

# 広報かさま お知らせ版

笠間市

問合せ方法：笠間市役所本所・支所



笠間・友部地区から Tel.0296(77)1101 または Tel.0296(72)1111

岩間地区から Tel.0299(37)6611

## ⑮シルバーリハビリ体操指導士3級養成講座受講生を募集

茨城県では、高齢者の介護予防を推進するため「シルバーリハビリ体操」の普及を進めています。県立健康プラザでは、この体操を普及するボランティアとして「シルバーリハビリ体操指導士」の養成講座を開催します。奮って、ご応募ください。

シルバーリハビリ体操とは、介護予防のための体操で、寝て、床で、いすに座って、立ってとどんな姿勢でもでき、道具を使わず、いつでもどこでもひとりでもできる体操です。

**定員** 200名（定員を超えた場合は、受講コースの調整を行います）

**申込資格** 次の要件をすべて満たす方

- (1)茨城県民であること
- (2)平成22年4月1日現在で満60歳以上の方
- ※50歳以上の方も申込みできますが60歳以上の方が優先されます。
- (3)常勤の職に就いていないこと
- (4)認定後に地域活動を行うことができること
- (5)講習会の全日程に参加できること

**日程**

コース番号	開催日(各コース8日間)
68	4/5(月)、8(木)、12(月)、15(木)、19(月)、22(木)、26(月)、28(水)
69	4/6(火)、9(金)、13(火)、16(金)、20(火)、23(金)、27(火)、30(金)
70	5/10(月)、13(木)、17(月)、20(木)、24(月)、27(木)、31(月)、6/3(木)
71	6/7(月)、10(木)、14(月)、17(木)、21(月)、24(木)、28(月)、7/1(木)
72	6/22(火)、25(金)、7/2(金)、6(火)、9(金)、13(火)、16(金)、20(火)

**会場** 茨城県健康プラザ

**時間** 午前10時～午後3時45分（初日のみ午前9時45分開講）

**内容** 講義・実技

**受講料** 無料（交通費および昼食代は各自負担）

**申込方法** 往復はがきに、郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・性別・生年月日（平成22年4月1日時点）・電話番号・受講できるコース番号をすべて明記の上、申し込んでください。

**申込期間** 2月2日（火）～22日（月） 当日消印有効

**受講決定通知** 返信はがきにより3月3日（水）までにお知らせします。

**申・問** 〒310-0852 水戸市笠原町993-2 茨城県立健康プラザ介護予防推進部 Tel.029-243-4217

## ⑯第18回茨城県歯科医学会公開講座参加者募集

**日時** 2月28日（日）午後1時～3時45分

**場所** 水戸プラザホテル 1階ガーデンルーム EAST

**講座内容** 元茨城放送アナウンサー飯田利夫さんの食べる機能を維持する「楽しく食べよう発音エクササイズ」のすすめです。楽食郷土食の試食会もあります。参加無料

**定員** 100名（先着順）

**申込方法** 2月1日（月）午前9時から受付開始。受付時間は平日の午前9時～午後5時まで。

**申・問** 茨城県歯科医師会  
Tel.029-252-2561

## ⑰ハイキング参加者を募集します！

**日時** 2月14日（日）

**場所** 雨引山・加波山（桜川市）

**集合場所** 笠間市役所本所

**集合時間** 午前7時40分

**移動方法** バス

**定員** 25名程度

**参加費** 会員 2,900円  
非会員 3,300円（バス代・保険料）

**受付期間** 1月12日（火）～2月9日（火）

**その他** 当日は歩きながら読図講習会を行いますので、方位磁石をお持ちの方は持参してください。

**申・問** NPO法人いばらき山の会  
Tel.029-232-8734

## 【お知らせ】

- ①子育て支援センター「みつばち」「くりのこ」行事のお知らせ
- ②新型インフルエンザワクチンに関するお知らせ（笠間市新型インフルエンザ対策本部）
- ③エコフロンティアかさま監視委員会を開催
- ④特設無料人権相談所を開設
- ⑤「笠間地区」休日救急診療当番医の一部変更について
- ⑥笠間市文化連盟「写生と撮影の会」作品展開催
- ⑦「おもてなし研修会」を開催
- ⑧「かさま環境フォーラム」を開催

## 【募集】

- ⑨笠間市立病院の看護師（嘱託）を募集
- ⑩“環境川柳”を募集します
- ⑪石岡一高定時制 成人特例入学者募集
- ⑫放課後児童クラブの運営委託先を募集します
- ⑬第5回男女共同参画講座「カルタと一献、舌鼓」参加者募集
- ⑭岩間公民館講座「温泉学講座」～温泉の利用・形態・入浴法を学ぶ～
- ⑮シルバーリハビリ体操指導士3級養成講座受講生を募集
- ⑯第18回茨城県歯科医学会公開講座参加者募集
- ⑰ハイキング参加者を募集します！

## ①子育て支援センター「みつばち」「くりのこ」行事のお知らせ

子育て親子の交流・情報提供・相談の場として開設している「みつばち」「くりのこ」の1月から3月までの行事日程をお知らせします。親子での参加をお待ちしています。

### 「みつばち」笠間ショッピングセンターポレポレ2階内

月日	時間	行事予定
1月26日(火)	10:30～11:30	かぜ予防と薬の上手な使い方・飲ませ方
2月16日(火)	13:30～14:30	親子でいっしょに子もりうた
3月11日(木)	10:30～11:30	健康づくりは、健康な歯から

### 「くりのこ」市民センターいわま

月日	時間	行事予定
1月20日(水)	10:30～11:30	助産師さんの子育て情報
2月12日(金)	10:30～11:30	せせらぎ会によるおはなし会
3月10日(水)	10:30～11:30	創作活動:何を作ろう?

**対象者** おおむね3歳未満の乳幼児および保護者

**参加費** 無料

**問** 子ども福祉課（内線162）、笠間支所福祉課（内線72165）、岩間支所福祉課（内線73171）