



表紙のスポット

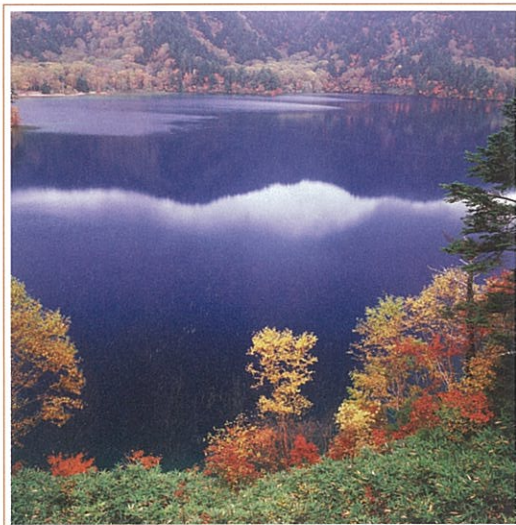


PHOTO 今井悟 / <http://www.photo-shinsyu.com>

神秘の水面 志賀高原「大沼池」

神秘的な水面の色の美しさで、訪れる人を魅了してやまない池。志賀山が噴火した際に堰き止められてできた池で、標高1600m余りに位置し、周囲約5km、水深約26m、水のpHは4.4と強い酸性のため魚類は生息しないと言われる。大蛇と姫の悲恋の物語が伝わり、毎年8月にはお祭りも開かれています。車で行ける場所から1時間余り歩いてたどり着く。水面は見る角度と時間、陽光によってエメラルドブルーから、ときに深いコバルトブルーなど、さまざまに色を変える。

問い合わせ 志賀高原観光協会
☎0269(34)2404

ふるさと自慢

- 02 **健康と環境をテーマに小諸らしい「ロハス」を** 小諸市
アクティブ・シニア
- 06 **蜂の能力と生態に魅せられ64年** 富永 朝和さん
- 10 **ぶん福茶がま** 「楽しく熱い心の夢中名人」
北村國夫さん 清水貞男さん 白澤章子さん 木下純一さん 藤森力男さん
- 18 **健康のつぼ 「認知症」の話**
- 26 **地域のグループ活動 三方よし** 自分よし 仲間よし 地域もよし
きらり 人生 じぶん流
- 28 **「“前進あるのみ”の人生は面白い** 栗田 嘉晃さん 松本市
- 30 **信州熟達的美 木壁画** あさの たかをさん 安曇野市

- 05 一緒にいかが? いきいき倶楽部
「ボランティア農園 みはるさくら」中野市
- 09 長野県長寿社会開発センターだより
- 13 みなさんの投句で作る
りらく川柳
- 14 歌ってみよう日本の童謡・唱歌 心の歌
「月」「村祭り」
- 16 ネモケン先生のピンクラ講座
「基礎代謝アップの筋肉を増やそう」

- 20 信州りらく版
脳トレ2011 クイズ 読者プレゼント
- 21 簡単マメ知識 2011 災害用伝言ダイヤルの使い方
- 22 情報 Box
- 25 信州ねんりんピック高齢者作品展
受賞作品 2011年度受賞
- 32 信州 味のたからもの
下伊那郡平谷村の「平谷いも」