

③① あたまとからだのパワーアップ教室

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

認知機能の向上につながる頭の体操や運動などを行う教室です。ぜひご参加ください。

日時 11月27日～令和8年2月12日の木曜日(全11回、令和8年1月7日と2月4日は水曜日)

午前10時～正午 受付：午前9時45分～(初回と最終回は午前9時30分開始)

場所 市民体育館(笠間市石井2068-1)

内容 有酸素運動、二重課題トレーニング、簡単な認知機能検査など

講師 筑波大学 大蔵研究室

対象 市内在住の65歳以上で、医師から運動を制限されていない方(介護保険認定者を除く)

定員 30名(応募者多数の場合は抽選)

※最低開催人数：10名

参加費 無料

申込方法 右の二次元コードから、または電話か窓口で直接お申し込みください。

申込期限 11月7日(金)



申し込みはこちら

③② シルバー人材センター 入会説明会

問・申 (公社)笠間市シルバー人材センター TEL 0296-73-0373

公共施設の清掃などの女性向けの仕事の説明会です。

日時 11月20日(木) 午後2時～

場所 笠間市シルバー人材センター 会議室(笠間市石井717)

対象 市内在住で健康な60歳以上の女性の方

申込方法 電話でお申し込みください。

申込期限 11月10日(月)

③③ 地域介護ヘルパー養成研修

問・申 (一社)茨城県福祉サービス振興会(セキショウ・ウェルビーイング福祉会館5階：
〒310-0851 水戸市千波町1918) TEL 029-241-6939 FAX 029-241-6799
メール iba-kaigo@bh.wakwak.com

地域ボランティア養成と家族介護の質の向上を目的に開催します。

詳しくは、お問い合わせください。

日時 12月3日(水)・4日(木)・9日(火)・11日(木)・12日(金)

場所 セキショウ・ウェルビーイング福祉会館5階(茨城県総合福祉会館)

定員 20名

対象 県内在住または在勤、在学の方

参加費 無料

申込方法 FAX、郵送、メール、または右上の二次元コードからお申し込みください。

申込期限 11月21日(金)



申し込みはこちら

農地の貸し借りには、農地中間管理機構をご活用ください。
市農業公社 TEL 0296-73-6439