

⑱ 講演会「みんなで見つける成長の芽」

申・問 笠間市こども育成支援センター TEL 0296-73-4721



「～ライフステージに応じた支援のために～ 地域で支える特別な支援が必要な子どもたち」と題した講演会を開催します。

日時 2月26日(土) 午後2時～3時40分

場所 笠間公民館 大ホール(笠間市石井 2068-1)

内容 臨床心理学の第一人者である大六 一志^{だいろく ひとし}さんに発達障害のお子さんとその家族を地域で支えていくために、私たちができること、すべきことについてお話しいたします。

講師 臨床発達心理士会 茨城支部長 大六 一志さん

定員 250名(先着順)

参加費 無料

申込方法 市ホームページ(⇒「笠間市こども育成支援センター」で検索)から、または右上のQRコードでお申し込みください。

申込期限 2月24日(木)

⑳ ママ・リフレッシュ「タイ式マッサージ」

申・問 笠間市児童館 TEL 0296-77-8340

子育てを頑張っている皆さん、産後のケアしませんか。タイマッサージを取り入れて日々の疲れをリセットしましょう。託児付きですのでぜひご利用ください。

日時		場所
3月11日(金)	午前10時30分 ～11時30分	笠間公民館(笠間市石井 2068-1)
3月14日(月)		笠間市児童館(笠間市南友部 1966-140)
3月15日(火)		岩間公民館(笠間市下郷 5140 市民センターいわま 3階)

講師 ^{とこよだ まい}常世田 麻衣さん

対象 市内在住の生後6か月から2歳までの未就園児とその母親(妊婦さんは参加できません。)

定員 各回8名(先着順)

参加費 無料

申込方法 窓口で直接、または電話でお申し込みください。

申込期間 3月1日(火)～10日(木)

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる場合があります。

㉑ 腰痛予防教室

申・問 地域交流センターいわま「あたご」 TEL 0299-57-3357 FAX 0299-45-1122

簡単なストレッチと筋トレで腰痛の改善と予防を目指していく教室です。激しい動きはありませんので、初めての方や運動を最近していない方も安心してご参加ください。

日時 2月23日(水・祝)、3月9日(水)・23日(水) 午前10時～11時

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

講師 スポーツ振興課 ^{しみず たくや}清水 拓也：地域活性化起業人として、全国でスポーツクラブを展開する(株)ルネサンスより、令和3年11月に笠間市へ着任。13年間フィットネストレーナーとして運動指導で健康作りに従事。

対象 腰痛に悩みのある市内在住・在勤の方(高校生以上)

定員 20名

参加費 500円/回 ※当日持参してください。

申込方法 電話、またはFAXでお申し込みください。当日でも空きがあれば申し込みできます。

持ち物 ヨガマット(バスタオル代用可)、ハンドタオル、飲み物

「犬のフン」は飼い主が持ち帰りましょう。