



市長杯硬式テニス大会 参加者募集

スポーツ

▶日時:11月10日(日) 午前9時開始(予備日11月17日(日))

▶受付開始:8時15分(開会式:8時45分)

▶会場:常総運動公園 テニスコート

▶参加資格:原則として市内在住・在勤者、または市内テニスクラブ所属者

▶試合形式:男・女ダブルス/6ゲーム先取/セルフジャッジ(リーグ戦の後トーナメント戦の予定)

▶参加費:1ペア2,000円(当日、受付時に集金)

▶受付期間:9月1日(日)~10月13日(日)

▶申し込み方法:以下をメールにてご連絡ください。

①氏名②所属③代表者メールアドレス

☎ 谷和原テニスクラブ 市長杯担当

✉ tsukubamirai_tennis@yahoo.co.jp



スポーツクラブみらい 太極拳無料体験会

スポーツ

太極拳は、ゆったりとした動きの中でリラックス効果やバランス感覚を養います。楽しみながら健康寿命を延ばしましょう!この機会にぜひ体験してみてください。皆様のご参加をお待ちしています。

▶日時:10月4日(金)午後1時~3時

▶場所:小絹高齢者センター

▶講師:塚原 加代子先生

▶対象:小学生以上

▶募集人数:20人

▶持ち物:飲み物、上履き

☎ スポーツクラブみらい事務局 58

- 4566 / 鈴木 080 - 1224 - 5411



元気に!楽しく! シニアエクササイズ

募集

プラチナ世代対象のシニアエクササイズを開催します。いつまでも健康で活動的な日々を送れるように、「1日1汗」体を動かす事を日常の習慣にしませんか?習得した知識で生活の幅を広げ、家族や地域で活かしましょう。運動が苦手な方でも大丈夫です。男性・女性を問わず大募集します。

▶日程(全5回):①10月10日(木)/

②10月24日(木)/③11月13日(水)/

④11月27日(水)/⑤12月10日(火)

▶時間:①②:午後1時~3時/③④⑤:午前10時~正午

▶会場:きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館 トレーニング室

▶対象:市内在住のおおむね50歳~70歳の男女

▶定員:20人(先着順)

▶参加費:500円(5回分)

▶持ち物:ヨガマットまたはバスタオル(大判のもの)、飲み物、タオル、着替え(必要ならば)

▶募集期間:9月2日(月)~18日(水)まで

☎ 社会福祉協議会 ボランティア市民活動センター ☎ 25 - 2101



社会福祉協議会職員を 募集します

募集

▶正規職員:介護支援専門員・社会福祉士・保健師/一般事務/保育士

▶嘱託職員:保育園調理員

▶試験日:一次10月26日(土)/二次11月11日(月)予定

詳細については、社会福祉協議会 HP をご覧になるか、お問い合わせください。

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 57 - 0205

くらしの 情報

くらしの情報では、「市からのお知らせ」や「募集」「イベント」など、暮らしに関するさまざまな情報をお届けします。



子育てスマイル クッキング教室

募集

簡単で栄養満点のメニューを子育て中の仲間と一緒に作って、食べて、楽しく学べる教室です。乳製品を使ったカルシウムたっぷりのメニューを食べて、家族みんなで強い元気な骨をめざしましょう。調理中は、お子さんの様子がわかるように調理室脇の部屋で託児します。ぜひご参加ください。

▶対象:市内在住の子育て中の方(お子様が乳児から小学校低学年くらいまでの方)

▶日時:9月25日(水)午前10時~午後1時

▶会場:保健福祉センター

▶メニュー:白い麻婆豆腐、コールスローサラダ、もやしスープ、さつまいものチーズようかん

▶費用:300円/人

▶定員:8人(申し込み多数の場合は、初めて参加される方を優先して抽選)

▶託児:10人(申し込みの際にご予約ください)

▶申込期間:9月2日(月)~12日(水)(土日除く)

※お方は調理への参加はできません。

☎ 市食生活改善推進協議会事務局(保健福祉センター内) ☎ 25 - 2100