

⑱ デマンドタクシーかさまの運行についてのお知らせ

問 笠間市商工会 友部事務所 TEL 0296-77-0532
市役所 企画政策課(内線 555)

デマンドタクシーかさまの大型連休期間中の運行についてお知らせします。予約センターもあわせて休みとなりますのでご注意ください。

4月29日(金・祝)	4月30日(土)	5月1日(日)	5月2日(月)	5月3日(火・祝)～5日(木・祝)
休み	運行	休み	運行	休み

※5月6日(金)から通常どおり運行します。

デマンドタクシーかさま予約センター TEL 0296-70-9000 ※かけ間違いがないようご注意ください。

⑲ 配送ボランティアに参加しませんか

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

市内に住むひとり暮らしの75歳以上の方を対象に、食事の提供だけではなく、心のふれあいや見守りなどを含めて手づくり弁当を届ける活動です。

配達日 友部地区：毎週火曜日 笠間地区：毎週金曜日 岩間地区：毎週月曜日

※1～2時間程度で活動は月1回からでも可能です。

申込方法 窓口で直接、または電話でお問い合わせください。

⑳ 地域包括支援センターからのお知らせ

申・問 地域包括支援センター(笠間市南友部 1966-1) TEL 0296-78-5871

○スクエアステップ体験教室参加者募集

高齢者の転倒・介護予防、認知機能の向上、体力づくりをはじめとしたエクササイズです。これからの健康づくりのためにぜひご参加ください。

日時	5月11日・18日・25日、6月1日の水曜日(全4回) 午前10時～正午 受付：午前9時45分～
場所	総合公園 管理棟(笠間市箱田 867-1)
講師	筑波大学 大蔵研究室
対象	市内在住の65歳以上で医師から運動を許可されている方
定員	20名(最小開催人数10名)

○第1回 男性のための健康体操教室

ストレッチや筋力トレーニングなど、楽しみながら、筋力アップと動きやすい体づくりを目的とした教室です。

日時	5月11日～7月20日の毎週水曜日(全11回) 午前10時15分～11時45分
場所	ゆかいふれあいセンター(笠間市長兎路仁古田入会地 1-171)
対象	65歳以上の男性で運動制限のない方(事業対象者、要介護認定者を除く)
定員	15名(応募者多数の場合は抽選)

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。

申込期限 4月27日(水)

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。)