

スマホ教室 参加者募集

スマートフォンをこれから利用する予定の方、使い方をもっと知りたい方に向けて内容でスマホ教室を開催します。

開催日	場所
10月7日(火)	谷和原庁舎 2階 大会議室
10月21日(火)	みらい平市民センター 4階 会議室 2
11月26日(水)	伊奈庁舎 2階 会議室 2

▶対象：市内在住の方

▶時間（全日程共通）

○午前の部：午前10時～正午

○午後の部：午後2時～4時

▶内容（全日程共通）

○基礎講座（前半60分）

…電源の入れ方、ボタン操作、カメラの使い方、地図・インターネットの利用方法など

○応用講座（後半60分）

…メッセージアプリの使い方など

▶定員：各回20人（先着順）

▶申込方法：行政経営デジタル戦略課まで電話でお申し込みください。

※申込時に、希望する日程と、時間（午前の部または午後の部）をお伝えください。開催日が近づきましたら、参加者には開催通知をお送りします。

▶申込期限：各開催日の1週間前まで

※教室で使用するスマートフォンは、無料で貸し出します（Android端末を予定）。

☎ 伊奈庁舎行政経営デジタル戦略課（内線1403）

オストメイトに関する 医療講習会

▶日時：11月16日(日) 午前10時～午後3時（受付開始：午前9時30分）

▶場所：土浦市総合福祉会館 4階 講義講習室（土浦市大和町9-2 ウララ2ビル）

▶内容：ストマー管理の基本・快適な生

活を目指して、最近の話題や傾向、災害に備えて、ストマー用装具展示・説明

▶対象：オストメイトとご家族、医療関係者 など

▶講師：龍ヶ崎済生会病院 皮膚・排泄ケア認定看護師 佐々木信子 氏

▶参加費：1,000円（弁当代など）

▶申込方法：下記問い合わせ先までお電話ください。

▶申込期限：11月1日(土)

☎ 日本オストミー協会茨城県支部南部地区南部地区センター長 熊谷信子

☎ 0297 - 52 - 4420

携帯：090 - 5802 - 8309

精神保健福祉の 家族教室

つくば保健所では、こころの病気を抱える方のご家族を対象に、交流と学びの場として家族教室を開催します。

▶日程（各日午後1時30分～3時30分）

① 10月14日(火) ② 11月20日(木)

③ 12月17日(水)

▶内容（①～③は講話）

①「発達障害の理解と支援」

②「うつ病とその付き合い方」

③「親亡き後の生活や備え」

家族会の紹介、参加者交流 ほか

▶講師

①筑波大学 准教授 佐々木銀河 氏

②とよさと病院 医師 天野瑞紀 氏

③ケアプラン・リッチヒル理事長 猪瀬 厚 氏

▶場所：つくば保健所 2階 大会議室

（つくば市松代4-27）

▶申込方法：各日程の7

日前までに、いばらき電

子申請・届出サービスか

らお申し込みください。電子申請が難しい方は、下記問い合わせ先までお電話またはメールでお申し込みください。

☎ つくば保健所 ☎ 029 - 860 - 6002 ☎ tsuho05@pref.ibaraki.lg.jp



TEAM What's UP ～ Same as usual. 無料体験会

「大人が本気で練習に励み、更なるレベルアップを図りたい」「楽しみながら上達したい」をモットーにした、ゲーム形式だけではなく球出し練習などさまざまな練習を行うテニスサークルです。無料体験も可能ですので、ご興味のある方はお問い合わせください。

▶活動日時：土日祝日の午前9時～午後1時

▶活動場所：ヒタチ絹の台桜公園テニスコート、日本スポーツ振興パークみらい、常総運動公園

▶対象：20代～50代の方でテニススクール中級者以上の方

※教えられるメンバーがいらないため初心者、未経験者の方の入会はお断りしております。

▶入会費・年会費：なし

▶参加費：内容によって参加費は固定としております。

例）ダブルス会（4時間） 500円/人
球出し・基本練習会 600円/人

☎ TEAM What's UP ～ Same as usual. 山田康弘 ☎ 090 - 2745 - 9681

※体験参加のお申し込みやお問い合わせは、ショートメールでお送りください。

市民公開講座「東洋医学ホントのチカラ 鍼灸の現在地と可能性」

▶日時：10月5日(日) 午後2時30分～4時

▶場所：つくば国際会議場 メインホール（つくば市竹園2-20-3）

▶内容：「東洋医学ホントのチカラ 鍼灸の現在地と可能性」

▶講師：NHK コンテンツ制作局 チーフディレクター 山本高穂 氏

▶参加費：無料

申し込みは不要です。直接、会場へお越しください。

☎ (一社) 茨城県鍼灸師会

☎ ibashinkai@gmail.com

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント