

情報

お知らせ

-Information-

募集します

健康な体は食事から ヘルシークッキング教室

『畑の肉』と言われる大豆は、たんぱく質を豊富に含んでいます。おからやみそなど、さまざまな食品に変化している大豆製品を使って、クッキングをしてみませんか。

▼日時 11月24日(火) 午前10時～午後1時

▼会場 板橋コミュニティセン

ター

▼メニュー おからハンバーグ、油揚げと小松菜の煮びたし、季節のみそ汁、豆乳プディング

▼費用 300円/人

▼定員 20人(申込多数の場合は抽選)

▼申込期限 11月12日(木)

▼申込 市食生活改善推進協議会事務局(保健福祉センター内) 025・2100

市ターゲットバード ゴルフ大会参加募集

▼日時 11月28日(土) 午前9時

開会(受付:午前8時30分)

※予備日、12月5日(土)

▼会場 さらくやまふれあいの丘

▼定員 40人(申込多数の場合抽選)

合は抽選)

▼参加資格 市内在住・在勤者・市内クラブに所属する者

▼参加費 無料

▼申込期限 11月7日(土)

▼申込 スポーツ推進室(総合運動公園内) 058・4005

「親が変われば、子どもも変わる運動」推進講演会

青少年をめぐる問題が深刻化している中、親・大人が自らを振り返り、家庭や学校、さらに地域全体で、次の世代を担う青少年の健全育成を目的に開催し

ます。

◆自衛官募集◆

受験種目	陸上自衛隊高等工科学校生徒
受験資格	平成28年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子
受付期間	11月1日(日)～平成28年1月8日(金)
試験期日	【1次試験】 平成28年1月23日(土) 【2次試験】 平成28年2月4日(木)～7日(日)の間の指定する1日

問 自衛隊 茨城地方協力本部 龍ヶ崎地域事務所
0297 - 64 - 3351
<http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>

ご利用ください

常陽銀行 年金相談

常陽年金相談コーナーでは、常陽銀行顧問の社会保険労務士が、無料で相談に応じ、年金請求手続きの代行をしてくれます。

▼予約方法 事前に電話でお申し込みください。

◎予約電話 058・5552

▼日時 11月19日(木) 午前10時～午後3時

▼場所 常陽銀行伊奈支店

▼申込 常陽銀行年金センター
029・300・2844