

市政だより

# けろ

No.81

11  
月号  
2010



## もくじ

元気なうちから介護予防	2～5	暮らしの情報あれこれ	10～15
市政ニュース	6～7	益田陸上クラブ	16
みんなで考えよう ごみの処理	8～9		

## 今月の表紙

南ひだ健康道場の約50%の畑で、そばの花が満開になりました。そばは10月中旬に収穫され、同道場のそば打ち体験などに使われます。(10/1)