

月刊

クローズアップ

しもすわ



2014

11

NO.136

2014.10.24発行

中山道と甲州街道が出会う 大社といで湯の宿場まち



今回は、高浜健康温泉センター ゆたん歩[®] で開催されている「秋のウォーキング教室」にお邪魔しました。

健康運動指導士の北原さんは参加者の皆さんの人気者！

参加者の方が「教え方が上手で楽しいから続けられる」と嬉しそうに話す姿に、『健康＝継続すること』だと学びました。自分のできる範囲から大丈夫。継続できる健康法を見つけてみませんか！

CONTENTS (内容)

- 平成25年度の決算を認定 …………… 2
- 平成25年度の人事行政運営等の状況 … 4
- 子ども・子育て支援新制度がはじまります … 7
- 下諏訪町次世代育成支援行動計画………… 8
- 年末調整説明会のお知らせ…………… 9
- 生涯学習…………… 10
- インフォメーション…………… 16
- くらしの情報…………… 18