

## ガンバルーン交流会が開催されました!

ボランティア団体「バルーンが摩周」が主催するガンバルーン交流会では、毎年ガンバルーンを行っているサークルが集まり交流を深めています。今回は11月に開催されたガンバルーン交流会の様子をご紹介します!

今年は9団体(総勢75人)が5人1チームに分かれてゲームの点数を競いました(優勝は「湯の島ゆかり会」、準優勝「川湯すみれ会D」、3位「さわやかサロン」チームでした)。表彰されたチームのほか、参加された90代の方々へ「達者で賞」が贈られました。ゲームを楽しみながら談笑されている方もちらほらみられ、ガンバルーン交流会は町民の皆さんにとって大切な場所となりました。また来年の参加をお待ちしています。YouTube(弟子屈町公式チャンネル)にガンバルーン交流会の様子が配信されていますので、ぜひご覧ください。



選手宣誓



ガンバルーン交流会の様子



チームに見守られながら



参加者全員で準備運動

問い合わせ先/役場福祉課地域包括支援係 ☎ 4 8 2 - 2 9 2 1

## 【第3回 オレンジカフェ】開催します

日時/1月30日(火) 10時~12時

場所/川湯ふるさと館

内容/冬にこそ家でやりたい! 認知症予防

認知症予防の話や家でできる運動を紹介

川湯の森病院 理学療法士 石井 互 先生

語り合いの時間もあります

※会場に行く手段がない方は申し込み時に、ご相談ください。

対象/町民の方

締め切り/1月23日(火)まで

申し込み・問い合わせ先/

弟子屈町地域包括支援センター (電話: 4 8 2 - 2 9 2 1)

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況等により中止になる場合もあります。



## 弟子屈えこパスポート

### 摩周・屈斜路環境にやさしい観光交通



1月27日(出)から「弟子屈えこパスポート」という名称で、摩周・屈斜路周遊バスきっぷを発売します! このパスポートは、期間中限定運行される2路線のバス「摩周湖バス・屈斜路バス」と既存の路線バスのうち「市内線・川湯線・屈斜路線」が2日間・3日間乗り放題(乗り降り自由)で利用できます。

観光客の方ももちろん、町民の皆さんも利用できます。摩周湖や屈斜路湖、温泉巡りなど、バスを使っただけのお楽しみもたくさんあります!

- ▶実施期間/1月27日(出)~3月3日(日)の37日間
- ▶有効期間/発行した日から2日間、3日間
- ▶運賃/2日間: 大人2,000円(中学生以上) 子ども1,000円(小学生) 乳幼児(無料)  
3日間: 大人3,000円(中学生以上) 子ども1,000円(小学生) 乳幼児(無料)
- ▶発売窓口/J R摩周駅内・下記期間限定バス車内  
※発売に関する問い合わせ先 (一社)摩周湖観光協会 ☎ 4 8 2 - 2 2 0 0

#### ▶有効区間

- ・期間限定バス/①摩周湖バス 摩周駅~道の駅~摩周湖第1展望台 (1日3便、第1便はジャンボタクシーによる運行)  
②屈斜路バス 川湯温泉駅~硫黄山~大鵬相撲記念館~砂湯~摩周駅 (1日2便)
- ・定期路線バス/市内線・川湯線・屈斜路線

問い合わせ先/弟子屈町地域公共交通活性化協議会(役場環境生活課生活係) ☎ 4 8 2 - 2 9 3 4

専用サイト



チラシデータ



## エコのすすめ

COOL CHOICE

▶COOL CHOICE(クールチョイス)とは  
地球温暖化を防止するため、省エネ・低炭素型の「製品」「サービス」「行動」など、『賢い選択』をしようという国民運動です。

小さなことからコツコツ!!

環境に配慮した行動と選択の積み重ねが地球や家庭の「エコ」につながります。

今年の冬はエコを意識してみませんか?

日増しに寒さが厳しくなる今日この頃。家で過ごす機会が多くなり、エアコンやストーブによる暖房、照明などエネルギーの使用が増えることでしょう。日々のライフスタイルを少し見直すだけで、節電や省エネにつながります。できることから実践してみよう!!

#### ▶フィルターを定期的に掃除しましょう。

ストーブなどの暖房機器のフィルターにほこりが溜まると温風が弱まり、無駄な灯油や電気を消費してしまいます。定期的にフィルターを掃除するようにしましょう。また、就寝前やお出かけ前には早目に電源を切り、電気代を節約しましょう。

#### ▶エアコンの風向きを調節しよう。

暖かい空気は上に溜まりやすい性質を持ちます。風向きを下向きにすることで、結果的に部屋全体を温めることができます。また、扇風機やサーキュレーターを利用して暖かい空気を部屋全体に循環させましょう。

#### ▶LEDに取り換えてみましょう。

LED電球や蛍光灯の初期費用は高いですが、長寿命、消費電力が少ない、明るいなど多くのメリットを持ちます。長期的に見ると、電気代を含めたトータルコストがお得になりますので、LEDへの交換を検討してみませんか?

#### ▶体を温める食材を食べましょう。

からだを温めてくれる食材といえば【生姜】。その他にも、寒い地域で採れるりんごなど冬が旬の食べ物の多くが体を温めてくれる食材です。地場産品を積極的に購入することで、流通に伴うCO<sub>2</sub>の削減にもつながります。

問い合わせ先/役場環境生活課環境係 ☎ 4 8 2 - 2 9 3 4 (課直通)