

- 1・金
- 2・土 吉田正コンサート (13:30～、文化会館)
子ども放送局 (10:30～、中央公民館)
- 3・日 リサイクルステーション (9:00～、旧日本ラインシュロス駐車場)
- 4・月
- 5・火 四季を食べる講座「豆料理」 (10:00～、文化の森)
体育指導委員定例会 (19:30～、プラザちゅうたい)
- 6・水
- 7・木
- 8・金 ドリームコンサート「杉浦隆 (フルト) & 田中ゆきえ (ピアノ)」 (19:00～、文化会館)
- 9・土 チャレランみのかも (13:00～、健康の森)
自然観察会「キノコ観察」 (13:30～、文化の森)
ミュージアムシアター「トントンゴゴゴ 図工の時間」 (①13:30～・②18:30～、文化の森)
- 10・日 アートな1日講座「陶芸 (絵付け)」 (13:00～、文化の森)
- 11・祝 体育の日
- 12・火
- 13・水
- 14・木
- 15・金 グラウンド調整会 (テニスコート17:00～・グラウンド18:00～、プラザちゅうたい)
- 16・土 森の朗読会 (14:00～ 文化の森)
- 17・日 廃食油回収 (8:00～、太田を除く各連絡所)
おん祭MINOKAMO 2004 秋の陣～中山道まつり～ (10:00～、中山道太田宿)
- 18・月
- 19・火 博学連携フォーラム (14:00～、文化の森)
- 20・水 博学連携フォーラム (9:00～、文化の森)
- 21・木
- 22・金 新・美空ひばり物語 (18:30～、文化会館)
- 23・土 第四土曜映画会 (10:00～、中央公民館)
自然観察会「秋の植物観察会」 (13:30～、文化の森)
- 24・日 川と海のクリーン大作戦 (8:00～、木曽川緑地ライン公園および中濃大橋下流)
ウォークみのかも「健康フェスティバルコース」 (9:00 山手小学校集合)
どんぐりまつり (10:00～、健康の森)
ミュージアムフォーラム「木の力、人の技」 (14:00～、文化の森)
第6回美濃加茂市文芸祭表彰式 (14:00～、文化会館)
- 25・月
- 26・火 学校開放調整会 (19:00～、プラザちゅうたい)
- 27・水
- 28・木
- 29・金
- 30・土 まゆの家まつり (~31日、10:00～、文化の森)
下水道展・らぶらぶまーけっと (~31日、あじさいエコパーク)
- 31・日 環境フェア (9:00～、文化の森)
フリーマーケット (10:00～、文化の森)



四季彩

こよみ

10月

ほっと
ひととき

懐かしいあのころ
我が家の裏に、単身用の3階建て集合住宅ができました。思えば、我が家の子どもの小さいころ、そこは栗林でした。その木陰を利用して子どもと夏休みの工作を作ったことが懐かしいです。夜、窓を開けると涼しい風が部屋にいつも入ってきました。今は…。(坂)

季節と遊びと思い出

私が小学生のころは、田んぼや水路が遊び場でした。ザリガニやドジョウ、フナなど水辺の生き物を探して近所の用水路を何キロもさかのぼることがありました。田んぼで捕まえたヤゴが知らない間にトンボになり、家の中を飛び回ることもありました。(タカメが一番好きでした)子どものころのそんな思い出があるためか、生物が徐々に姿を見せなくなるこの時期は、とてもさみしい気分になります。とはいえ、抜けのよい青空と、真っ赤な夕焼けはこの時期が一番ですが…。(日)

体脂肪を減らすいい方法

先日、健康をテーマにした講演会を取材する機会がありました。その中で、体脂肪を減らすには、その場で足踏みをする「その場歩き」が大変有効であるとのこと。しかも、暑い部屋で汗をかいてやる必要はなく、空調の効いたところでやればいいとのことでした。

体脂肪が気になる私としては、本当にいいことを教えてもらいました。ただ、心の弱い私。続けて行うことができるかが問題です…。(川)