

## オレンジカフェ（認知症カフェ）開催

オレンジカフェとは、認知症や介護に関する不安や悩みを、同じ立場の人や専門職に話したり相談したりできる集いの場です。気軽に自由にお過ごしいただけます。

- 場** 下妻市役所 1階 交流スペース
- 対** 認知症の人やそのご家族、もの忘れ等の症状に不安のある人、認知症に関心のある人など
- 内** 参加者同士の交流・情報交換、専門職への相談等
- 日** 毎月第2火曜日（原則）午前10時～11時30分

令和8年	4月14日(火)	※第1(火)
	5月12日(火)	
	6月9日(火)	
	7月14日(火)	
	8月4日(火)	
	9月8日(火)	
	10月13日(火)	
令和9年	11月10日(火)	
	12月8日(火)	
	1月12日(火)	
令和9年	2月9日(火)	
	3月9日(火)	

※開催日程が変更となる可能性もありますので、初めて参加される場合は下記までご連絡ください。

**問** 下妻市地域包括支援センター（市役所長寿支援課内）  
☎43-8264

## 花と一万人の会推進委員を募集します

花と一万人の会では随時会員を募集しています。当会は「花万」の愛称で親しまれ、会員は「花万推進委員」として、鬼怒川の環境美化・保全を軸にボランティア活動をしています。

主な活動は鬼怒フラワーライン内の花畑や周辺の整備、河川敷の除草、「花とふれあいまつり」をはじめとした年4回のイベントです。

私たちと一緒に花万の「ちょっと素敵なまちづくり」に参加してみませんか。

**問** 花と一万人の会事務局（市都市整備課内）  
☎43-8356



## 「硬式テニス教室」受講生募集！

- 日** 毎週日曜日（令和8年4月～令和9年3月）  
※砂沼広域公園が指定する催事などの開催日は除く
- 場** 砂沼広域公園テニスコート
- コース** ○初心者コース（親子も可）午前9時～10時  
○中級コース（試合レベル）午前10時～11時  
※4カ月以上の継続が条件
- 月会費** ○小中学生 2,000円  
○高校生以上4,000円
- 定** 各コース8人 ※定員を超えた場合は抽選
- 講** 公認指導員
- 期** 3月20日(金)

- ◆その他
- ◇月会費は、毎月初回の教室日に納入してください。
- ◇雨天等によりテニスコートの利用が出来ないと判断した場合、中止となります。（中止の場合は、1回あたり小中学生250円、高校生以上500円を返金します。）
- ◇応募人数が4人に満たないときは、該当コースを取りやめる場合があります。
- ◇ボールは用意しますが、ラケットは各自ご用意ください。
- ※数に限りがありますが、砂沼広域公園のレンタルラケット（200円/回）も利用できます。



**問** 砂沼管理事務所 ☎43-6661

## 社会福祉法人 茨城いのちの電話 第41期 相談員養成講座生募集

- 対** 23歳以上。いのちの電話の趣旨に賛同し、24時間受信体制での活動に積極的に参加できる方。所定の研修に参加できる方。
- 内** 2026年6月～2028年3月 原則として月3回、土曜日  
宿泊研修2026年9月19日(土)～21日(月・祝)は必須
- 場** つくば近辺（一部水戸市内）、必要に応じてオンライン形式併用
- 料** 第1課程～第5課程 各課程7,000円（別途、宿泊研修時の宿泊費がかかります。学生は各課程2,000円）
- 定** 40名程度
- 期** 4月8日(水)（締切厳守）
- 申** ホームページ内の募集要項をご覧になり、お申し込みください。

**問** 茨城いのちの電話 事務局  
☎029-852-8505  
月～金 9:00～17:00



## 『下妻市ハイキングの会』会員募集

◆年間予定

回	期 日	場 所
1	5月10日(日)	生瀬富士(大子町)・日帰り
2	6月21日(日)	日光白根山(栃木県)・日帰り
3	7月26日(日)	霧ヶ峰車山(長野県)・日帰り
4	9月27日(日)	黒斑山(長野・群馬県)・日帰り
5	10月18日(日)	入笠山(長野県)・日帰り
6	11月15日(日)	谷川岳沢巡り(群馬県)・日帰り
	12月20日(日)	ハイキングの集い(懇親会)

※詳細は各回毎に会員に通知します。

- ◆年会費 2,000円
- ※活動に参加する場合は、別途バス代などがかります。
- ◆入会金 2,000円(初年度のみ)
- 申** 生涯学習課(庁舎2階)にある申込用紙に必要事項を記入の上、年会費・入会金を添えてお申し込みください。
- 期** 5月29日(金)  
上記期間後は、下記へご連絡ください。

**問** 下妻市ハイキングの会(粉川)  
☎44-3276(午後5時以降)  
090-2751-1511

## 「結婚相談会 in 八千代町」開催

- 日** 4月12日(日) 午後1時～5時  
(受付 午後0時40分から)
  - 場** 八千代町中央公民館[八千代町菅谷1027]
  - 対** 独身成人男女およびその親族
  - 定** 先着10人程度
  - 持** 身分証明書
  - 期** 3月23日(月)～4月1日(水)
  - 申** 電話受付 ※予約制・先着順
- 問申** いばらきマリッジサポーター県西地域活動協議会  
☎090-2234-6415(小林)  
080-5417-9163(永田)  
(電話受付時間：正午～午後7時)

## ふるさと博物館 4月のお知らせ

- ◆4月休館日  
6日(月)、13日(月)、20日(月)、  
27日(月)、30日(木)

**問** ふるさと博物館 ☎44-7111



## 筋力アップ運動教室

- 対** ・70歳以下(令和9年3月31日時点の年齢)の市民  
・「しもつま元気ポイント事業」に参加できる方  
・令和6・7年度 連続して参加していない方
- 場** 下妻市保健センター
- 内** ミニ講話・運動
- 日** 各回とも午前10時～11時30分

期 日	
令和8年5月15日(金)	10月23日(金)
6月26日(金)	11月20日(金)
7月31日(金)	12月18日(金)
8月7日(金)	令和9年1月22日(金)
9月18日(金)	2月19日(金)

※健康に関連した目標を毎月各自で設定し、10か月間取り組んでいただきます。

- 講** 大月 直美氏 健康運動指導士
- 定** 30名  
※定員に達した場合は抽選。但し、定員に満たない場合は申込期間後も受付可。
- 期** 4月1日(水)～30日(木)
- 申** 電話または二次元コード



**問申** 健康づくり課 ☎43-1990

## 令和8年度住まいの相談会について

茨城県では建築関係団体と連携し、住宅の新築やリフォームに関する技術的な提案や助言を目的とした県民向けの無料相談会を開催しており、住宅リフォームなどの疑問・質問に、建築士がお答えします。住まいの相談会は、「県央・県北ブロック」、「県西ブロック」、「県南ブロック」、「鹿行ブロック」の4ブロックに分け、計15回の開催を予定しており、「県西ブロック」では5月に古河市にて開催されます。詳細・ご予約については、県住宅課ホームページをご覧ください。

- 日** 5月15日(金) 午前10時～午後4時まで
- 場** 古河市役所三和庁舎3階「会議室A」
- 申** 4月1日～30日まで、いばらき電子申請・届出サービスにより受付。電子申請によるお申込みが難しい場合には、問合せ先までご連絡ください。

**問** 茨城県土木部都市局住宅課  
民間住宅・住宅指導グループ  
(電話029-301-4759)  
(県住宅課ホームページ)  
<https://www.pref.ibaraki.jp/doboku/jutaku/minkan/02soudankai/r8soudankai.html>

