



佐久穂町・駒出池 (PHOTO/川井洋子)



こ～んなにいいとこ 信州って!

03 **ふるさと自慢** 小川村「小川の庄」
心うるおす懐かしの童謡・唱歌

14 **信州でうまれた心の歌** 「早春賦」「背くらべ」

25 **信州ねんりんピック高齢者作品展 受賞作品**
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**
伝え残したい 伝統と技の極意

30 **文化伝承** 飯田の水引

01 (財)長野県長寿社会開発センター発足20年
センター情報誌リニューアルのお知らせ

夢中になれるからこそ輝ける

06 **アクティブシニア**

地蜂せんべいを開発した大町地蜂愛好会

08 **一緒にいかが? いきいき倶楽部**

平根ナイスシニア倶楽部

09 **長野県長寿社会開発センターだより**

いい人生は顔に表れる

10 **人物列伝** 大沢茂男さん(84歳) 下伊那郡松川町

13 **法人会員の紹介**

32 **連載エッセー** 実年のつばやき/ボタニカルアート コブシ

16 頑張りすぎない 人生養生が大切
健康宣言 8020運動

シニア世代を狙う悪質商法にご用心!!

18 **知っ得 NAGANO**

頭を鍛える

20 **脳トレ2008** クイズ 読者プレゼント

知ってトクする 世界が広がる

21 **簡単マメ知識 チャレンジ2008**

22 **情報Box**

26 **各支部の活動報告** 松本支部・長野支部