



市長のこぼれ話

ごみをヘラスンジャー

10月はリデュース・リユース・リサイクルの3R(スリーアール)推進月間です。

市ではリユースの取り組みとして、回収した陶磁器食器をリサイクルセンター内の「食器掘り出し市」コーナーにて、無料で持ち帰りができます。

「おいくら」を活用すると、処分費もかからず、リユースにつなげることができます。

ごみを減らす取り組み、何か一つやってみませんか。

小平市長 小好活子



ヘラスンジャー

#運動不足 #忙しい #きっかけがない
こた健体操10周年イベント
カラダを動かしたくなる!
運動を楽しく続けるコツと大切さとは

整形外科医でロコモティブシンドローム(運動器症候群)の第一人者の大江隆史さん、こた健体操の生みの親で健康運動指導士の中村真奈子さん、元宝塚歌劇団スターで小平市観光まちづくり大使の鳳真由さんを迎え、今回限りのスペシャルイベントを開催します。



鳳真由さん

12月1日(日) 午後1時30分~4時 1時10分から受付
場①中央公民館ホール、②テレビ会議システム (Zoom)

市内在住・在勤・在学の方

※保育あります(6か月以上、先着順)。

定①75人、②80人

内容▷第1部 基調講演「働き盛り世代から行うべきロコモ予防 動き続けるカラダづくりに今必要なものは」

▷第2部 トークセッション「プロフェッショナルが語る“こた健体操×ロコモ予防”の魅力 運動を楽しく続けるには」

▷第3部 ゲストと一緒にやってみよう!こた健体操

10月21日(月)から11月20日(水)までに、東京共同電子申請・届出サービス(3面欄外QRコード)へ(先着順)

健康推進課 ☎042(346)3704

フォトニュース



長寿の秘けつ 愚痴をこぼさない。何事にも感謝して、いつも穏やかな気持ちでいること

田中君江さん



長寿の秘けつ 好き嫌いなく何でも食べること ※「百歳」の書は吉田さんの作品。

吉田マサさん

生き生きと輝く百歳



長寿の秘けつ 忘れること(いいことも悪いことも)

醍醐輝子さん

※後ろの絵画(イギリスの町)は醍醐さんの作品。

9月24日(火)に、市長が、百歳を迎えられる方、66人のうち3人を訪問して、長寿をお祝いしました。3人とも、日々趣味や会話を楽しみながら元気に生活されています。さまざまな人生経験を話すその表情は、生き生きと輝いていました。

谷戸沢処分場で秋の自然を楽しもう

平成10年に埋め立てが終了した日の出町の谷戸沢処分場では、回復した自然を楽しむことができます。

すずきや紅葉の見頃を迎えたこの処分場や二ツ塚処分場のエコセメント施設のほか、鹿野大佛をバスツアーで見学します。

11月19日(火) 集合・出発正午 市役所立体駐車場北側

※解散は午後6時ごろ、市役所立体駐車場北側。

※昼食は済ませてから参加してください。

※市内在住・在勤・在学の方

※前回参加された方はご遠慮ください。

定35人 10月21日(月)の午前8時30分から11月1日(金)の午後5時までに、電話で資源循環課へ(先着順) ☎042(346)9535

小平第八小学校児童考案 第1回「小平フェス」で津田梅子をPRする小平オールスター弁当などを販売

小平第八小学校の6年生が、津田梅子をPRするために考案した、小平オールスター弁当などが販売されています。



梅子の留学先の米国伝統料理であるベイクドポテトなどが入っています

場国分寺マリイ1階催事コーナー・地下(国分寺市南町3-20-3) 問こた健まちづくり協会 ☎042(312)3954

場職業能力開発総合大学校3号館1階(小川西町2-32-1) 定50人 市内在住・在勤・在学の方 ※未就学児は保護者同伴。 ※汚れてもよい服装で参加してください。材料は主催者が用意します。

場小川町二丁目地域センター公園、小川町二丁目児童館 場中央公民館ホール 共通 市内在住・在勤・在学の方 定各20人程度 11月3日(日・祝)までに、申込みページ(①は左上図QRコード、②は右図QRコード)へ(申込み多数の場合は抽選し、11月6日(水)までに結果を全員へ連絡) 問子育て支援課 ☎042(346)9821

ふれあい 下水道館 11月の催し

森田英樹さんによるお話しその1 11月10日(日)は、トイレの日(いいトイレ)です。トイレの日にちなみ、日本水循環文化研究協会会員の森田英樹さんが、全2回にわけて、旅の中で出会ったトイレやし尿にまつわる文化や発展の歴史を紹介します。

11月10日(日) 午後1時30分~2時30分 定30人 10月20日(日)から11月9日(土)まで、問合せ先へ(電話可、先着順)

◆学習講座 自然の材料でクリスマスリースをつくらう ほかに、コケを顕微鏡で観察します。

11月16日(土) 午前10時~11時30分 対小学生(保護者1人まで同伴可) 定30人 10月20日(日)から11月15日(金)まで、問合せ先へ(電話可、先着順)

場職業能力開発総合大学校3号館1階(小川西町2-32-1) 定50人 市内在住・在勤・在学の方 ※未就学児は保護者同伴。 ※汚れてもよい服装で参加してください。材料は主催者が用意します。

場小川町二丁目地域センター公園、小川町二丁目児童館 場中央公民館ホール 共通 市内在住・在勤・在学の方 定各20人程度 11月3日(日・祝)までに、申込みページ(①は左上図QRコード、②は右図QRコード)へ(申込み多数の場合は抽選し、11月6日(水)までに結果を全員へ連絡) 問子育て支援課 ☎042(346)9821

場ふれあい下水道館 ☎042(326)4111 場廃食油から作るせつけん講習会 揚げ物に使った後の古い食用油を使って石けんを作ります。廃食油で作る石けんのため、合成洗剤を含まず、手肌に優しい洗浄剤です。 10月31日(木) 午後2時~4時 場リサイクルセンター2階多目的ルーム 市内在住・在勤・在学の方 定16人 対市内在住・在勤・在学の方 持マスク、ゴム手袋、エプロン、新聞紙(朝刊1日分程度)、ボロ布2枚、雑巾1枚、ごみ袋、紙袋 ※廃食油の持参は不要です。 ※前回受講した方、小学生以下のお子さんの同伴はご遠慮ください。 10月21日(月)の午前8時30分から11月1日(金)の午後5時までに、電話で資源循環課へ(先着順) ☎042(346)9535

共通

※休館日など、詳しくは小平市HP(ID70022)をご覧ください。

発行:小平市 編集:企画政策部秘書広報課 〒187-8701 小平市小川町二丁目1333番地 ☎042(341)1211(代表) FAX042(346)9513(代表) ※宛先を必ず記入。