

## 令和6年度なぎなた教室参加者募集

日時	【金曜日】 7月26日、8月2日・9日・23日 19:00～21:00 【土曜日】 7月27日、8月3日・10日・24日 9:00～11:30 計8回
場所	西部総合公園体育館トレーニングルーム
対象者	小学生以上の市内在住・在学・在勤の方
定員	30名程度(先着順)
参加費	500円(保険料等) ※参加費は初回参加時に徴収します。
指導	市なぎなた連盟指導員
持ち物	飲み物、タオル、運動ができる服装 ※用具は主催者で準備します。
申込方法	下記へ直接または電話・FAX 必要事項(氏名・住所・年齢・電話番号)
申込期限	7月19日(金) 17:00

申込 西部総合公園体育館 ☎52-5223 FAX 52-5224  
問 市なぎなた連盟会長 小田部 清子 ☎53-2179

## なでしこ健康講座受講者募集

日時	7月10日(水) 13:30～14:30
場所	美和ささの湯
対象	施設利用者、講座参加希望者
内容	・「肩こり解消予防体操」 講師：常陸大宮済生会病院 理学療法士 ・「高血圧改善 食事のポイント～はじめよう減塩～」

※申込は不要です。当日直接お越しください。

問 常陸大宮済生会病院 医療福祉相談室  
☎52-5151

## イベント

### 茨城アストロプラネッツ 公式戦 「常陸大宮市DAY」

市では、プロ野球独立リーグ・BCリーグに参入している「茨城アストロプラネッツ」を、フレンドリータウンとして応援しています。

今年度は7月15日(月・祝)に茨城アストロプラネッツ公式戦が「常陸大宮市DAY」として開催されます。

市内に在住・在学・在勤の皆さんは、試合を無料で観戦できます。BCリーグ優勝に向けて茨城アストロプラネッツをみんなで応援しましょう！

【常陸大宮市DAY】ご招待内容 市に在住・在学・在勤の方は、本試合に無料でご招待！	
日時	7月15日(月・祝) 13:00試合開始
場所	大宮運動公園市民球場(鷹巣1860)
対戦	栃木ゴールデンブレーブス
観戦方法	①試合当日、市内在住・在学・在勤を証明するもの(運転免許証・学生証・名刺など)を特設ブースにてご提示ください。 ②提示と引き換えに観戦チケットをお渡しします。

みなさまのご来場をお待ちしております。

市民球場で行われる他日程の公式戦	
日時	7月14日(日) 13:00試合開始
対戦相手	栃木ゴールデンブレーブス



茨城アストロプラネッツ  
ホームページ



問 株式会社茨城県民球団(笠間市福田906-6)  
✉ info@ibaraki-planets.jp

<p>社会福祉法人 常陸大宮済生会 常陸大宮済生会病院</p>	<p>広告</p>
<p>令和6年5月より ～リウマチ・膠原病内科外来を開設しました～ お悩みの方は、お気軽にご相談ください。</p>	
<p>診療日：毎週水曜日 受付時間：午後1時から 午後3時30分まで</p> <p>※お電話での予約は受け付けておりません。 受診を希望の方は、直接当院までお越しください。</p>	<p>常陸大宮済生会病院 住所：茨城県常陸大宮市田子内町3033番3 電話：0295-52-5151 (代表) FAX：0295-52-5725 https://www.ho-saisei.jp</p>