

## ⑩ 健康講座 骨粗鬆症教室

骨粗鬆症は加齢だけでなく、カルシウム不足や運動不足等の生活習慣が因子となります。その因子を少なくすることが予防につながります。骨粗鬆症について学び、健康づくりについてお役立てください。

日時 11月6日(水) 午後1時30分～3時

場所 地域福祉センターいわま(旧岩間保健センター:笠間市下郷 5139-1)

講師 水戸赤十字病院 理学療法士 知久 理恵子さん 作業療法士 今関 純子さん

定員 30名(応募者多数の場合は抽選)

参加費 無料

申込方法 保健センターの窓口で直接、または電話でお申し込みください。

申込期限 10月25日(金)

申・問 保健センター(笠間市南友部 1966-1) TEL 0296-77-9145

※地域ポイント制度の付与対象になります。



## ⑪ 「第一火曜日の会」 special 地域福祉力と幸せ羅針盤

ユーモアセンス抜群の講師の方を迎えて講演会を開催します。楽しいお話を聞きながら、毎日の生活が楽しく送れるようご自分を見つめ直す機会にしてみませんか。

日時 10月8日(火) 午前10時～11時30分

場所 地域福祉センターともべA館

講師 茨城県生涯学習 社会教育研究会 長谷川 幸介さん

参加費 無料

定員 50名

申込方法 電話でお申し込みください。

申込期限 9月27日(金)

申・問 社会福祉協議会ボランティアセンター TEL 0296-78-2626

## ⑫ 茨城県立水戸聾学校 学校公開

聴覚障害教育に対する理解を深めていただくことを目的に授業公開、施設見学、補聴器および難聴疑似体験などを行います。

日時 10月19日(土) 午前9時30分～正午

11月7日(木) 午前9時～午後0時50分

場所 茨城県立水戸聾学校(水戸市千波町 2863-1)

対象 聴覚障害教育に興味のある方

申込方法 電話、メールまたはFAXでお申し込みください。申込用紙はホームページからダウンロードできます。HP <http://www.mito-sd.ibk.ed.jp>

申込期限 実施日の2日前まで

申・問 茨城県立水戸聾学校 TEL 029-241-1018 FAX 029-241-8148 メール [koho@mito-sd.ibk.ed.jp](mailto:koho@mito-sd.ibk.ed.jp)

**笠間市立病院で、日曜・平日夜間初期救急診療を行っています。**

**平日夜間 19時～21時(土曜日・祝日・年末年始を除く)**

**日曜日 9時～17時**

**TEL 0296-77-0034(電話確認のうえ、受診してください。)**