

御代田町介護講演会 2019

100年人生 自分らしく生きる6つの知恵

- ▶日時 3/10(日) 13:30～15:00
- ▶場所 エコールみよた あつもりホール
【申込み不要・参加費無料】

90歳を超えるほどの高齢者になると、それまでのように心身の若さを保つのは難しくなります。でも、そんな人たちの間で、以前とは違う「幸せ感」を抱くようになる人が少なくないことがわかってきました。長い人生を歩んできた人たちは、普段の生活の中でどのように、年を重ねてきたのでしょうか。幸せな長寿をとげるためのヒントを皆さまにお届けいたします。

ぜひ多くの皆さまの参加をお待ちしています。

☎ 御代田町地域包括支援センター ☎31-2510



講師 佐久大学看護学部准教授
朴 相俊氏

KARUIZAWA

Karuizawa Winter Festival 2019

2/23(土)まで

●軽井沢スイーツ散歩ザ・プレミアムブッフェ(予約制)

日にち 2/2(土)

場所 万平ホテル

☎ 軽井沢スイーツ散歩実行委員会 ☎46-9155

●軽井沢オープンカーリング大会

日にち 2/9(土)～11(月・祝)

場所 風越公園軽井沢アイスパーク

●軽井沢ウエディングアワード、セミナー・研修会

日にち 2/19(火)・20(水) 場所 軽井沢プリンスホテル
軽井沢ウエディング協会ホームページ

<http://wedding.karuizawa-kankokyokai.jp>

☎ ウィンターフェスティバル 専用ダイヤル ☎46-8870

第6回 ロングトレイルシンポジウム 【参加無料】

2/23(土) 13:30～17:30
安藤百福センター(大久保1100)

申込みは、安藤百福センターまで ☎24-0825
info-center@momohukucenter.jp

今年は「トレイル文化を語る」をテーマに、日本の代表的な北アルプスとハケ岳の「道」を永年に亘って保守管理し、登山文化を支えてきた山小屋の主人達の座談会や、ニュージーランドを縦断する3,000kmのロングトレイルを歩き通した女性の体験談、まもなく開通予定の「みちのく潮風トレイル」、秋に開通した「ぐんま県境稜線トレイル」発表など多彩なプログラムにて開催します。

[プログラム例]

「登山文化を支えてきた道と山小屋」 / 「テ・アラロア～ニュージーランドロングトレイルの旅～」 / 「JAPAN TRAIL について」 / 「山の日とロングトレイル」 など