

## ⑳ ママ・リフレッシュ

問・申 笠間市児童館(笠間市南友部 1966-140) Tel 0296-77-8340

子育てを頑張っている皆さん、リフレッシュしませんか。託児付きですので、安心してご参加ください。

## ○風水カラーサンド

日時		場所
9月19日(木)	午前10時～11時	笠間市児童館
9月26日(木)		笠間公民館(笠間市石井 2068-1)

講師 小沼 典子おぬま のりこさん

参加費 500円 ※申し込み時にご持参ください。

## ○タイ式マッサージ

日時		場所
9月17日(火)	午前10時～11時	岩間公民館(市民センターいわま 3階:笠間市下郷 5140)
9月20日(金)		笠間市児童館

講師 常世田 麻衣とよよだ まいさん

参加費 無料 ※妊婦の方は参加できません。

## ○シェイプアップヨガ

日時		場所
9月27日(金)	午前10時～11時	岩間公民館

講師 子安 美穂こやす みほさん

参加費 無料 ※妊婦の方は参加できません。

対象 市内在住の生後6か月から未就園児とその母親

定員 各回10名(先着順)

申込方法 窓口で直接お申し込みください。電話での受け付けは行いません。

申込期間 9月1日(日)～10日(火)

## ㉑ いばらき就職・転職フェア

問 NPO 法人雇用人材協会 Tel 029-300-1738

県央地域の16社の企業が参加予定の、対面で実施する説明会です。企業の情報を集める機会としてぜひご活用ください。

事前の申し込みは不要ですので、直接お越しください。

日時 10月5日(土)、11月17日(日)、12月7日(土)

各日午後1時30分～4時

場所 イオンモール水戸内原 2階 イオンホール(水戸市内原 2-1)

対象 15歳～おおむね40代前半の求職者、令和7年3月卒業予定の学生

参加費 無料

※オンデマンド会場(要申込)もありますので詳細は右上の二次元コードからご確認ください。



詳しくはこちら