



# 四季彩

こよみ

# 11月

## ほっとひととき

Sの日記 10月〇日

テニス仲間のEさん、Iさんは、酒宴の席でS部長と山登りの話に花が咲き、ついにアルピニストの仲間入り。10月、初めて挑んだ白馬岳登山で、同行の人たちから1時間以上も遅れて山小屋に着いたとか。  
下山後、筋肉痛だったとか。年齢を考えましようね。(S)

「お帰んなさい」

先日、職場からの帰り道で、畑帰りのおばあさんとすれ違いました。

「こんばんわ」

おばあさんに「もうあいらつたのよ、お帰んなさい」

まるで家族に話しかけるような言葉が返ってきました。

その言葉に懐かしくも心温まる思いがした反面、地域とのかかわりが希薄化しつつある社会の中で、だんだん間

くことができなくなるのかなあと、少し切ない思いがしました。(K)

ストレス解消

最近、運動をすることから遠ざかっている私。

先日、職員組合で行われた「健康体操」に参加しました。

エアロビクスの基礎を行いました。が、天然のバランス感覚の悪さが顔を出し、うまく動くことはできませんでした。しかし、1時間定時間の運動で、かなりの汗をかきました。

やっぱり運動で汗をかくことは、一番のストレス解消になりますね。(H)

- 1・土 全国青少年健全育成強調月間  
市子ども展 (～11月3日、文化の森)  
みのかも子ども放送局 (10:30～、中央公民館)  
まゆの家まつり (～2日、文化の森)  
小本章ワークショップⅡ「自然の色をさがそう」 (13:00～、文化の森)
- 2・日 リサイクルステーション・アルミ缶回収 (9:00～、市役所駐車場)  
市環境フェア (9:00～、文化の森)  
小本章 公開制作 (屋外制作10:30～、ビデオパフォーマンス13:30～、文化の森)  
ミュージアムトーク常設展説明(日本語+英語) (11:00～・14:00～、文化の森)
- 3・祝 文化の日・市文化祭・茶華道祭 (9:30～、文化会館)  
秋のもりもり劇場 (10:00～、文化の森)
- 4・火
- 5・水 ピアノ三重奏コンサート (19:00～、文化会館)
- 6・木
- 7・金
- 8・土 チャレランみのかも (13:00～、健康の森)
- 9・日 秋の全国火災予防運動 (～15日)  
第43回衆議院議員総選挙・第19回最高裁判所裁判官国民審査 (投票7:00～)  
市民バレーボール大会 (9:00～、プラザちゅうたいほか)
- 10・月
- 11・火 四季を食べる講座「へぼご飯」 (10:00～、文化の森)
- 12・水
- 13・木
- 14・金 ドリームコンサート「NSD memory's」 (19:00～、文化会館)
- 15・土 2003美濃加茂産業祭 (～16日、プラザちゅうたい・JAひろば)  
ウォークみのかも「伊深自然コース」 (8:40伊深小学校集合)  
市民音楽祭 (～16日、文化会館)  
くらし体験講座「達人 縄ないをする」 (13:30～、文化の森)
- 16・日 廃食用油回収 (8:00～、太田を除く各連絡所)  
四季を食べる講座「手作り豆腐」 (10:00～、文化の森)
- 17・月
- 18・火 グラウンド調整会 (グラウンド18:00～・テニスコート17:00～、プラザちゅうたい)
- 19・水
- 20・木
- 21・金
- 22・土 市美術展 (～30日、文化の森)  
第4土曜映画会 (10:00～、中央公民館)
- 23・日 勤労感謝の日・スポーツ少年団駅伝大会 (8:30～、前平公園周辺)  
けんこうな野菜は土づくりから (10:00～、中央公民館)  
ビデオ上映会 ゴールデンアート劇場「イサム・ノグチ-世界を彫刻した男-」  
(10:00～・14:00～、文化の森)  
アートな1日講座「森のヘクセンハウス」 (13:00～、文化の森)
- 24・振休 みのかもの子どもをたくましく育てるつどい (13:20～、中央公民館)
- 25・火 学校開放調整会 (19:00～、プラザちゅうたい)
- 26・水
- 27・木
- 28・金
- 29・土 美濃加茂高校マーチングバンド・バトントワリング演技演奏会 (13:30～、プラザちゅうたい)
- 30・日 ミュージアムトーク常設展説明 (11:00～・14:00～、文化の森)  
日本昭和村オープン記念 中村玉緒さんトークショー (14:00～、文化会館)