

⑱ 「ごみを考える会」視察研修

問・申 資源循環課(内線 129)

カルビーの「かっぱえびせん」の原料のジャガイモの固形残渣^{ごんさ}が、どのように生まれ変わっているのか調べてみませんか。また、75 年ぶりの路面電車路線の新規開業となった、宇都宮芳賀ライトレール線の乗車も体験できます。

日時 11 月 21 日(木) 集合出発：午前 8 時 帰着予定：午後 5 時 30 分

集合場所 市役所本所 第一駐車場(友部公民館裏側)

研修先 カルビー清原工場、宇都宮ライトレール、大谷資料館

定員 20 名(応募者多数の場合は抽選)

参加費 2,000 円(昼食代別、見学料など)

申込方法 いばらき電子申請・届出サービス(右上の二次元コード)または電話でお申し込みください。詳細は、申し込み後に通知します。

申込期限 10 月 31 日(木)



申し込みはこちら

⑲ いこいの家はなさか「60 歳から始める健康づくり教室」

問 笠間市いこいの家はなさか(笠間市橋爪 586-4) Tel 0296-77-5110

ピラティス・自重トレーニングなどを取り入れた楽しい運動です。

日時 10 月 27 日～12 月 15 日の日曜日(全 8 回)

第 1 部：午前 10 時 30 分～11 時 30 分 第 2 部：午前 11 時 45 分～午後 0 時 45 分

場所 笠間市いこいの家はなさか

講師 健康運動指導士^{けんこう} NON インストラクター

定員 各回 20 名

参加費 4,000 円/8 回分 ※返金はできません

持ち物 運動できる服装、タオル、飲み物 ※上靴は不要

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 10 月 22 日(火) 午前 10 時～定員になりしだい締め切り



詳しくはこちら

⑳ ママとこどものための音楽講座

問・申 地域交流センターともべ「トモア」(笠間市友部駅前 1-10) Tel 0296-71-6637

リトミックとコーチングを使ったリズム遊びと言葉かけ、子どもの歌の選び方と家庭教育、リズムベビーマッサージと親子の触れ合いなどを行います。

日時 10 月 25 日(金) 午前 10 時 30 分～11 時 45 分

場所 地域交流センターともべ「トモア」

講師 丹家^{たんげ} 倫子^{りんこ}さん

対象 0 歳～未就学児のお子さんと母親

定員 10 組(先着順)

参加費 500 円

申込方法 窓口で直接または電話でお申し込みください。定員になりしだい募集を締め切ります。

