

# かしわざき



題字 柏崎: 名誉市民ドナルド・キーンさん  
写真: コツコツ貯筋体操で運動習慣

## 特集

### 未来につなぐ！ 運動習慣

#### ピックアップ

- 障がいで困っている人に、私たちができること 6
- 見逃さないで！ 血糖値 10



柏崎市  
公式SNS

#### お知らせ

- 制度・暮らし 17
- 募集 21
- 市民かわら版 23
- 子育て 24
- 健康 25
- 講座・教室 26
- イベント 28