



いきいき百歳体操で元気に！

和賀町藤根のさくら会(菊池育子代表)は27年秋から週に1度、同体操に取り組んでいます。8日は会員12人が参加し、約30分間の体操で汗を流しました。菊池会長は「集まって体操をすることで体調面での情報交換もできる」と笑顔を見せていました。

内容

- 2 特集「長寿を喜び合えるまちを目指して」
- 4 新・BS日本のうた観覧者募集、北上展勝地さくらまつり
- 6 北上市農業支援センター・産業支援センター紹介、北上市農作業労賃標準額表
- 8 組織再編、北上市史参考資料集刊行、固定資産評価替えに伴う価格帳簿縦覧
- 10 市の動き、コミュニティFM愛称・ロゴマーク決定、珈琲ブレイク
- 12 まちの話題
- 14 この人に聞く、みんなの広場
- 16 農業委員会だより
- 18 マナビページ
- 20 保健コーナー
- 22 いきいき子育て、地域おこし協力隊日記、話題の本、イベントカレンダー
- 24 情報ホットライン
- 28 きたかみ景観資産

