



## 子育てスマイルクッキング

募集

少しだけ子どもと離れ、子育て中の仲間と一緒にヘルシー料理を作って、楽しく学び、心も体もリフレッシュしましょう！

- ▶対象：市内在住の子育て中の方（お子さんが乳児から小学校低学年くらいまでの方）
- ▶日時：9月21日(金) 午前10時～午後1時
- ▶会場：保健福祉センター
- ▶メニュー：豆腐のドライカレー、キャベツとツナとみかんの和風サラダ、デザート
- ▶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（申し込みの際に要予約）
- ▶申込期間：9月3日(月)～11日(火)（土日除く）

※お子さん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



## 東京首都圏 パーソントリップ調査

お知らせ

▶東京都市圏パーソントリップ調査にご協力をお願いします！

茨城県では、人の1日の移動を把握し、暮らしやすい都市づくりの検討を進めるため、9～12月にかけて交通に関する調査「東京都市圏パーソントリップ調査」を実施します。

調査にあたり無作為に抽出した世帯を対象に調査票をお送りいたしますので、本調査へのご協力をお願いします。

☎ 茨城県都市計画課 ☎ 029 - 301 - 4588



## 市民卓球大会 参加者募集

スポーツ

- ▶日時：10月21日(日) 午前8時受付開始
  - ▶会場：総合運動公園体育館
  - ▶種目：男子・女子（各シングルス・ダブルス）
  - ▶参加資格：市内在住・在勤・在学者
  - ▶参加費：シングルス1,000円、ダブルス2,000円 ※当日、受付時に集金。ただし、高校生以下は無料。
  - ▶持ち物：ゼッケン、シューズ、ラケット
  - ▶申し込み方法：スポーツ推進室へ直接または電話で申し込み。（平日午前8時30分～午後5時15分）
  - ▶申込期限：9月10日(月)
- ☎ 市体育協会卓球部 <sup>あしだ</sup> 芦田 ☎ 090 - 2202 - 2983 / 生涯学習課スポーツ推進室 ☎ 58 - 2111（内線7309）



## ひとり親家庭応援 「パソコン初級講習会」

募集

- ▶内容：ワードとエクセル、ビジネスメールの基礎知識
  - ▶日程：10月13日、27日、11月10日、24日、12月8日、22日（各土曜日、全6回）
  - ▶時間：午前9時30分～午後3時30分
  - ▶会場：クリエートパソコン教室（水戸市北見町8 - 12）※無料駐車場あり
  - ▶対象：ひとり親家庭の母・父および寡婦で、6日間出席できる方
  - ▶定員：15人程度（応募多数の場合は抽選）※託児付き（要事前登録、2歳以上）
  - ▶費用：2,000円（テキスト代）
  - ▶申込期間：9月3日(月)～21日(金)
- ☎ 茨城県母子家庭等就業・自立支援センター ☎ 029 - 233 - 2355

# 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。



## 美味しい、楽しい！ 男の料理教室

募集

プラチナ世代対象の男性限定の料理教室です。身近な食材を使って、初心者でもできる簡単でおいしい料理に挑戦してみましょう。明るく楽しい雰囲気の中で、料理を通じて、新しいコミュニティを作り、地域を盛り上げましょう。  
※「プラチナ世代」とは渡辺淳一のエッセイで出現した言葉で、色あせず元気でアクティブに長年輝き続ける高齢者という意味です。

- ▶日時：全4回のコース
  - ※各回いずれも午前10時～午後1時
  - 第1回＝10月2日(火)
  - 第2回＝10月9日(火)
  - 第3回＝10月16日(火)
  - 第4回＝10月23日(火)
  - ▶会場：谷和原公民館 調理室
  - ▶対象：市内在住のおおむね50歳～70歳の男性
  - ▶定員：20人（先着順。4回すべてに参加できる方を優先）
  - ▶参加費：2,000円（4回分）
  - ▶持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具
  - ▶募集期間：9月3日(月)～14日(金)
- ☎ 市社会福祉協議会 谷和原支所 ☎ 25 - 2101

～道路の陥没、段差、路肩の崩れなどを見つけた時は、建設課（☎58 - 2111 内線5203～5212）までご連絡ください～