

○激辛ヒ〜ハ〜祭り in トモア

辛ウマメニューがギュッと集合して、辛いものの好きの人々を待ち受けます。飲食代はチケット制で、会場で販売します。

日時	令和 8 年 1 月 22 日 (木)・23 日 (金) 午後 5 時～8 時 30 分
	令和 8 年 1 月 24 日 (土) 正午～午後 8 時 30 分

○さまざまな場面に活かせるコーチング体験セミナー

仕事もプライベートもうまくいく人の「考え方 & 伝え方」

日時	令和 8 年 1 月 18 日 (日) 午後 1 時 30 分～3 時
講師	HRP 習慣化コーチ ^{やまぐち まさひこ} 認定 山口 昌彦さん
対象	ビジネス経営者、子育て中の保護者、教育にたずさわる方
定員	10 名(先着順)
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。
問・申	コーチングラボ茨城



申し込みはこちら

場所 地域交流センターともべ「トモア」

②⑥ ブレイキンクラス体験会

問・申 地域交流センターいわま「あたご」TEL 0299-57-3357

初心者用レッスンですので、どなたでも安心してご参加ください。

日時 令和 8 年 1 月 17 日 (土) 午前 10 時～11 時 30 分

場所 地域交流センターいわま「あたご」健康ふれあいルーム(笠間市下郷 4438-7)

講師 インストラクター ^{シゲル}SHIGERUさん

定員 15 名(先着順)

対象 小学生以上の初心者の方

受講料 無料

申込方法 窓口で直接または電話でお申し込みください。

持ち物 動きやすい服装(長ズボン)、飲み物、上履き、ニット帽かヘアバンドなど

デジタル支所のオンライン申請をお使いください

デジタル支所では、行政サービスの申請・子育て/福祉に関する相談予約やスポーツ施設の予約などの手続きをパソコンやスマートフォンから申請することができます。オンライン申請なら 24 時間いつでもどこでも申請が可能です。

市役所に行くために仕事を休む必要はありません。

市役所に足を運ぶ前に、デジタル支所にアクセスしてみてください。

この窓口は並びません。

URL <https://www.city.kasama.lg.jp/page/dir013268.html> またはデジタル支所で検索

問 デジタル戦略課(内線 217)



詳しくはこちら