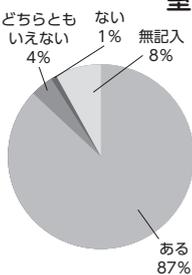
・知らなかったことを勉強できてよかった。

・介護予防の大切さを実感した。

○参加後の意識の変化

・「以前より運動するようになった」「介護予防の意識が高まった」「前向きな気持ちになれた」など、回答者の9割以上は意識の変化を感じているようです。

○来年度の予防教室への参加希望



・8割以上の方が継続参加を希望しています。

25年度も継続します。参加者を飽きさせず、楽しみながら、「介護予防」の知識を身につけられるように計画しています。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



浅間サンラインの道路沿いで真楽寺西側に「浅間しゃくなげ公園」が完成し、「ゴールデンウィーク最終日の5月6日には町観光協会主催による第1回目の「浅間しゃくなげ公園まつり」が開催されました。今回のまつりは初めての試みということもあって、「どれだけお客さんが来てくれるだろうか?」と、とても不安でした。幸いにも好天に恵まれて子どもたちからお年寄り、家族連れなどたくさんの方に来ていただき、盛況でホッとしました。

この公園は、町にいくつかある公園とは違い、季節ごとの色々な花や木を観て楽しむことができます。アップダウンの遊歩道をウォーキングしたり、歴史を感じられる真楽寺に足をのばしたりと、多彩な目的で楽しむことができます。

公園の名前の由来になった「しゃくなげ」は、清方の堀籠達雄さんが長年大切に育ててこられたものを「おおぜいの人に観てもらったほうが花も喜ぶ」と、275本も寄付していただきました。他の方々からも、桜の木やつつじ、やまゆり、やまほうしなども寄付していただきました。また、土地は真楽寺さんに提供いただきました。ありがとうございました。たくさんの方々の町民の方々の——自然を愛し、花を愛し、御代田町を想う——あたたかい善意の気持ちが集まって完成した公園です。皆さまも、ぜひお出かけください。

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



K O M O R O 小諸市

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



小諸市児童遊園地ワンコインデー

小諸市児童遊園地では、皆さんの日頃のご利用に感謝して、「小諸市児童遊園地ワンコインデー」を開催します。

- ◆開催日 6月の毎週土・日曜日
- ◆場 所 小諸市児童遊園地
- ◆内 容 通常1,000円(6回券)の乗り物券を500円で販売
※遊具乗り放題ではありません。
遊具に乗る際は1回1枚の乗り物券が必要になります。

遊園地は懐古園の隣にあり、三の門から遊園地まではロードトレインが無料で運行しています。

遊園地には、ツインドラゴン・メリーゴーランド・ジェットスターなどの大型遊具のほかに、コーヒーカップ・豆汽車・子ども用電動カートなどがあり、子どもから大人まで家族で楽しむことができます。

6月の毎週土・日曜日開催!



- 入場料 無料
- 開園日 毎年3月中旬～11月末まで無休
- 開園時間 午前9時～午後5時
- ▼問い合わせ先 懐古園事務所 ☎22-0296



軽井沢町 KARUIZAWA

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



軽井沢町植物園へお出かけください

～ニコウキスゲが6月上旬に見頃となります～

入園料 100円(小学生以上)

6月見頃の植物

- 上 旬 アヤメ、オドリコソウ、カラフトイバラ、クロミサンザシ、
グンナイフウロ、チョウジソウ、ハクウンボク、ハナ
ヒョウタンボク、ハルナユキザサ、ベニサラサドウダン
- 中 旬 カルイザワテンナンショウ、ギョウジャニンニク、サ
ンショウバラ、タニウツギ、ツキヌキソウ、バイカウ
ツギ、ハコネウツギ、ハマナシ、ヒトツバタゴ
- 下 旬 エゾオオヤマハコベ、エゾノキリンソウ、キリガミネヒ
オウギアヤメ、クガイソウ、クララ、コアシサイ、シャ
ジクソウ、ハンショウヅル、ホップノキ、ヤマタバコ



ヤナギトラノオ

北海道、本州(北・中部)の湿原などに生える多年草で、
匍匐する根茎があり、茎は直立して高さ40cmから
90cmになります。今月上旬には、茎の中程に黄色に咲
く花を密につけている様子が見られます。池沼開発など
による減少が危惧されています。

植物園ではこのヤナギトラノオを大切に育てています。

【問い合わせ】軽井沢町植物園 ☎48-3337