

春夏秋冬 健康チャレンジ！プロジェクト

生活習慣病の予防には、継続的に運動をしていくことが大切です。四季を通した運動するきっかけとして、インターバル速歩・ラジオ体操の講習会を計画しました。

1回のみでの参加、継続しての参加どちらでも構いません。ぜひ、ご参加ください。

夏のたなばたウォーキング

- ▶日時：7月3日（水）午後7時～
 - ▶場所：社会体育館
 - ▶内容：インターバル速歩についての講演・体験
 - ▶講師：松本大学 根本 賢一 教授
 - ▶持ち物：室内用運動靴、飲み物、タオル
 - ※当日は動きやすい服装でお越しください。
 - ▶申込期限：7月1日（月）
- 問・申 保健センターそよかぜ ☎75-0228(直通)



春のさわやかウォーキングの様子

	日にち	場 所	時 間	内 容
秋のいきいき体操教室	10月23日（水）	社会体育館	午後7時～	ラジオ体操
冬のぽかぽかウォーキング	2月1日（土）	社会体育館	午前9時45分～	インターバル速歩

※秋・冬については後日募集します。

▶今月の、「初めましてもうすぐ2才です」はお休みします。



表紙写真「遠足」

5月17日、原村保育園では遠足に出かけました。みんなで手を繋ぎながら目的地に向かい、遊具で遊んだりお弁当を広げました。太陽の下で、園児たちはとても楽しそうに遊んでいました。

原村の人口

平成31年4月末現在（ ）内は前月比

●人口	7,974人	(+30)	●転 入	46人
●男	3,973人	(+21)	●転 出	17人
●女	4,001人	(+9)	●出 生	5人
●世帯数	3,322世帯	(+33)	●死 亡	3人

広
告

不動産のことなら 石井企画

土地・建物・山林の売却 無料相談承ります

風を感じて 雲を眺めて 元気になる
そんなライフステージをご提案します

有限会社 石井企画 TEL:0266-75-3378
長野県諏訪郡原村17217-1651

広
告

お車を卒業したら
スズキセニアカー

免許不要
電気で動く ET40
本体価格 368,000円
(消費税はかかりません)

ご購入の際は 軽自動車、普通車の下取りもいたします。

株式会社スズキ自販南信 諏訪営業所 (0266) 82-3111

●この広告は、「原村広告掲載要綱」に基づいて掲載しています。 ●広告掲載を希望する方は、総務課総務係（電話／0266-79-2111）までご連絡ください。