

⑩ シニアゴルフボランティア体験会

問・申 NPO 法人 幸齢社会づくり協会 Tel 03-6869-5695

健康長寿を目的にゴルフ場での環境整備を中心とした「シニアボランティア活動」に取り組んでいます。初心者の方もお気軽にご参加ください。軽装で運動靴、帽子をお持ちください。

日時 4月21日(月) 説明会:午後1時～1時30分 体験活動:午後1時30分～3時30分(雨天中止)

場所 笠間カントリークラブ(笠間市日沢15)

対象 60歳以上の方

申込方法 電話でお申し込みください。

⑪ 笠間市立つつじ公園・笠間城跡を巡るウォーキング会

問・申 ひたちなか健歩の会 事務局 菅原 ^{すがわら} Tel・FAX 029-274-7016

笠間市立つつじ公園を鑑賞しながら、笠間城跡と森林浴の道を巡ってウォーキングを楽しみましょう。

日時 4月26日(土) 午前9時20～午後1時40分(予定) ※雨天決行、荒天中止

場所 集合・解散: JR 水戸線笠間駅前

健脚コース(約11km): 笠間駅前⇒笠間市立つつじ公園⇒笠間城跡⇒^{じしょうろう}時鐘楼⇒
笠間工芸の丘(昼食)⇒笠間稲荷神社⇒笠間駅前

一般コース(約9km): 笠間駅前⇒笠間市立つつじ公園⇒時鐘楼⇒笠間工芸の丘(昼食)
⇒笠間駅前

参加費 300円(保険料含む)

持ち物 飲み物・健康保険証など。歩きやすい服装でお越しください。

申込方法 電話またはFAXでお申し込みください。当日でも参加できます。

⑫ 三の丸カレッジ講座

問 県水戸生涯学習センター Tel 029-228-1313

○三の丸カレッジ講座(前期:全6講座)

(1)実践的で役立つ!生涯自分らしく生き、働くためのセカンドキャリア講座

(2)^{キャンバ}Canvaで広がるセカンドキャリア!デザインが好きになる初心者 Canva 講座

(3)楽しく学べて視点がひろがる世界遺産の魅力

(4)茨城のものづくりと産業の発展ーこれからの産業発展のためにー

(5)五感の健康革命ー軽視されがちな器官の総合ケアに向けてー

(6)スマホで気になるあれこれチャレンジ!知って楽しむシニアライフ(^{アンドロイド}Android編)

会場 県水戸生涯学習センター(県三の丸庁舎:水戸市三の丸1-5-38)

定員 来所:(1)(2)30名、(3)～(5)40名、(6)20名 オンライン:(3)のみ90名

受講料 2,000～3,000円

申込方法 ウェブまたは、はがきでお申し込みください。詳しくは右上の二次元コードからご確認ください。

申込期間 3月25日(火)～5月9日(金)



詳しくはこちら