

**日時** 8月23日(日) 午後2時～5時  
※参加費無料、どなたでもご参加いただけます！

**会場** 立科温泉 たてしなの里  
権現の湯

**実施内容**

- 立ち上がりテスト (脚力をしらべてみましょう)
- 7つのロコチェック (身体の状態・生活状況をチェックしましょう)
- 骨粗しょう症&ロコモ クイズ (クイズで骨粗しょう症とロコモを学びましょう)
- 運動相談 (生活の中に運動をとりいれましょう)



(※2014年9月開催時の様子)

「骨粗しょう症」と「ロコモティブシンドローム」の予防をテーマに、ロコモ度チェックコーナーや、骨粗しょう症やロコモティブシンドロームへの理解を深めるためのクイズコーナーなどを設け、体を動かしながら、気軽に楽しく病気の予防について知っていただけます。また、各コーナーをまわって、アンケートにご回答いただいた方の中から、抽選で記念品をプレゼントします。

**「ロコモティブシンドローム」とは？**

骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり介護が必要となる危険性が高い状態を指しています。(厚生労働省「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」より)

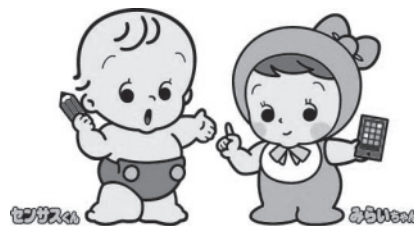
共催：MSD株式会社、立科温泉 たてしなの里 権現の湯 後援：長野県、日本健康運動指導士会長野県支部

平成27年10月1日、  
国勢調査を実施します

国勢調査  
2015

国勢調査は、日本国内に住む全ての人と世帯を対象として実施されます。国勢調査は国内の人口や世帯の実態を明らかにするため、5年ごとに行われる、国の最も重要な統計調査です。

今回の調査からパソコンやスマートフォンを使ったインターネットによる回答ができるようになります。インターネットで回答のなかった世帯のみ、調査員が調査票を配布する方法で調査を行います。



**調査対象** 平成27年10月1日現在、日本国内に普段住んでいる全ての人(外国人を含む)、及び世帯

**調査事項** 世帯員について：男女の別、出生の年月、配偶者の有無、就業状態、従業地、通学地など13項目  
世帯について：世帯員の数、住居の種類、住宅の建て方など4項目

国勢調査については、「国勢調査2015キャンペーンサイト」をご覧ください。

<http://kokusei2015.stat.go.jp/>

国勢調査2015

検索

企画振興係

塩沢区の屋外放送設備が  
「宝くじの助成金で

整備されました。

塩沢区では、公益財団法人長野県市町村振興協会(宝くじのコミュニティ助成事業(宝くじの社会貢献広報事業))を活用し、屋外放送設備の整備を行いました。

宝くじの収益金を活用した一般コミュニティ助成事業は、地域住民の連帯感や自治意識向上を目的とする地域コミュニティ活動に必要な施設整備等が対象となります。

