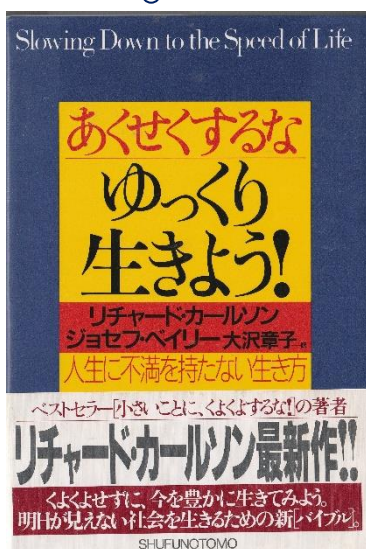


高齢者大学の希望者を募集しています。

月に1度、高齢者大学に出て、お話を聞いたり、ショーを観たり、体を動かしたりしましょう。自宅に一人であるより、仲間と一緒にのほうがずっと楽しいし、出かけると気持ちも晴れやかになります。仲良しのお友達を誘って、一緒に参加してください。

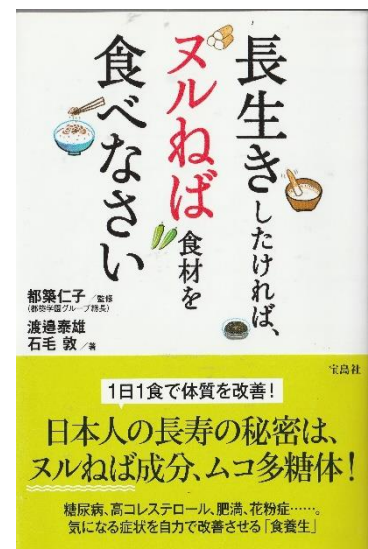


館長お薦めの「まちなか図書館」の本



『ゆっくり生きよう!』リチャード・カールソン著は、くよくよせず、今を豊かに生きる。明日が見えない社会を生きるための新「バイブル」。

『長生きしたければ、ヌルねば食材を食べなさい』渡辺泰雄ほか著は、日本人の長寿の秘訣であるヌルねば成分が「医食同源」の代表であることを具体例で奨めています。



寺子屋「上小原希望塾」の塾生を募集しています !!



寺子屋「上小原希望塾」の新規募集（定員 20 人）をしています。参加している子どもたちは、どの子も熱心に勉強しています。お宅のお子さんも参加させて、宅習の習慣を身に付けさせてみませんか。主に校区内の児童・民生委員さんたちが指導してください。