



# 高齢者大学

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



小林ケンタロウ著『とびっきりの、どんぶり』には「魚がうまいどんぶり」や「野菜たっぷりどんぶり」など95種類のどんぶりの作り方が紹介されています。小松易著『たった1分で人生が変わる片づけの習慣』は、読むと片づけが楽しくなる不思議な本です。



## ”おおすみの元気を未来へ”表彰式

「上小原ふるさとの会」が表彰されました。約40人の会員がいろいろな町興しに取り組んできたことが認められたのです。おめでとうございます。

