

## ⑩ 酒米田んぼのオーナー制度「酒米イネカリ大ごはん祭」

稲刈り作業をした後は、笠間の秋の味覚を楽しむバーベキューやしめ縄づくり体験を行います。ぜひご参加ください。

日時 10月6日(日) 午前10時～受付: 午前9時30分(雨天時は10月14日(月・祝)に順延)

場所 岩間体験学習館「分校」(笠間市上郷1742-1)

定員 50名(先着順)

参加費 中学生以上1,000円、小学生500円(食事、保険代を含む)、未就学児無料

※小学生以下は必ず保護者同伴でご参加ください。

申込方法 代表者氏名、住所、日中ご連絡のとれる電話番号、参加人数を電話、メールまたはFAXでご連絡ください。

申込期間 10月3日(木)

申・問 (一財)笠間市農業公社 TEL 0296-73-6439 FAX 0296-73-6438

メール info@kasama-agri.jp

## ⑪ 地産地消料理講座「笠間の栗」を使った料理

旬を迎えた「笠間の栗」のおいしい食べ方を知りたい方は、ぜひご参加ください。

無料で託児も利用できますので、お申し込みの際にお伝えください。

日時 10月25日(金) 午前10時～午後0時30分 受付: 午前9時45分

場所 友部公民館2階 調理室(笠間市中央3-3-6)

内容 メニュー(予定): 笠間の栗ドリア、笠間の栗オムレット

講師 料理講師 <sup>さかべ ゆきこ</sup>坂部 幸子さん

定員 15名(応募者多数の場合は抽選)

参加費 500円(当日徴収)

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん等

申込方法 電話でお申し込みください。

申込期限 10月11日(金)

申・問 農政課(内線528)

## ⑫ 女性のためのヨガ教室

ほぐしのヨガとセルフケアで女性の気になる悩みを解決します。体と心を快適に整えて自分らしい健康美を手に入れませんか。

	日時	内容	
第1回	9月29日(日)	午前10時～正午	むくみの解消
第2回	10月20日(日)		呼吸を深めよう
第3回	11月24日(日)		しなやかな骨盤に

場所 地域交流センターいわま「あたご」健康ふれあいルーム(笠間市下郷4438-7)

講師 <sup>いせやま ようこ</sup>伊勢山 陽子さん

定員 3名以上で開催

参加費 3,000円/回

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 開催日の前日まで

申・問 地域交流センターいわま「あたご」 TEL 0299-57-3357