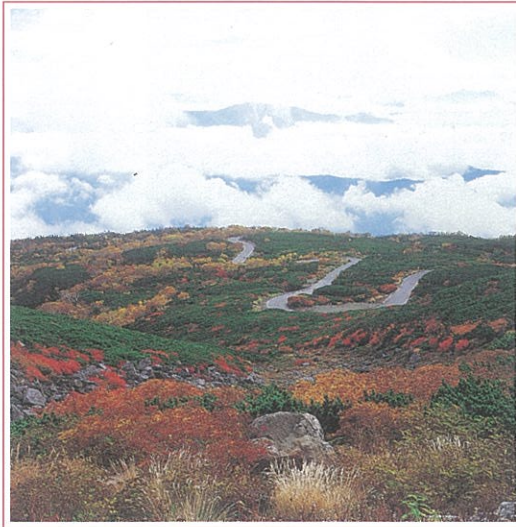




乗鞍高原・位ヶ原 (PHOTO/川井外喜夫)



- 02 **ふるさと自慢 歌舞伎の心意気継ぎ 三百余年** 大鹿村
- 06 **アクティブシニア 夢中になれるからこそ輝ける 平均76歳のボートマンたち** 諏訪中漕陵会
- 10 **いい人生は顔に表れる 人物列伝 小林ぎん子さん (82歳)** 上田市
- 28 **しんどい体験もエネルギーに変える じぶん流 人生 きらり** 三浦貞夫さん (67歳) 南木曾町
- 30 **文化伝承 飯山仏壇**
漆と金箔の融合“おせんたく”の知恵

05 **一緒にいかが? いきいき倶楽部**
下伊那郡高森町・コスモスの会

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**

心うるおす懐かしの童謡・唱歌

14 **信州でうまれた心の歌**
「紅葉 (もみじ)」 「里の秋」

女性に多い病気

16 **健康宣言 骨粗鬆症とその予防**

水害にご用心! 雨に関心を持つ

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

応急手当の基礎知識を学ぶ

21 **簡単マメ知識 チャレンジ2008**

22 **情報Box**

25 **2008 信州ねんりんピックスポーツ交流大会**

26 **各支部の活動報告**

佐久支部・諏訪支部・北信地区

32 **連載工ッセー** 実年のつぶやき/ボタニカルアート ワレモコウ