

### ①⑨ ママ・リフレッシュ 制作編「パステルアート」

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方のために開催します。託児付きですので、安心してご参加ください。

日時 令和8年1月14日(水) 午前10時～11時

場所 笠間市児童館

講師 パステル<sup>なごみ</sup>とアートインストラクター<sup>おおしま まちこ</sup> 大嶋 真智子さん

参加費 500円

対象 市内在住の生後6か月から未就学児を在宅で子育てしている母親(未就園児限定)

※妊婦の方も参加できます。

定員 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 令和8年1月5日(月)～10日(土)

### ②⑩ 食事づくりボランティア講座

問・申 笠間市社会福祉協議会ボランティアセンター TEL 0296-78-2626

季節の食材を使った料理を中心に、味付けの工夫やアレンジなどを学びます。託児付きですの  
で子育て世代の方も気軽に参加ください。

日時 令和8年1月21日・28日の水曜日 午前9時30分～午後1時

場所 地域福祉センターともべ 調理室(笠間市美原 3-2-11)

講師 笠間市ヘルスリーダーの会

対象 市内在住の方

定員 16名(先着順)

参加費 1,000円(材料代2回分)

申込方法 電話または右の二次元コードからお申し込みください。

申込期限 令和8年1月13日(火)



申し込みはこちら

### ②⑪ ダイバーシティ&インクルージョン推進講演会

吉田 恵里香トークショー

問・申 茨城県ダイバーシティ推進センター「ぼらりす」 TEL 029-233-3982

日時 令和8年1月31日(土) 午後1時30分～3時15分

場所 那珂市総合センターらぼーる 多目的ホール(那珂市古徳 371)

内容 物語に込めた思い 今を生きる女性たちへ  
～「ガラスの天井」の向こう側～

講師：脚本家・小説家 吉田 恵里香さん

インタビュアー：元NHKアナウンサー<sup>たけうち とうこ</sup> 武内 陶子さん

参加費 無料

申込方法 右の二次元コードからお申し込みください。

申込期限 令和8年1月14日(水)



申し込みはこちら