



PHOTO 上條 光水

表紙のスポット

新行高原に広がるそば畑

標高約1000メートルという新行高原(大町市)一帯は、昔から知られるおいしい蕎麦の産地。8月下旬〜9月上旬ごろには、白く涼しげなソバの花が美しい。毎年10月10日〜20日は「新行そば祭り」を旨指して全国からそば好きが訪れてにぎやかになる。

大町市美麻支所・産業建設課
☎0261(29)2311

ふるさと自慢

02

稲穂なでて秋山郷を抜ける風

下水内郡 栄村

アクティブシニア 夢中になれるからこそ輝ける

06

生涯元気に農業を楽しむ

佐久楽農倶楽部 谷津喜美子さん

10

ぶん福茶がま 楽しく熱い心の夢中名人

しんどい体験もエネルギーに変える

28

じぶん流 人生 きらり

百瀬尚志さん 塩尻市

30

文化伝承 木曾・藪原の「お六櫛」

300年の伝統を継ぐ手挽きの技

05 一緒にいかが? いきいき倶楽部

長野市「ふれあい長野ビデオクラブ」

09 長野県長寿社会開発センターだより

13 法人会員の紹介

14 心うるおす懐かしの童謡・唱歌 信州でうまれた心の歌

「黄金虫」「アルプス一万尺」

16 健康宣言

「尿失禁」の種類と治療法

18 知っ得 NAGANO

振り込め詐欺「引っかけられないぞ」と思っているあなた!ご用心

20 頭を鍛える

脳トレ2009 クイズ 読者プレゼント

21 簡単マメ知識 チャレンジ2009

地球にやさしい照明とは

22 情報 Box

25 信州ねんりんピック高齢者作品展 受賞作品

26 支部の紹介

佐久・諏訪・伊那・木曾・北信支部

32

「ヒゲ教授のなるほど脳(のう〜)」 篠原菊紀

暮らしの中で「脳のメモ」をどんどん使おう!

お詫びと訂正

前号vol.5の表紙写真は左右逆画像でした。写真家・上條光水氏を始め飯山市の関係方々、読者の皆様方にご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。正しい写真画像は右の通りです。(制作・榎プラト)

