

⑳夏休み企画「子どものためのハーブミニコンサート」

アイリッシュハーブの40分程のミニコンサートを開催いたします。

- 日時** 7月22日(日) 開場：午後2時45分 開演：3時
場所 地域交流センターともべ  健康ルーム (笠間市友部駅前1-10)
出演 笠間市内在住ハーブ奏者 早川 千丈さん
内容 童謡、アニメソング、ポピュラーソング等
鑑賞料 中学生以下(乳幼児含む)：600円、大人(高校生以上)：700円
定員 40名程
問・申 地域交流センターともべ  にてチケットを販売しています。
TEL 0296-71-6637

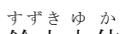
㉑夏休みイベント「ファミリー健康体験」

夏休みにご家族で参加できるイベントのお知らせです。ご家族で参加して、夏休みの思い出づくりをしてみませんか？

- 日時** 7月28日(土) 午前の部 9時30分～正午終了予定
午後の部 1時30分～4時終了予定
場所 地域医療センターかさま (笠間市南友部1966-1)
内容 お子さん—医師または看護師の職業体験(ユニフォームを着用して、ご家族の健康チェックのお手伝いをします)
ご家族—簡単な健康チェック(血圧、血糖値、血管年齢、認知症チェック等)
※お子さん、ご家族ともに、高齢者疑似体験・介護食の試食もできます
対象 市内在住で小学校3年生以上のお子様とその家族
定員 24組(応募者多数の場合は抽選になります。)
費用 無料
申込方法 電話または窓口でお申し込みください。
申込期限 7月6日(金)
申・問 笠間市保健センター TEL 0296-77-9145

健康都  かさま

㉒シェイプアップ教室の参加者を募集します

- 日時** 6月23日、7月7日、14日、21日、28日の各土曜日 午前10時～11時
場所 笠間市総合公園管理棟会議室 ※7月14日、21日、28日は笠間市民体育館
定員 20名(先着順)
講師 エアロビクス、ピラティスインストラクター  鈴木由佳さん
対象 15歳以上
参加費 1回500円
持ち物 飲み物、フェイスタオル、上履き、ストレッチマット(無料レンタル有り)
申込方法 窓口で直接または電話でお申し込みください。受付時間：午前8時30分～午後5時
申込期限 開催日前日まで
申・問 笠間市総合公園管理棟 笠間市指定管理者(NPO日本スポーツ振興協会)
TEL 0296-72-9330

「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)