

⑩10月「各種運動教室」の参加者を募集します

教室名	ヨガ	骨盤体操
開催日	10月1日(木)、8日(木) 15日(木)、22日(木)	10月5日(月)、12日(月) 19日(月)、26日(月)
時間	午前10時30分～11時30分	午前10時～11時
会場	笠間市総合公園 管理棟会議室 (笠間市箱田 867-1) ※開催場所は変更になる場合があります。	笠間市民体育館 2階第5会議室 (笠間市石井 2068-1) ※開催場所は変更になる場合があります。
内容	今人気の「ヨガ」の入門クラス。心も体もリフレッシュしませんか。	肩こり、腰痛予防を目的として、ストレッチを用いたどなたでもできる体操です。
講師	須崎 和代さん (水戸アーツダンスアカデミーフィットネス専任講師)	塚原 幸雄さん (カイロプラクター、結城市運動指導員、健康管理士)
対象	15歳以上の方はどなたでもご参加いただけます。※ただし、中学生は参加できません。	
定員	各20名程度(先着順)	
参加費	1回500円	
持ち物	飲み物、タオル、上履き、ストレッチマット(または大きめのタオル)	
体験会	随時、体験会を実施しています。各クラス初回のみ無料で体験できます。	
申込方法	開催日の前日までに、申込先へ直接または電話でお申し込みください。受付時間は午前8時30分～午後4時30分です。	
申・問	笠間市総合公園管理棟事務所(笠間市指定管理者 NPO 日本スポーツ振興協会) Tel 0296-72-9330	笠間市民体育館管理事務所(笠間市指定管理者 NPO 日本スポーツ振興協会) Tel 0296-72-2101

⑪ターゲット・バードゴルフ体験教室の参加者を募集します

ターゲット・バードゴルフとは、羽根つきボールをゴルフクラブで打つ簡単なゴルフで、幅広い年齢の方が楽しめる生涯スポーツです。

次のとおり体験教室を開催しますので、ぜひご参加ください。

	笠間地区	岩間地区
日時	10月6日(火)～11日(日) 午前9時30分～ ※雨天中止	10月6日(火)～11日(日) 午後1時～3時 ※雨天中止
会場	笠間市総合公園 ターゲット・バードゴルフ場 (笠間市箱田 867-1)	岩間 B&G 海洋センター ターゲット・バードゴルフ場 (笠間市押辺 2259-1)
申・問	0296-77-8955 (狩谷 博道)	0299-45-3342 (宇都宮 広巳)

持ち物 飲み物 ※用具は準備します。運動のできる服装でお越しください。

参加費 無料

その他 期間中以外でも月曜日を除き、会員が会場で練習していますので、お気軽にお声かけください。

申込方法 電話でお申し込みください。住所・氏名・電話番号を確認させていただきます。

⑩笠間市国際交流協会 創立20周年記念式典と記念事業
「外国人を魅了する和のおもてなし」を開催します

一般社団法人 笠間市国際交流協会が今年で創立20周年を迎えました。この節目に、2020年の東京オリンピック開催の気運を高め、国際化のまちづくりと外国人観光客受入れを進めることを目的に国際交流事業を開催します。

世界無形文化遺産となった「和食」を通して、多くの皆さんに楽しんでいただける内容となっていますので、お気軽にご参加ください。

日時 10月24日(土) 受付：午前9時～

記念式典：午前9時30分～

包丁式：午前10時30分～

パネルディスカッション：午前11時30分～

祝賀会：午後0時45分～(有料)

※記念式典会場から続けて包丁式会場にご案内します。

※包丁式とは包丁と真魚箸のみを用いて、鯉などの素材に一切触れることなくさばっていく伝統技法です。

会場 笠間稲荷神社 稲光閣(笠間市笠間1)

内容 (パネルディスカッション)

「外国人を魅了する和のおもてなし」

コーディネーター：株式会社フレール代表取締役 食文化研究者 藤原 浩さん

パネラー：レバノン大使 Iman Younesさん

四條司家第41代 四條 隆彦さん

須藤本家代表取締役 須藤 源右衛門さん

笠間市国際交流協会専務理事 木村 美枝子さん

参加費 無料(祝賀会のみ会費3,000円)

主催 (一社)笠間市国際交流協会

後援 笠間市、笠間市教育委員会、(一社)笠間観光協会、常陸農業協同組合、笠間工芸の丘(株)

申込方法 祝賀会のみ事前申込みが必要です。電話でお申し込みください。

申込期限 10月17日(土)

申・問 (一社)笠間市国際交流協会 担当：伊東、小賀 Tel 0296-73-0001

⑪野生きのこの採取・販売に注意してください

野生きのこの本格的なシーズンを迎えるにあたり、採取および販売する場合は次のことを必ず守っていただきますようお願いします。

・野生きのこの採取する際には、見分け方の迷信を捨てて、詳しい図鑑で説明文をよく読み、名前と食用かどうかを調べましょう。日本には、数千種類のきのこがあると考えられていますが、図鑑にはその半分も載っていないので、無理に食用だと決めつけず、迷ったら食べないでください。

・国の出荷制限または県の出荷・販売自粛(以下「出荷制限等」となっている市町村)の野生きのこは、自主検査の結果にかかわらず、出荷制限等が解除されるまで出荷・販売はできません。

・直売所等の販売者は、産品を受け入れる際に産地等を必ず確認し、出荷制限等となっている市町村の野生きのこは絶対に受け入れないでください。

・出荷制限等となっていない市町村で採取された野生きのこでも、高い濃度の放射性物質が検出される恐れがあることから、出荷前の自主検査を必ず行い、安全性を確認して、基準値を超えるものが流通することがないようにしてください。

問 農政課(内線530)

「ごみ処理ハンドブック」は、笠間市のホームページからご覧いただけます。

<http://www.city.kasama.lg.jp/> (「ごみ処理」で検索)