

⑪ 第1回 男性のための転ばん体操(介護予防)教室

問・申 地域包括支援センター(笠間市中央3-2-1) Tel 0296-78-5871

ストレッチや筋力トレーニングなど、動きやすい体づくりを目的とした教室です。気軽にご参加ください。

日時 4月30日～7月9日の毎週水曜日(全11回) 午前10時15分～11時15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 いばらき電子申請・届出サービス(右上の二次元コード)からまたは窓口で直接、電話でお申し込みください。

申込期限 4月18日(金)



申し込みはこちら

⑫ 茨城ロボッツ「笠間市 PR デー」

問 生涯学習課(内線 393)

申 茨城ロボッツ チケット事務局 ticket@ibarakirobots.com

市がフレンドリータウンとして応援している、「茨城ロボッツ」では以下のBリーグ公式「笠間市 PR デー」と題し、市民の方を無料で招待します。皆さんの声援が選手の力になりますので、ぜひご来場ください。

日時 4月19日(土) 試合開始: 午後3時5分

場所 アダストリアみとアリーナ(水戸市緑町2-3-10)

対戦相手 群馬クレインサンダーズ

対象 市内在住の方

定員 100組200名(応募多数の場合は抽選)

申込方法 右の二次元コードからお申し込みください。

申込期間 4月5日(土)

※抽選結果は4月11日(金)までに当選者にのみメールで連絡します。



申し込みはこちら

⑬ 読み語りの会

問 プラスワン^{こばやし} 小林 Tel 080-1207-2954

読み語りの会プラスワンが朗読会を開催します。事前申し込みは不要ですので、気軽にお越しください。

日時 4月15日(火) 午後1時30分～

場所 地域交流センターともべ「トモア」(笠間市友部駅前1-10)

内容 ざしき童子のはなし、去年の雪、パネルシアター「はるくん」ほか

マイナンバーカード【更新】お忘れずに！

有効期限を過ぎると利用できなくなります！ご注意ください！



6ページ

2025-0319