

③② 笠間市ヘルスリーダーの会 ヘルスアップセミナー

～おいしく食べて健康に～

申・問 保健センター TEL 0296-77-9145

日時 9月10日(金) 午前10時～午後0時30分 受付:午前9時45分

場所 保健センター(笠間市南友部1966-1)

内容 健康づくり情報(健康ワンポイントアドバイス、食事バランスと減塩のコツを知ろう)

家の味噌汁またはスープの食塩濃度チェック、量と栄養バランスのとれた食事の調理と試食

対象 市内在住の方

定員 12名(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 無料

持ち物 エプロン、三角巾またはバンダナ、味噌汁またはスープ(よく洗った空瓶やペットボトルに50cc程度入れた物)、筆記用具、飲み物

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 8月30日(月)

③③ 環境寺子屋「環境教育人形劇～CO2を減らそう～」



申・問 環境保全課(内線125)

カーボンニュートラルの実現に向けた取り組みの一環として、子どもから大人まで、楽しみながら環境問題に関心を持ち、理解を深めることを目的に開催します。

「おもしろくて、ためになる」作品のテーマは、リサイクル・フードロス・節電の3本立てです。

日時 8月21日(土) 午前の部:午前10時30分～ 午後の部:午後1時30分～※上演時間:約50分

場所 地域交流センターともべ **ともべ** (笠間市友部駅前1-10)

出演 人形劇団京芸 ※日本でも有数の歴史をもつ現代人形劇の専門劇団です。

対象 3歳以上(50分以上鑑賞できる方)

定員 各回50名(応募多数の場合は抽選)

参加費 無料

申込方法 いばらき電子申請・届出サービス(右上のQRコード)または電話でお申し込みください。

申込期限 8月12日(木)

※電子申請・届出サービスで申し込みされた方には、申込時のメールアドレスに応募結果等を通知します。

③④ 婚活相談会

申・問 (特非)新和会 ^{にへい}二瓶 TEL 090-6536-3869

婚活に対しての悩み事などに、無料でお応えします。予約者のみの相談ですので、必ず事前に電話で予約してください。

日時 8月22日(日) 午前9時～正午

場所 友部公民館2階 ミーティングルーム(笠間市中央3-3-6)

ファミリーサポートセンターにご協力ください

「お子さんを預かってほしい方」と「お子さんを預かることができる方」がお互いに信頼関係を築きながら地域で主体的に行う子育て援助活動です。市内にお住まいで、20歳以上の心身ともに健康でご協力いただける方を募集します。

問 子ども福祉課(内線165) 笠間市ファミリーサポートセンター TEL 0296-77-9050