

『市民ステージ』参加団体募集

- ◆日時 7月19日(日)午前10時～正午
- ◆場所 砂沼サンビーチイベントステージ
- ◆内容 市内で活動する団体に発表の場を提供します。詳細は募集要項をご確認ください。
※個人・市外の団体は参加不可
- ◆募集要項 下記問合せ窓口、市ホームページで入手してください。
- ◆募集期間 6月10日(水)～19日(金)
- ◆参加申込 募集要項の参加申込書により申し込み(持参・FAX・郵送・メール可)
※持参・FAXでの申込は平日



問 申 市都市整備課 ☎43-8356

『ボランティア監視員』募集

ボランティア監視員は、地域でパトロールを実施し、不法投棄等の現場を目撃した時や、不法投棄された廃棄物を発見した時には、市や警察へ連絡することで、不法投棄等の早期発見を図ります。
詳細は、市役所生活環境課までご連絡ください。

問 申 市生活環境課 ☎43-8289

6月23日～29日男女共同参画週間 案内

- ～主婦と主夫 家事分担で 思いやり～
(H26年度川柳・標語入賞作品)
- 1.男女が互いの人権を尊重しよう
- 2.男女があらゆる分野に参画できる体制をつくろう
- 3.男女の多様なライフスタイルを可能にする環境をつくろう
- 4.誰もが健やかに安心して暮らせる健康づくりと福祉の充実を図ろう



問 市民協働課 ☎43-2114

砂沼サンビーチ 『地元産品』販売者募集

募集

- ◆出店期間 7月18日(土)～8月31日(月)
- ◆出店場所 入口前広場
- ◆対象者 市に關係する公共的・公益的団体および市内事業所(農家などを含む)
- ◆出店料等 占用利用料(1日あたり) 平日 1㎡あたり100円
土・日曜日、祝日、お盆期間：1㎡あたり200円
- ※売上額に応じ出店料がかかります。その他、出店条件などあります。
- ※出店場所には限りがありますので、出店数、店舗面積を制限する場合があります。なお、応募多数の時は抽選になる場合もあります。
- ◆申込受付期間 6月17日(水)～19日(金) 午後3時まで

問 砂沼広域公園管理事務所 ☎43-6661

男女共同参画・保健センター食育共同事業 『おじいちゃん・おばあちゃんと一緒に作ろう～元気モリモリかんたんごはん～』参加者募集

一緒に作って、一緒に食べて、夏休みの思い出を作りましょう。

- ◆日時 7月31日(金)午前10時～午後1時30分(受付 午前9時30分～)
- ◆場所 千代川公民館 調理実習室およびレストハウス
- ◆対象 市内在住の小学生とその祖父母 10組
※父母との参加も可能です。申し込み多数の場合は抽選
- ◆参加費 1組600円
※参加者3人目は+100円
- ◆メニュー 暑さふっとぶ元気丼、夏野菜サラダ、ひんやりデザート
- ◆申込期間 6月10日(水)～7月10日(金)

問 申 市民協働課 ☎43-2114

市民税・県民税納税通知書を6月15日(月)に発送します

平成26年中(1月～12月)の所得に基づいて計算した平成27年度市民税・県民税の納税通知書を6月15日(月)に発送します。

納期限は、第1期6月30日(火)、第2期8月31日(月)、第3期11月2日(月)、第4期平成28年2月1日(月)です。

なお、給与所得に係る市民税・県民税については、納税者間の公平性、納税者の利便性などの確保を図るため、平成27年度から、本市を含む県内全市町村に対して、原則特別徴収(給与差引)により納めていただきますので、ご理解ご協力をお願いします。

問 市税務課 ☎43-8192

はかりの定期検査を実施します

取引または証明に使用するはかりは、2年に1回定期検査を受けなければなりません。

下記日程により定期検査を実施しますので、最寄りの会場で必ず受検してください。

※なお、開店等により新規での検査が必要となった場合、または閉店等で検査が不要となった場合は、必ず産業振興課までご連絡ください。

- ◆日にち・場所
11月16日(月)～18日(水)
【市役所 下妻庁舎 東側倉庫】
11月19日(木)
【市役所 千代川庁舎 北側車庫】
※どちらの会場でも受検可能

問 茨城県指定定期検査機関(社)茨城県計量協会
☎029-225-7973
市産業振興課 ☎45-8993

『社会人基礎力養成講座』開催

ジョブカフェいばらきでは、「脱フリーター・脱無職」をめざす15歳～40代前半の方を対象とした就職支援セミナー「社会人基礎力養成講座」を開催します。

- ◆日時 6月22日(月)～23日(火) 午前9時30分～午後4時30分
- ◆場所 いばらき就職・生活総合支援センター [水戸市三の丸1-7-41]
- ◆対象者 15歳～40代前半の求職者で全日程参加可能な方 先着20人

問 申 特定非営利活動法人 雇用人材協会
☎029-300-1738

住宅リフォーム資金補助事業申請 案内 受け付け終了

本年度の住宅リフォーム資金補助事業の申請受付は、予算額に達したため終了しました。

問 市産業振興課 ☎45-8993

住民基本台帳ネットワーク業務一時休止

住基ネット更新作業のため、市民課およびくらしの窓口課で行っている、住基ネット業務(住民票の写しの広域交付、住基カードの発行および住基カードを使用した転入・転出の特例など)を一時休止します。ご理解ご協力をお願いします。

◆業務休止日 6月22日(月)

問 市民課 ☎43-8196

有害鳥獣捕獲にご協力をお願いします



収穫前の果実(スイカ・メロン)や野菜(かぼちゃ・トウモロコシ)をカラス・ドバトの食害から守るため、銃器による捕獲を茨城県猟友会鬼怒支部千代川分会の協力により実施します。

- ◆日時 ～6月27日(土)まで
※日の出～日の入りまで実施
- ◆対象地区 千代川地区全域
〈重点地区〉別府、皆葉、五箇、村岡

問 市農政課 ☎44-0729

学生の皆さんへ 企業面接会を開催

大学院・大学・短大・専修学校など(高校は除く)の平成28年3月卒業予定者および既卒未就職者を対象に「大好きいばらき企業面接会」を開催します。県内企業約100社の企業説明を受けることができますので、ふるってご参加ください。企業説明会の回り方を指導するプレセミナーにも、ぜひご参加ください。

- ◆開催日時・場所
【水戸会場】6月16日(火) ホテルレイクビュー水戸
【土浦会場】6月25日(木) ホテルマロウド筑波

- ◇プレセミナー 午前11時～11時50分
- ◇面接会 午後1時～4時
※事前申込不要、参加費無料

問 県労働政策課 ☎029-301-3645
<http://www.pref.ibaraki.jp/shokorodo/rosei/rodo/h27daisuki/index.html>

茨城県自閉症協会

Part.1 障害をもつ人のきょうだいのホンネ ～きょうだいの存在に目を～

平成26年度に開催した同じテーマの続編(第2回)として、きょうだいの結婚から高齢期、そして親亡きあとをテーマに開催します。

今年も昨年度と同じであり、知的障がいや自閉症スペクトラムなどの障害をもつ人の兄弟姉妹の全国組織である「全国障害者とともに歩む兄弟姉妹の会」にも参加している前嶋元さんを迎え、障がいをもつ人のきょうだいのホンネについて語っていただきます。講演会の後は、参加者と講師とのディスカッションを行うほか、講演会開催後、常日頃からの悩みを解消すべく個人相談も予定しています。

同じような悩みをもっている方や隣の方をお誘いの上、お気軽にご参加ください。

◆日時 7月12日(日)午前10時～正午

◆場所 しもだて地域交流センター
アルテリオ 2階 研修室(託児はありません)

◆資料代 会員無料、会員外500円
(当日、会員登録した方は無料)

◆講師 前嶋元氏

Part.2 第1回療育相談会

相談

平成27年度、最初の療育相談会です。お子さんの障害の悩みやもうすぐ始まる夏休みをどうすれば有意義に過ごせるか情報交換を行います。お茶やお菓子をいただきながら楽しくおしゃべりしましょう。

◆日時 7月3日(金)午前10時～正午

◆場所 結城市民情報センター 2階 スペースC

◆資料代 無料

◆申込期限 7月1日(水)まで 先着10人

問 申 茨城県自閉症協会 県西地区役員
☎080-6559-1594(大島)

「福祉の店ナイスハートバザール」開催

県内の障害者施設や福祉センターなどで制作している、心のこもった手作り製品を販売します。

◆日時 6月19日(金)～22日(月)

午前10時～午後7時

(最終日は午後4時30分まで)

◆場所 イオン下妻店 1階 セントラルコート

問 一般社団法人 茨城県心身障害者福祉協会
☎029-244-7461

茨城県立下妻特別支援学校

Part.1「学校公開」開催

地域の特別支援教育におけるセンター的役割の一端として、学校公開を開催しますので、ぜひご参加ください。

◆日時 7月1日(水)

午前9時30分～午後2時30分

◆場所 茨城県立下妻特別支援学校

◆対象 地域の方々、教育・関係機関担当者など

◆内容 小・中学部、高等部の授業公開

※詳細は、ホームページ参照

<http://www.shimotsuma-sh.ed.jp/>

◆申込方法 6月22日(月)までに電話またはFAX
で申し込み

Part.2「ふれあい教室」開催

◆日時 7月22日(水)午前10時～正午

◆場所 茨城県立下妻特別支援学校

◆対象 運動機能に障害のあるお子さんと保護者、療育関係者など

◆内容 遊び体験・学校紹介・情報交換など

◆申込方法 7月15日(水)までに電話またはFAX
で申し込み

Part.3「摂食育コミュニケーション」 講演会開催

ハンディの有無に関わりなく、食べることの大切さや喜び、食べ方の乱れの影響など、障害児の食事指導の経験を活かして、さまざまな食べる行為の実践をお伝えします。

◆日時 7月30日(木)午後1時30分～3時30分

◆会場 県西生涯学習センター

◆講師 中島 知夏子 先生(摂食コミュニケーション
ネットワーク 理事長)

◆対象 地域の小中学校や保育園などの職員や療育関係者、食事指導に関心のある方

問 申 茨城県立下妻特別支援学校
☎44-1800 Fax43-9174

「刃物研ぎボランティア」開催

家庭でお使いの包丁は切れますか。切れる包丁で楽しい料理をしましょう。

◆日時 6月26日(金)午後1時～3時

◆場所 JA常総ひかり騰波ノ江支店

問 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

案内



看護職の資格

もう一度生かしてみませんか

再就業研修により復職への不安解消と職場復帰を応援します。

◆内容

◇講義研修

茨城県結城看護専門学校、きぬ看護専門学校の2か所で7～8月に5日間実施

◇実務研修

希望の医療機関において、再就業に必要な技術研修を実施(5～10日間)

◇雇用一体型施用研修

希望の医療機関で働きながら研修可能。給料支給、勤務条件はコーディネーターが相談のもと対応。

研修期間は最長3か月

※研修の組み合わせ自由、受講料無料

◆対象者

◇県西地域の医療機関等に再就業を希望する未就業看護職員

(講義研修は再就業後1年以内対象)

◇研修後も引き続き勤務(パート可)できる方

※申込書は下妻市保健センター、ハローワークにあります。

問 茨城県看護教育財団(結城看護専門学校内)
☎33-1922(再就業支援担当)

募集

『機械図面の読み方・描き方受講生』 募集

機械図面の基本的な知識と製図関係規格について受講生を募集します。

◆日時 8月20日(木)～21日(金)

午前9時～午後4時(2日間 計12時間)

◆申込方法 インターネットで筑西産業技術専門学院のホームページかまたは往復はがきに①講座名②氏名④年齢⑤住所⑥電話番号⑦職業を記入し郵送

◆定員 10人(申込者が定員以上の際は抽選)

◆申込期限 7月22日(水)必着

◆受講料 2,980円

◆その他 受講決定者は決定通知に記載する指定日に来院し、受講手続きが必要です。

問 申 筑西産業技術専門学院
在職者訓練担当 ☎24-1714

「農業機械研修」について

案内

トラクターの基本操作と安全運転技術の習得、大型特殊免許(農耕用)、または、けん引免許(農耕用)の取得を目指します。

◆日にち

	受付期間	研修期間【4日間】
第4回	6月15日(月)～26日(金)	8月3日(月)～6日(木)
第5回		9月28日(月)～10月1日(木)
第6回		11月16日(月)～19日(木)
第7回	11月2日(月)～13日(金)	1月18日(月)～21日(木)
第8回		2月2日(火)～5日(金)
第9回		2月15日(月)～18日(木)

◆受験資格

(1)茨城県に住所がある農業者など

(2)大型特殊免許(農耕用)取得研修の場合、普通自動車免許(AT限定免許も可)の取得者であること

(3)けん引免許(農耕用)取得研修の場合、大型特殊免許(農耕用限定免許も可)の取得者であること

◆定員

定員	内訳
各回 25人	・大型特殊免許(農耕用)取得研修は15人程度 ・けん引免許(農耕用)取得研修は10人程度

◆場所

茨城県立農業大学校

◆内容

トラクターの点検整備および安全利用研修とけん引免許取得のための運転コース走行

1日目	2・3日目	4日目
〈講義〉 ・トラクターの構造と特徴 ・農作業事故の発生防止 ・トラクターの保守点検 など	〈実技研修〉 ・トラクターの基本操作 ・トラクターの道路走行	〈終日免許試験〉 茨城県警察運転免許センター運転免許課による出張試験

◆受講経費 8,958円

(受講料、テキスト代、傷害保険料、免許試験手数料、免許証交付手数料)

※交付手数料(2,050円)は合格者のみ徴収

問 申 茨城県立農業大学校 ☎029-292-0419

農業用機械の盗難に注意

「トラクター」を中心に農業用機械の盗難が多発しており、最近では「ホイールローダー」が盗難されるケースも増えています。農地に放置されたままの機械だけでなく、施錠を忘れた自宅敷地内の倉庫から盗難されるケースも増えています。

〈大切な農機具の盗難を防止するため〉

①野外放置はやめる

②倉庫にも鍵をかけて保管

③エンジンキーは別の場所に保管

問 市農政課 ☎44-0729

「予防がカギ、糖尿病にならない方法」講座開講

案内

下妻市民対象の糖尿病の徹底対策講座です。3回シリーズで開講です。

◆日時・内容・場所

期日	7月15日(水)	7月29日(水)	8月10日(月)
時間	午後2時～2時30分	午後2時～2時30分	午前10時30分～正午
受付時間	午後1時30分～	午後1時30分～	午前10時～
内容	「糖尿病を知る」 糖尿病になるとどうなるの？ 〈講師〉 ごとクリニック院長 後藤千秋 先生 「尿糖(+)とは？」「血糖値が高いとどうなる？」など糖尿病の基礎～合併症、治療の最新情報まで、盛りだくさん。	「歯周病と生活習慣病について」 〈講師〉 池島歯科クリニック院長 池島省二 先生 歯周病は糖尿病の合併症とも言われており、互いを悪化させます。予防対策やお口の健康についてお話しします。	「血糖値が改善する食事のコツ」 〈講師〉 保健センター 管理栄養士 食事のポイントをわかりやすくお話しします。
場所	下妻市役所 第2庁舎 大会議室	下妻市保健センター	

◆参加費 無料

◆申込期限 7月10日(金)までに保健センターへ申し込み。定員(50人)になり次第締め切り。
※3回の連続講座ですが、1回のみ参加可能

問 申 市保健センター ☎43-1990

献血にご協力をお願いします

献血は最も身近なボランティア。あなたのわずかな時間で救える命があります。

◆日時・場所 6月18日(木)午前10時～正午
【市役所 千代川庁舎】
7月1日(水)午前10時～午後4時
【市役所 本庁舎】

※多くの患者さんが400mL献血を必要としているため、原則400mL献血のみとします。
◎献血カード(または手帳)のある方は持参

問 市保健センター ☎43-1990



妊娠での解雇、育休取得者はとりあえず降格は違法です

妊娠・出産・産休・育休などを理由とする、解雇・雇止め・降格などの不利益な取扱い(いわゆる「マタニティハラスメント」、「マタハラ」)は、男女雇用機会均等法および育児・介護休業法で禁止されています。

問 茨城労働局 雇用均等室 ☎029-224-6288

「ひきこもり家族教室」開催

同じ悩みを持つ家族が集まって、本人への対応を共に考えたり、互いの体験を話したりして、少しでも良い回復が育めるよう、開催している教室です。

◆開催日時・会場

実施日	実施内容	実施場所
7月2日(木)	開催時間	茨城県 常総保健所 2階 大会議室
8月6日(木)	午後1時30分～3時30分	
9月10日(木)	スケジュール	
10月1日(木)	◇ミニ学習	
11月12日(木)	午後1時30分～1時45分	
12月3日(木)	◇ミーティング	
1月14日(木)	午後1時45分～3時15分	
2月4日(木)		
3月10日(木)		

◆参加費 無料

問 茨城県 常総保健所 健康指導課
☎0297-22-1351

『夏休み親子生活教室』募集

募集

◆日時・内容

日時	対象	内容	定員	場所
〈午前の部〉 7月30日(木) 午前10時～正午	小学生 (中～高学年向き)	「LEDでオリジナルランプをつくろう」 照明の電球について、種類と仕組みを学び、LED電球を使った工作を行う。	(各回) 10組 20名	県消費生活センター 6階 入札室
〈午後の部〉 7月30日(木) 午後1時～3時				
7月31日(金) 午前10時～正午	小学生 (低学年)	「スナック菓子について調べてみよう」 ゲームをしながら身近なおやつの原材料について考える。	15組 30名	県消費生活センター 2階 研修室

◆受講料 無料

◆持ち物 筆記用具、水筒

◆申込方法 ①名前②年齢③住所④電話番号⑤同伴者名(参加者との関係)、年齢⑥参加希望日時を電話にてお伝えください

◆申込期間 6月29日(月)～7月3日(金)午前8時30分～午後5時15分
※定員になり次第締め切り(先着順)



問 申 県消費生活センター 相談試験課 ☎029-224-4722

新しい出会いを探してみませんか

案内

〈下妻会場〉

◇日時 7月12日(日)
午後1時30分～4時30分
(受付午後1時～)
◇場所 ビアスパークしもつま
◇対象 独身男女30代、40代の方
◇人数 各20人程度
◇参加費 男性4,000円 女性2,000円



〈つくば会場〉※平日夜開催

◇日時 7月16日(木)
午後7時～9時
(受付午後6時30分～)
◇場所 つくば山水亭
◇対象 独身男女20代、30代の方
◇人数 各15人程度
◇参加費 男性4,000円 女性2,000円

〈牛久会場〉※20代女性参加歓迎

◇日時 7月25日(土)
午後1時30分～4時30分
(受付午後1時～)
◇場所 牛久市中央生涯学習センター
◇対象 独身男女30代・40代の方
◇人数 各20人程度
◇参加費 男性4,000円 女性2,000円

◆参加費 各日とも当日徴収
◎随時申し込み受付

問 申 NPO法人ベル・サポート(月曜休み)
☎0280-87-7085

「子どもの人権110番」強化週間

相談

法務省と全国人権擁護委員連合会は、「いじめ」や児童虐待など子どもをめぐるさまざまな人権問題に積極的に取り組むことを目的として、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を実施し、悩みを持ったお子さんや保護者の方からの相談に応じます。秘密は守られますので、安心してご相談ください。

◆日時 6月22日(月)～28日(日)
午前8時30分～午後7時まで
※土曜日・日曜日は午前10時～午後5時
◆相談員 法務局職員・人権擁護委員

問 水戸地方法務局・茨城県人権擁護委員連合会
☎0120-007-110(全国共通フリーダイヤル)

こころの健康相談

こころの問題について、本人はもちろん、家族など周囲の人も気軽に相談できる窓口です。皆さんの悩みに専門家が相談に応じます。

『カウンセラーによる、こころの健康相談』
◆日時 毎月水曜日 午後1時～5時(予約制)
(偶数月は1回、奇数月は2回実施)
◆場所 下妻市役所 第二庁舎 3階 小会議室

『精神科医による、こころの健康相談』
◆日時 予約制(予約時に、日程調整します)
◆場所 下妻市役所内会議室など
※匿名での受付可

問 申 市福祉課 ☎43-8352

『消防官』募集

平成28年4月1日採用の消防官を募集します。

◆採用予定数 消防職 25人程度

◆受験資格

職種	年齢	受験資格
消防職	昭和62年4月2日～平成10年4月1日までに生まれた人	学歴不問

※上記の資格に該当する人であっても、次の一つに該当する人は受験できません。

◇成年被後見人、被保佐人

◇禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで、またはその執行を受けることがなくなるまでの人

◇日本国憲法の施行日以後、日本国憲法または、その下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成しまたはこれに加入した人

◇日本国籍を有しない人

◇茨城西南地方広域市町村圏事務組合職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない人

【身体的要件】

◇身長 おおむね160cm以上

◇体重 おおむね50kg以上

◇胸囲 身長のおおむね2分の1以上

◇視力 視力(矯正視力を含む)が両眼0.7以上、かつ一眼でそれぞれ0.3以上であること。赤色、青色および黄色の色彩の識別ができること

◇聴力 左右とも正常であること

◇その他 心身ともに健康で消防官として職務を遂行するために必要な能力と体力があると認められること

◆申込期間 7月6日(月)～31日(金)※消印有効

◆試験日・試験科目・試験会場

第1次試験日	試験科目・会場・持参品
9月19日(土) 〈受付開始〉午前8時～ 〈試験開始〉 午前8時30分 ～正午終了予定	[体力試験] 会場 古河市生涯学習センター 総和(とねミドリ館) 持参品 受験票、運動着、 運動靴、体育館シューズ
9月20日(日)	[教養試験・適性検査] 会場 古河市役所 三和庁舎 3階 多目的室1 持参品 受験票、筆記用具

第2次試験日	会場	方法
10月下旬(予定)	未定	面接

※合格者の発表は、可否に関わらず郵送で個人に通知

◆申込書等の請求

消防本部および古河消防署、総和消防署、下妻消防署、坂東消防署、広域圏内の各消防分署にあります。

問 申 茨城西南地方広域市町村圏事務組合
消防本部総務課 ☎0280-47-0124

『夏休み補助支援員』募集

募集

就労などで家庭に保護者のいない小学生を対象に、遊びを中心とした保育を行っています。

夏休みを迎えるにあたって補助支援員を募集します。

◆募集人員 若干名

◆対象者 65歳までの健康な方。子どもが好き
な方であれば資格不問

◆勤務地 騰波ノ江小学童クラブ
(騰波ノ江小学校敷地内)

◆雇用期間 夏休み期間中
(7月21日～8月31日)の平日

◆勤務時間 開所時間(午前7時30分～午後7時)
のうち6時間程度。交代制で勤務シフトを作成

◆給与 時給800円※交通費別途支給

◆申込方法 履歴書を騰波ノ江小学童クラブに郵
送または持参。後日、保護者会より
面接の日程を連絡します。

◆申込期限 6月26日(金)まで

問 申 騰波ノ江小学童クラブ ☎44-3998

『近隣市町男子・女子ビーチボール バレー大会』参加チーム募集



◆期間 7月12日(日)午前8時30分

◆場所 千代川体育館・大宝公民館体育館

◆種目 ◇一般男子の部
※5チーム以下の場合中止
◇一般女子ヤングの部
◇ミドルの部(40歳以上)
※参加チームが5チーム以下の場合には、部門は一つになります
※年齢は大会当日を基準日とします

◆参加条件 近隣市町在住在勤者およびこれに準
ずるチーム
参加選手全員がスポーツ傷害保険に
加入

◆参加費 1,500円
※締め切り後の返金不可

◆申込方法 申込用紙にメンバーを記入の上、
申し込み

◆申込締切 6月26日(金)午後5時まで

◆申込場所 市役所 生涯学習課(千代川庁舎 2階)
市総合体育館 ※月曜日を除く

◆組合せ抽選会 7月4日(土)午後7時
下妻公民館(チーム代表者出席)

問 下妻市ビーチボールバレー連盟事務局
☎090-4074-6659(山本)

『支援員』募集

募集

就労などで家庭に保護者のいない小学生を対象に、遊びを中心とした保育を行っています。

◆募集人員 若干名

◆対象者 60歳くらいまでの健康な方
※保育士や教員資格等をお持ちの方、パ
ソコン操作のできる方歓迎

◆勤務地 宗道小学校第二児童保育クラブ
(千代川庁舎 敷地内)

◆勤務時間 平日開所時間
(午後3時～6時)の3時間程度
長期休暇開所時間
(午前8時～午後6時)のうち6～7時
間程度※勤務時間については相談可

◆給与 時給850円

◆申込方法 履歴書を宗道小学校第二児童保育ク
ラブに持参。後日保護者会より面接の日
程を連絡します。

◆申込期限 6月30日(火)まで

問 申 宗道小学校 第二児童保育クラブ
☎44-7320

『笑いヨガ教室』受講者募集

笑いヨガは、誰にでもできる体操で、笑いの健康
法です。笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた
ことから笑いヨガと呼ばれています。

酸素がたくさん取り入れられ、健康と活力が実感
できます。



◆日時 全日午前10時30分～11時50分開催

開催日	学習内容
7月12日(日)	開講式、笑いヨガの歴史・基本練習
7月26日(日)	笑いヨガをする際の注意点
8月9日(日)	笑いヨガの4つのステップ
8月23日(日)	ヨガの呼吸法 基本練習・タッピングタッチ
9月13日(日)	笑いヨガの身体と精神への効果 基本練習・指ヨガ
10月11日(日)	笑いヨガ瞑想 基本練習・金子みすずの詩朗読
11月15日(日)	まとめ

◆場所 大宝公民館

◆受講資格 原則として市内在住・在勤の方

◆定員 20人

◆参加費 500円

◆申込期限 6月13日(土)～21日(日)まで
※定員になり次第締切。大宝公民館に直接来
館、または電話申し込み。

問 申 大宝公民館 ☎43-6884

『母親大会』開催

案内

◆日時 6月28日(日)
午前10時～午後4時30分(受付 午前9時～)

◆場所 茨城県立勝田高等学校

◆講演 清川 輝基 氏
「メディア漬けで壊れる子どもたち」
～スマホ社会の落とし穴～

◆参加費(資料代) 一般 1,000円
学生・障害者 800円
※介助者、高校生以下無料

◆その他 当日保育あり、1歳以上のお子さん無料。
お子さんの昼食希望者は200円、おやつは
無料。事前にお問い合わせください。

問 下妻地域母親連絡会 ☎029-824-8949

『ほっとランドきぬSUMMERイベント』開催

いつもと違ったプログラムがたくさんあります。ス
パシカルなレッスンをお楽しみください。

◆日時

プログラム	開催時間	受付開始日
	7月12日(日)	6月27日(土)
ラテンエアロ	午前11時～正午	午前11時～
ZUMBA	午後1時～2時	午後1時～
ペルビック ストレッチ	午後3時～4時	午後3時～
スペシャルエアロ	午後5時～6時	午後5時～
リトモス	午後7時～8時	午後7時～

※プログラムによって受付開始時間が異なります。ご
注意ください。本人の来館以外の受付不可。

◆受付期間 6月27日(土)～7月10日(金)

◆場所 ほっとランド・きぬ
トレーニングジムスタジオ

◆参加料金 無料(入館料のみ必要)
※プール・お風呂の館内施設も利用可、
ジム利用は講習会受講必須

◆対象 高校生以上

◆定員 各25人
※定員越えの場合はキャンセル待ち、キャン
セルが出た時は、申込順に繰り上がり受付

◎原則一人1クラス参加。定員に満たない場合は他ク
ラスに参加できる場合あり。希望者は第3希望まで
記入してください。(受付は、第1希望のプログラムの
受付開始時刻に申し込みください)

◎申し込みが定員以上の際は抽選

問 ほっとランドきぬ ☎30-4126

