

㊸岩間公民館講座「まちかどウォーキング」（第 2 回）の参加者を募集します

街並み・景観を見ながら歩き、健康増進をはかる講座です。
 今回は、日光街道の宿場町として栄えた埼玉県の幸手市内を歩きます。江戸時代に日光社への参拝のための通り道で、当時の賑やかだった風情のなごりがところどころに残っています。
日時 10 月 31 日（火）午前 8 時 45 分～午後 4 時 30 分 受付：午前 8 時 30 分～
集合場所 岩間保健センター駐車場（笠間市下郷 5139-1）
講師 笠間市スポーツ推進委員 小池 幸子さん
対象 市内在住または在勤の方で、20 歳以上の方。7 キロメートル以上歩ける方。
定員 30 名（応募者多数の場合は抽選）
参加費 1,900 円（受講料、高速代、昼食代）
申込方法 最寄りの公民館窓口で直接または、講座名「まちかどウォーキング 2」、氏名（ふりがな）、性別・年齢、郵便番号・住所、電話番号を記入の上、はがきか FAX でお申し込みください。電話でのお申し込みはできません。なお、FAX の場合は必ず着信確認の電話をお願いします。
申込期限 10 月 12 日（木）必着
受付時間 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（月曜日休館）
申 岩間公民館 FAX 0299-45-7612 〒319-0294 笠間市下郷 5140
 笠間公民館 〒309-1613 笠間市石井 2068-1
 友部公民館 〒309-1737 笠間市中央 3-3-6
問 岩間公民館 TEL 0299-45-2080

㊹「かさまの秋の美食～秋色の栗フルコース～」の参加者を募集します

市は、日本有数の栗の産地です。秋の味覚「栗」をふんだんに使用した笠間の栗のフルコースを堪能しながら、笠間の栗について学ぶ食事会を開催します。栗づくしのお料理をぜひご賞味ください。
日時 10 月 24 日（火）正午～午後 2 時 受付：午前 11 時 30 分～
場所 フレンチ食堂 アルモニ（笠間市笠間 4044-1）
定員 17 名（応募者多数の場合は抽選）
参加費 5,000 円 ※当日お支払いください。
申込方法 窓口で直接または電話でお申し込みください。
申込期限 10 月 17 日（火）
申・問 農政課（内線 528）

㊺スリムアップ教室「野菜を使って簡単調理」の参加者を募集します

「野菜を食べることは大切なことだとわかるけど、いつも同じメニューになってしまう」、「ヘルシーで、野菜がたくさんとれる調理法が分からない」このような悩みはありませんか？
 そんな悩みを解決するため、管理栄養士による教室を開催します。ご参加をお待ちしています。

期日	場所・申・問	申込期限
10 月 26 日（木）	笠間保健センター TEL 0296-72-7711	10 月 19 日（木）
11 月 8 日（水）	友部保健センター TEL 0296-77-9145	11 月 1 日（水）
11 月 14 日（火）	岩間保健センター TEL 0299-45-7888	11 月 7 日（火）

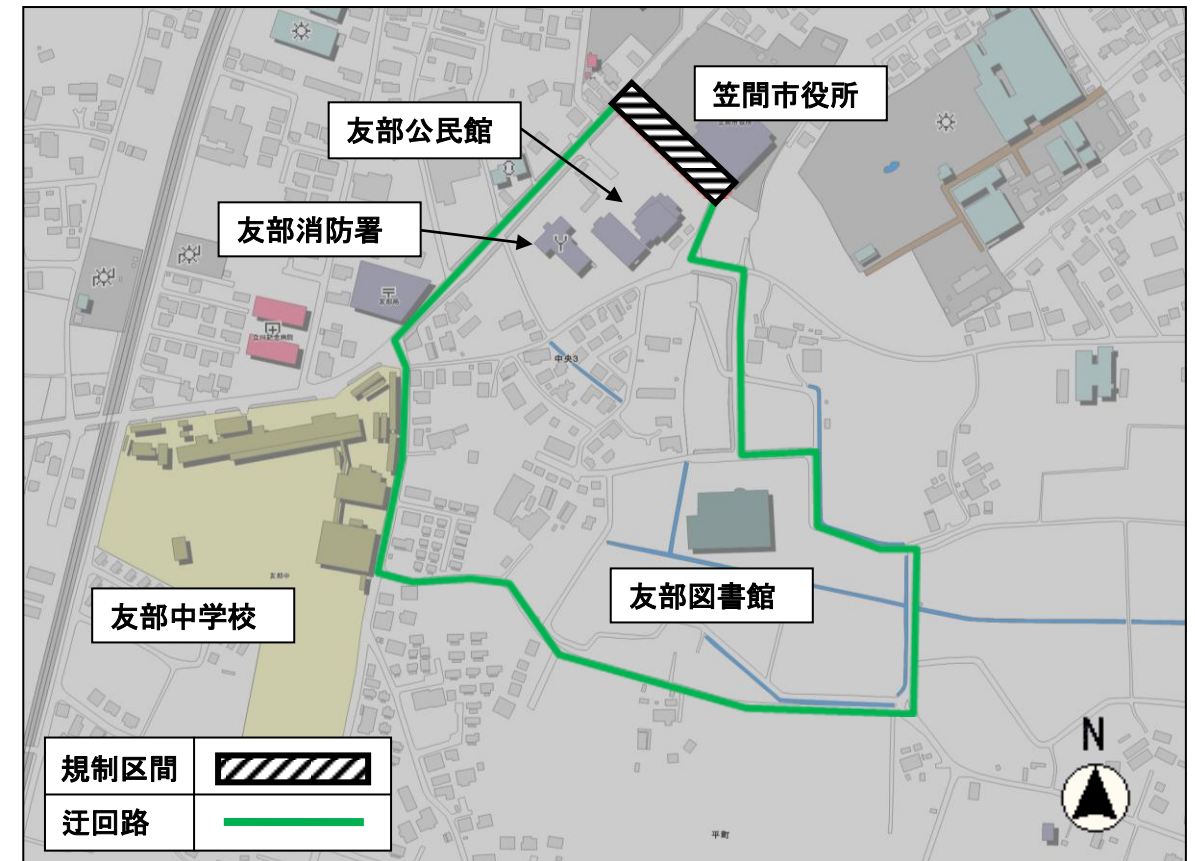
時間 午前 9 時 30 分～午後 0 時 30 分
対象 市内在住の 40～74 歳の方で、体重やお腹周りの気になる方。ご自分の食事を見直したい方。
定員 15 名（先着順）
参加費 300 円
 ※日程が近くなりましたら詳細をお知らせします。



広報紙は笠間市ホームページでもご覧になれます。
<http://www.city.kasama.lg.jp/>

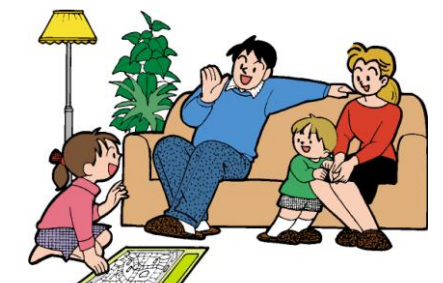
㊻排水整備工事に伴う交通規制のお知らせ

道路に雨水排水管を埋設する工事の実施に伴い、交通規制を行います。通行の際には、工事看板および交通誘導員の指示に従ってください。
 付近にお住まいの方、通行される方には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。
規制期間 10 月 10 日（火）～平成 30 年 1 月 31 日（水）
規制区間 笠間市中央三丁目地内（市役所本所と友部公民館の間）
規制内容 全面通行止め 午前 8 時 30 分～午後 5 時
施工業者 大平建設（株）
問 建設課（内線 503）



㊼ 10 月は年次有給休暇取得促進期間です

仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）のために、年次有給休暇を計画的に活用しましょう。
 茨城労働局では、「仕事休もつ化計画」を推進しています。土・日曜日、祝日にプラスワン休暇して、連続休暇にしませんか？
問 茨城労働局雇用環境・均等室 TEL 029-277-8294



市税等は納期限を過ぎると延滞金が加算されます。
 納期限内の納付をお願いします。