

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 TEL0296(77)1101 または TEL0296(72)1111
岩間地区から TEL0299(37)6611

【お知らせ】

- ①屋外広告物の表示には許可が必要です
- ②違反広告物の撤去を行います
- ③GAP（農業生産工程管理）に関する相談窓口を開設します
- ④ごみは分別して出しましょう
- ⑤事業系ごみは自己処理が原則です
- ⑥犬のふんは持ち帰りましょう
- ⑦水戸まちなかフェスティバルを開催します
- ⑧茨城県立笠間陶芸大学校研究科生による個展を開催します
- ⑨笠間市地域おこし協力隊活動報告会を開催します
- ⑩フリーマーケットを開催します
- ⑪特設無料人権相談を開設します
- ⑫茨城演劇祭「イバゲキ 2017」を開催します
- ⑬福祉バザー開催とバザー用品寄付のお願い
- ⑭ご存知ですか？警察の相談ダイヤル #9110
- ⑮地域のラジオ体操に参加してみませんか
- ⑯エコフロンティアかさま監視委員会を開催します

【募集】

- ⑰普通救命講習会の参加者を募集します
- ⑱シニア運動教室の体験会の参加者を募集します
- ⑲健康診査（10月分）の再々募集を行います
- ⑳第4回ガルテンアカデミー「寄せ植え教室」の参加者を募集します
- ㉑健康増進のためのヨガ教室の参加者を募集します
- ㉒笠間市児童館イベントの参加者を募集します
- ㉓「美しく歩こう、ポスチュアウォーキング」の参加者を募集します
- ㉔「法務局休日相談所」および「未来につなぐ相続登記」講演会の参加者を募集します
- ㉕介護職員初任者研修の受講者を募集します
- ㉖第一火曜日の会「いわまの伝え話」と「スクエアステップ」の参加者を募集します
- ㉗第9回笠間市公民館まつりの展示作品を募集します
- ㉘元気すこやか教室の参加者を募集します
- ㉙認知症相談会の参加者を募集します
- ㉚里山ウォークの参加者を募集します
- ㉛「はじめての太極拳」の参加者を募集します
- ㉜10～11月「各種運動教室」の参加者を募集します

㉝ 10～11月「各種運動教室」の参加者を募集します

誰もが参加できる運動教室を毎月、笠間市総合公園および笠間市民体育館で開催していますので、ふるってご参加ください。初回の方は、無料体験実施中です。

教室名	曜日等	期日	時間	内容	参加費
ピラティス教室	第1・3火曜日	10月3日、17日、11月7日、21日	午後6時30分～7時30分	インナーマッスルを鍛える人気のエクササイズ	1回500円
ヒップホップ教室 ①幼児・小学低学年クラス ②小学高学年クラス	毎週火曜日	10月3日（無料体験会）、17日、24日、31日、11月7日、14日、21日、28日	①午後4時30分～5時20分 ②午後5時30分～6時20分	幼児、小学生を対象としたヒップホップのダンス教室	2,000円（月謝制）
ヨガ教室	毎週木曜日	10月5日、12日、19日、26日、11月2日、9日、16日、30日	午前10時30分～11時30分	人気の「ヨガ」の入門クラス	1回500円
エアロビクス教室	毎週土曜日	10月7日、14日、21日、28日、11月4日、11日、18日、25日	午後1時15分～3時	楽しく有酸素運動を行うエアロビクス教室	2,000円（月謝制）
ズンバ教室	毎週土曜日	10月7日、14日、21日、28日、11月4日、11日、18日、25日	午後3時30分～4時30分	世界の音楽を取り入れたダンスエクササイズ	1回500円

場所 笠間市総合公園（笠間市箱田 867-1）※開催場所が変更になる場合があります。

申・問 笠間市総合公園管理棟 TEL 0296-72-9330

教室名	曜日等	期日	時間	内容	参加費
健康運動体操	毎週月曜日（一部火曜日）	10月2日、9日、16日、30日、11月7日（火）、13日、21日（火）、27日	午前10時～11時30分	肩こり、腰痛予防、歩ける寿命の延伸を目的とした体操	1回500円
キッズトレニング（小学生）	毎週金曜日	10月6日、11月10日、17日、24日	午後4時30分～5時30分	体育館全体を使っでの遊びを取り入れたコーディネーション運動教室	2,000円（月謝制）

場所 笠間市民体育館（笠間市石井 2068-1）※開催場所が変更になる場合があります。

申・問 笠間市民体育館 TEL 0296-72-2101

【共通】

定員 各教室 20 名程度（先着順）

持ち物 飲み物、タオル、上履き、ストレッチマット等

※教室によって異なりますので、お問い合わせください。

申込方法 窓口で直接または電話でお申し込みください。

※随時、体験会を実施中。各教室初回のみ無料で体験できます。

申込期限 開催日の前日

受付時間 午前 8 時 30 分～午後 4 時 30 分