

みんなでごみをへらすジャー♪暑い季節だね。食べ物を買ってしまったり、買い置きを忘れて同じ物を買ってしまったりと、使い切れずに傷んでしまうことがあるよ。買い物の前に冷蔵庫の中をチェックして、食べ物をごみにしないように気を付けよう。

市報 こたて

◇市報は5日・20日(1月と10月は1日・20日)に発行します。すべての世帯のポストに直接配布するほか、市の施設、市内と市境にある駅・郵便局・スーパーマーケットなどでも配布します。また、小平市ホームページ(ID17962)にも掲載しています。市報が届かない場合などは、株式会社小平広告 ☎0120(944)900へご連絡ください。(月曜～金曜日午前9時～午後5時)。

(ID○○○○○)と記載されている番号を小平市ホームページで検索すると、該当ページが表示されます。

9月26日(木) 27日(金) 28日(土) 29日(日) 30日(月) 10月1日(火) 2日(水) 3日(木) 4日(金) 5日(土) 6日(日) 7日(月) 8日(火) 9日(水) 10日(木) 11日(金) 12日(土) 13日(日) 14日(月) 15日(火) 16日(水) 17日(木) 18日(金) 19日(土) 20日(日) 21日(月) 22日(火) 23日(水) 24日(木) 25日(金) 26日(土) 27日(日) 28日(月) 29日(火) 30日(水) 31日(木)

●パーソナルカラーコーディネート 講座 自分に似合う色を知って、外に出かけよう。 9月27日(金) 午前10時～11時30分 場中央公民館視聴覚室 定20人 申込日、会場へ(先着順)

●ポツツ体験 プレイ方法体験 9月27日(金) 午後1時～4時 場中央公民館ギャラリー 申込日、会場へ(先着順)

●健康長寿のための食生活セミナー 血流測定・血管年齢測定 シニア世代はタンパク質が不足する...

●管理栄養士監修レディ、調理実習 弾力のある血管を保つためには、正しい知識と日々のセルフケアが大切...

●血管力アップ教室 (血糖値編) 9月27日(金) 午前9時30分～正午 場健康センター

●小平ブルめくりスタンプラリー 市内の参加店舗で300円以上の注文・購入をしてスタンプを獲得し...

●参加店舗を募集 市内の参加店舗で300円以上の注文・購入をしてスタンプを獲得し...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●地域を通いの場情報コーナー 地域で活動しているグループの活動内容を紹介、通いの場の一覧の掲示を行います。

●ポツツ体験 プレイ方法体験 9月27日(金) 午後1時～4時 場中央公民館ギャラリー 申込日、会場へ(先着順)

●健康長寿のための食生活セミナー 血流測定・血管年齢測定 シニア世代はタンパク質が不足する...

●管理栄養士監修レディ、調理実習 弾力のある血管を保つためには、正しい知識と日々のセルフケアが大切...

●血管力アップ教室 (血糖値編) 9月27日(金) 午前9時30分～正午 場健康センター

●小平ブルめくりスタンプラリー 市内の参加店舗で300円以上の注文・購入をしてスタンプを獲得し...

●参加店舗を募集 市内の参加店舗で300円以上の注文・購入をしてスタンプを獲得し...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●小平市民文化祭 書道展作品募集 作品を添付、②幼年、小・中学生、高校生を部にお問い合せください...

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●家族介護教室 家族の介護をしている方々、これから介護を始める方たちで、不安な情報交換を兼ねて気軽に話しなが交流しましょう。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●認知症予防教室 体を動かしながら頭を使い、認知機能の維持向上を目指します。認知症や認知症予防についてお伝えしたうえで、ウォーキングや脳トレなど、認知症予防を実践します。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●もの忘れチェック会 簡単な質問票で、認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、医療機関への紹介状をお渡しします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●国立精神・神経医療研究センター病院 認知症を初めて学ぶ方に、接し方などの基本知識をお伝えします。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。

●子どものためのライブラリー「コンサート」 国立音楽大学の学生皆さん音楽遊び研究会と一緒、図書館でクラリネット、バイオリン、チェロのコンサートや、歌って遊ばパネリングを楽しみます。