

1月
11日
土

とりで利根川たこあげ大会

問 市観光協会（産業振興課内） ☎ 74-0217

会場 取手緑地運動公園
(成年野球場A・B・C)

日本の凧の会・下総凧の会の皆さんの協力のもと、たこあげ大会を開催します。

日時 令和7年1月11日(土) 9:30～14:00 ※荒天の場合は18日(土)に延期

自作品たこあげコンクール

受付 9:30～10:30
審査 10:30～11:30
表彰 12:30～

たこ作り教室(参加無料)

受付 9:30～
講師 下総凧の会
定員 先着50人



道具・材料は準備します

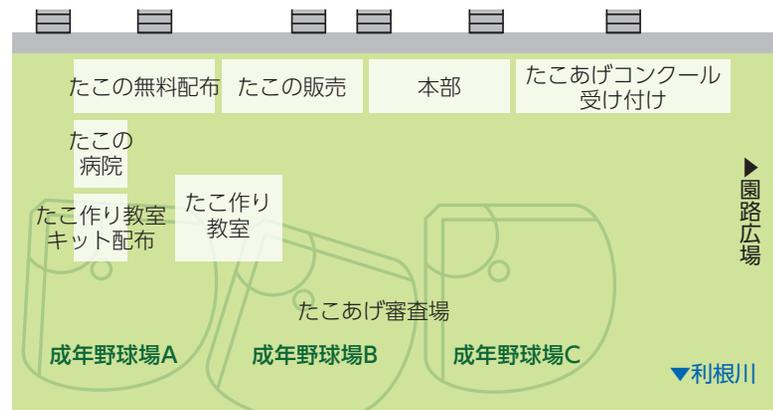
お菓子プレゼント

時間 審査終了後
定員 先着300人

たこの無料配布

場所 朝日新聞社テント
定員 先着200人

取手市
観光協会



動物愛護講演会

問 環境対策課 ☎ 内線1415

坂上 忍 氏が運営する動物保護ハウス「さかがみ家」で保護活動を行っている、元SKE48の桑原みずき氏を講師に迎え、講演会を行います。参加は無料です。

日時 令和7年1月18日(土) 14:00～(開場13:30)
会場 取手ウェルネスプラザ
講師 桑原みずき氏(タレント)
定員 200人



※多数の場合、市内在住・在勤・在学の方優先

申込 以下のいずれかの方法で

- ▶直接：環境対策課
 - ▶メール：kankyo@city.toride.ibaraki.jp
 - ▶郵送(はがき)：〒302-8585 寺田5139 環境対策課宛て
- ※①氏名(ふりがな)、②住所、③電話番号、④参加人数を報告。
参加人数が複数人の場合は、代表者が参加者の①～③を報告

市ホーム
ページ



締切 1月17日(金) 必着

骨粗しょう症予防講座

問 保健センター ☎ 85-6900

骨密度は、年齢とともに低下します。特に、女性は閉経後に女性ホルモンの影響で骨が弱くなり、骨折しやすくなってしまいます。この講座では、整形外科医師や管理栄養士、健康運動指導士から、骨粗しょう症を予防するための食事や簡単な運動などを学びます。参加は無料です。

■日時・内容(全2回) 定員：先着50人

期日(1月)	時間	内容
29日(水)	13:30～15:00	医師による講話「骨粗しょう症について」
31日(金)	13:30～14:30	栄養指導「骨粗しょう症予防につながる食生活～丈夫な骨にするために～」
	14:45～15:30	運動指導「骨を強くし、転倒を予防する効果的な運動」

会場 取手ウェルネスプラザ1階セミナールーム、多目的ホール(31日運動のみ)

講師 松崎信夫氏(医師・茨城県医師会会長)、中村信子氏(管理栄養士)
健康運動指導士

持ち物 筆記用具、タオル・飲み物・運動のできる服着用(31日のみ)

申込 申し込みフォームか電話：12月16日(月)～

締切 令和7年1月28日(火)

申し込み
フォーム



糖尿病予防学習会

問 保健センター ☎ 85-6900

糖尿病の正しい知識・食事の取り方、運動方法などを分かりやすく説明します。「糖尿病とはどんな病気か」「日々の過ごし方で気を付けることは」などの疑問を解消し、生活習慣を見直しましょう。参加は無料です。

■日時・内容(全3回) 定員：先着50人

期日(1月)	時間	内容
①16日(木)	14:00～15:30	医師講話「最新の糖尿病情報」
②20日(月)	10:00～11:00	栄養指導「上手なカロリーコントロールのこつ」
	11:00～	▶希望者のみ…明治安田生命保険相互会社によるベジチェック(野菜摂取充足度)とAGEsセンサ(最終糖化物質)測定(1人5分程度) ※詳細は16日に説明します。
③28日(火)	10:00～12:00	歯科医師講話「糖尿病と歯周疾患」、運動

会場 取手ウェルネスプラザ1階セミナールーム、多目的ホール(28日運動のみ)

講師 矢藤繁氏(医師・筑波大学附属病院教授)、中村信子氏(管理栄養士)
数寄孝氏(歯科医師)、健康運動指導士

持ち物 筆記用具、特定健康診査受診結果通知書、計算機(20日のみ)

タオル・飲み物・運動のできる服着用(28日のみ)

申込 申し込みフォームか電話

締切 令和7年1月15日(水)

申し込み
フォーム



もっと便利に！スマホサポート教室

問 情報管理課 ☎ 内線1152

生活に役立つ機能や市からののお知らせの取得方法など、スマートフォンの基本的な操作を学びます。コースは、スマートフォン未所有者・初心者向けと中級者向けの二つがあります。参加は無料です。

■会場・開催日・コース概要 ※参加はいずれか1コースのみ

藤代庁舎1階大会議室：令和7年1月15日(水)・20日(月)

コース	時間(各日)	内容
スマートフォン未所有者・初心者向け	9:30～11:30	基本的な操作方法、電話・メール、カメラ、インターネットの使い方など
中級者向け	13:30～15:30	アプリのインストール、LINEの使い方など

講師 携帯ショップスタッフ

対象 スマートフォンの操作を学びたい方

定員 各先着15人

持ち物 スマートフォン(お持ちでない方には貸し出します)

※ご自身のスマートフォンを使用する場合、通信料は自己負担です。

申込 情報管理課に電話

申込開始 1月15日開催分：12月18日(水) 9:00～

1月20日開催分：12月20日(金) 9:00～

※7年2月以降も市内で実施します。決まり次第お知らせします。

市ホーム
ページ

