

☆ イベント

ターゲットバードゴルフ パークみらいカップ

狙って楽しい、打って爽快！ターゲットバードゴルフを仲間達と共に楽しみませんか？

▶日時：11月29日(日) 午前8時～午後1時
▶場所：日本スポーツ振興パークみらいターゲットバードゴルフ場（総合運動公園）（小張 1770）

▶参加費：1,000円 ※参加賞あり
▶対象：成人の方
▶申込方法：下記問い合わせ先まで電話またはメールでお申し込みください。
▶申込期限：11月22日(日) 午後5時
日本スポーツ振興パークみらい
☎0297-58-4005（午前9時～午後5時）
✉info.mirai.undokoen@gmail.com

第50回 我がまちウォーク

大空の下、のんびり季節を味わいながら自分のペースでつくばみらい市のどこか、往復3キロ弱の道程を歩いてみませんか？参加者には缶バッチをプレゼント！

※市内各公共施設などに掲示していた周知チラシから、下記のとおり日程やコースが変更となりました。ご注意ください。

▶日程：11月28日(土)
▶受付時間：午前9時30分～10時
▶今回コース：ワープステーション江戸
※雨天決行
▶集合場所：ワープステーション江戸駐車場（南太田 1176）
▶持ち物：飲み物、タオル、動きやすい服装、はきなれた靴
▶主催：傾聴ボランティア傾聴ほほえみ
▶申込先：下記問い合わせ先まで
☎ 社会福祉協議会ボランティア市民活動センター ☎0297-21-3240



MIRAI オープン スナッグゴルフ大会

「ゴルフのまちつくばみらい」の実現に向け、初となる中学生以上のオープン大会を開催します！ゴルフ入門のスナッグゴルフですが、大人まで夢中になってしまう魅力があります。ちょっとした運動、家族でのコミュニケーション、地域交流、さまざまな意義のある大会に参加してみませんか？

▶日時：11月21日(土) 午前9時30分～正午（受付開始：午前8時30分）
※雨天中止（中止の場合は当日午前7時ごろに市ホームページでお知らせします）
▶場所：日本スポーツ振興パークみらい多目的広場（総合運動公園）（小張 1770）
▶対象：市内在住・在学・在勤の方（中学生以上）
▶定員：48人（定員を超えた場合は抽選、最小催行人数9人）

▶参加費：無料
▶申込期限：11月9日(月)
▶申込方法：市ホームページ内のいばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。
▶主催：つくばみらい市教育委員会 教育委員会教育棟生涯学習課スポーツ推進室（内線 7307）

フィンランド生まれのニュー スポーツ「モルック」体験教室

「モルック」はルールがシンプルで、誰でも気軽に参加できるのが魅力です。子どもから大人まで楽しめる教室を開催しますので、ぜひこの機会にご参加ください！

▶日時：12月19日(土) 午前10時～正午



（受付開始：午前9時30分）※雨天中止（中止の場合は当日午前8時30分ごろに市ホームページでお知らせします）

▶場所：日本スポーツ振興パークみらい多目的広場（野球場側）（小張 1770）
▶対象：市内在住・在勤・在学の方（小学生以上）
▶講師：日本モルック協会公認団体「茨城モルックの会」
▶定員：30人（定員を超えた場合は抽選、最少催行人数5人）
▶参加費：500円/人
▶申込方法：市ホームページ内のいばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。
▶申込期間：11月13日(金)～29日(日)
▶主催：つくばみらい市教育委員会 教育委員会教育棟生涯学習課スポーツ推進室（内線 7307）



健康フォーラム 2026 in つくば

「ずっと元気であるための血圧と心臓の話」～専門医が明かす心不全の正体と、栄養士の減塩レシピ～

今年は「心不全」をテーマに、専門医による講演・パネルディスカッションを行うほか、検査・相談コーナーもあります。お申し込みは不要ですので、ぜひお越しください。詳しくはつくば市医師会ホームページをご覧ください。



▶日時：11月8日(日) 午後1時30分～4時
▶場所：イースつくば 2階 イースホール（つくば市研究学園5丁目19）
▶内容：専門医による講演・パネルディスカッション、検査・相談コーナー（血圧測定、保健師などによる健康相談）
▶参加費：無料
▶主催：つくば市医師会
▶共催：つくばみらい市、つくば市 健康増進課（保健福祉センター内）
☎0297-25-2100

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

☆ イベント