

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

介護講演会のお知らせ

脳の活性を図り、人生をはつらつと前向きに

高齢者や高齢者を抱える家族介護者を見守り、支えていく地域づくりのために介護講演会を実施いたします。

今年、「脳トレ」ブームで一躍時の人となった篠原菊紀先生をお迎えします。

脳トレゲームの監修や、テレビでの実験・解説など脳科学に関わる広い分野で活躍の先生です。NHK「あさいち」「日テレ」所さんの目がテン」などで馴染みの方も多いのではないのでしょうか。

物忘れや、認知症の予防にもなる脳の活性化トレーニングなど、ユーモア溢れる先生の講演を聞ける絶好のチャンスです！

また、生活・介護支援サポーター(はつらつサポーター)の活動の発表や、大人気の食彩酢など東北復興支援の物資販売もあります。参加費は無料です。ご近所の方をお誘いの上、多くの方のご参加をお待ちしております。

日時 3月7日(土)
午後1時30分～3時30分

午後1時30分～3時30分

場所 エコールみよた あつもりホール

テーマ 「普段の生活の中でできる脳トレ」

講師 篠原菊紀氏



【プロフィール】

長野県茅野市出身。東京諏訪理科大学共通教育センター教授。専門は脳神経科学。

脳科学、健康教育を地域活性化や社会変革に活かす試みが続いている。

著書:「脳が冴える40代からの生活習慣」(知的生き方文庫)「中年のための脳トレーニング」(NHKシリーズ)他、多数。

監修:「NHKあさいち」「ためしてガッテン」「日テレ」所さんの目がテン」「フジテレビ」とくダネ!脳活ジョニー監修」他多数。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



毎日、厳しい寒さが続いています。町内でも日当たりのよい場所では福寿草が芽を出し始めています。わが家の庭のスマシレが厳寒のなかで紫色の小さな花を咲かせていて、鉢植えの菊からも新芽がどんどん出てきています。冬の風景の中から、春を迎える準備がすすんでいることを感じます。

以前、退職する職員から記念にといただいた2鉢のシンビジウムを、毎年、株分けして7年間で10鉢にまで増やしたものを役場ロビーで育てています。この時期に緑の植物があると、寒々とした風景の中にわずかな温かさを感じさせてくれます。

昨年はたくさんのお花を咲かせて、来庁した方々からほめていただいたシンビジウムでしたが、今年はほとんど花芽が出てきません。あまり花を咲かせ続けると弱ってしまつて翌年は花が咲かないという話を聞いていましたが、どうも本当のようです。

今は、セラニウムがピンクと赤の花を咲かせています。冬に花を咲かせるシクラメンも美しいのですが、翌年も咲かせることは難しい花です。それに比べてセラニウムは冬にも花を咲かせて、しかも増やすことが比較的簡単な花です。

私も長く伸びてきた枝を切って挿し木にして増やしたものが9鉢になり、町長室や応接室に飾っています。

この寒さに耐えながら芽を出し始めている植物たちの、生命力の強さに感動します。

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

浅麓Walker

小諸市・軽井沢町のイベント情報などをお知らせします。



KOMORO 小諸市

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



第11回 北国街道 小諸宿の

お人形さんめぐり

2月21日(土)～3月8日(日)

本町通り・ほんまち町屋館・本陣主屋を中心に、相生町・大手・市町・荒町・与良の商店・個人宅におひなさまやつるし籠が飾られます。

体験教室・ガイドツアー・その他イベントなどの詳細は、お問い合わせください。

▼問い合わせ先 ほんまち町屋館 ☎25-2770
URL <http://www.machiyakan.com>

わら馬パレード

3月7日(土)小雨決行(順延なし)

午後0時15分ほんまち町屋館前集合

▼問い合わせ先 小諸市高齢者クラブ連合会 ☎25-7337



軽井沢町 KARUIZAWA

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



軽井沢ウインターフェスティバル 2015

Valentine in 軽井沢

2月1日(日)～15日(日)

ラブツリー・メッセージカードの設置

矢ヶ崎公園・JR軽井沢駅新幹線改札口前・中軽井沢駅・信濃追分駅にメッセージカードを結んでもらうラブツリーを設置します。

設置期間 2月1日(日)～14日(土)

バレンタインスペシャルイベント ～軽井沢大賞ホールで心をこめて～

とき 2月14日(土) 15時からイベントスタート

ところ 軽井沢大賞ホール

バレンタイン 花火

澄み渡る冬の夜空を彩ります。

とき 2月14日(土) 18時30分から

ところ 矢ヶ崎公園



この他にもイベントがあります。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】 軽井沢観光協会 ☎41-3850
ホームページ <http://www.karuizawamonogatari.jp/>