

### 「かさま新栗まつり」を開催

**日時** 10月20日(土) 午前9時～午後3時  
 小雨決行  
**会場** 「栗の家」庭園(笠間市土師1285)  
**内容** 栗の味見会(ゆで栗、焼き栗、揚げ栗)  
 茶席(栗の茶巾絞りと抹茶)  
 ハンドメイドフェア など  
**主催** 「笠間の栗」を考える会  
**共催** 笠間市、笠間地域農業改良普及センター、茨城中央農業協同組合  
**問** 農政課(内526)



### クラインガルテン 秋の収穫祭を開催

笠間クラインガルテンでは、秋の収穫祭を開催します。新鮮な農産物の特売を予定していますので、ぜひ、ご来場ください。また、21日にはフリーマーケットを開催します。  
**期日** 10月20日(土)、21日(日)  
 午前9時～午後3時 雨天中止  
**会場** 笠間クラインガルテン  
**フリーマーケット出店者募集**  
**日時** 10月21日(日) 午前9時～午後3時  
 雨天中止  
**出店条件** プロの方の出店、飲食を伴うものや野菜類の出店販売はできません。  
**募集店数** 28店(定員になり次第締め切り)  
**出店料** 1区画 500円  
**申込方法** 電話で、出店希望者の 住所 氏名 電話番号 出店内容をお伝えください。  
**申・問** 笠間クラインガルテン 0296-70-3011

### 「天狗の郷バザール de いわま」10月14日開催

「天狗の郷バザール de いわま」は、新鮮な農産物から家庭に眠っているお宝・掘り出し物まで、様々なお店が出店しています。収穫の秋、お値打ち農産物があるかもしれません。ぜひ、ご来場ください。  
**開催日** 毎月第2日曜日 午前9時～午後3時  
 雨天決行  
**会場** JR岩間駅前(駅南広場)  
**後援** 笠間市  
**問** 天狗の郷バザール de いわま運営委員会事務局(コンビニエンスストア内) 0299-45-8642

### 健康講座「メタボリックシンドロームを予防しよう！」

岩間保健センターでは、「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を予防しよう！」というテーマで健康講座を開催します。ご自身・家族の健康のため、ぜひ、ご参加ください。  
**日時** 11月15日(木) 午後1時30分～3時(受付:1時10分～)  
**会場** 岩間保健センター 集会室 **参加無料**  
**定員** 30人  
**講師** 石塚 恒夫さん(笠間市立病院 院長)  
**申込方法** 11月9日(金)までに、電話または直接次へ。  
**申・問** 岩間保健センター 0299-45-7888



### 友部公民館「自然探検隊」の参加者募集

**日時** 11月7日(水) 午前8時15分集合  
**集合場所** 友部公民館  
**目的地** 奥久慈憩いの森(大子町)  
**対象者** 市内在住又は在勤の方  
**定員** 30人(定員を超えた場合は抽選)  
**参加費** ひとり1,000円(弁当代、当日徴収)  
**申込期限** 10月23日(火) 必着  
**申込方法** 公民館窓口に直接申し込むか、はがきに「自然探検隊」と明記の上、氏名(ふりがな)、郵便番号・住所、電話番号を明記の上、次へ。(電話やFAXは不可)  
**申・問** 〒309-1737 笠間市中央3-3-6 友部公民館 0296-77-7533

### 笠間保健センター健康講座「腰痛のメカニズムと腰痛体操」の参加者募集

腰痛は誰でも一生に一度は経験するといわれています。つらくなって専門医にかかるまえに、腰によい生活を学び、心がけてみませんか?  
**日時** 11月6日(火) 午後1時30分～3時  
 (受付:1時15分～) **参加無料**  
**会場** 笠間保健センター  
**定員** 30人  
**服装** 運動のできる服装でご参加ください。  
**講師** 金子 哲さん(水戸赤十字病院理学療法士)  
**申込期限** 10月31日(水)  
**申込方法** 電話または直接次へ。  
**申・問** 笠間保健センター 0296-72-7711



### 第8回「ウォーキング大会」の参加者募集

紅葉の走りの里山ウォッチングを楽しみ、ウォーキングを通じて心身の健康・体力の向上を図りませんか。奮ってご参加ください。  
**日時** 10月21日(日) 受付:午前9時～9時30分 出発:午前9時40分  
 帰着:笠間駅経由 午後1時40分(予定)  
**集合場所** JR福原駅  
**コース** 福原駅 登山道 吾国山 洗心館(昼食) 道祖神峠 バス利用 笠間駅(経由) 福原駅 約6km(所要時間:2時間45分)  
**参加料** 300円(傷害保険・昼食・ドリンク1本含む)当日徴収  
 福原駅までの交通費は自己負担  
**主催** 笠間市ウォーキング協会  
**後援** 笠間市教育委員会・笠間市体育協会  
**その他** 軽装で履きなれた靴で参加ください。保険証(写し可)・ストック・タオル・帽子・雨具・ごみ袋その他各自必要とするものを持参ください。荒天時の実施の決定は前日に行い、参加者へ連絡します。JR福原駅駐車場ご利用の方は別途210円がかかります。  
**申込期限** 10月16日(火)  
**申・問** 【平日の午前8時30分から午後5時30分まで】  
 総合公園管理棟 0296-72-9330  
 【午後5時～午後8時まで】  
 関 和夫 0296-72-8913 萩原 勇夫 0296-74-3539  
 大久保 光男 0296-72-2858 荒井 農夫男 0296-72-2692