



オストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)の集い

人工肛門・人工膀胱^{ぼうこう}をお持ちの方が、一人で悩まず、よりよいストーマ生活を送れるよう、講習会を開催します。

日時	10月27日(日) 10:00 ~ 15:00 (受付開始：9:30)
場所	「日立市民会館」2階210号室
内容	①講演「ストーマケア管理の基本について」 講師/水戸赤十字病院 皮膚排泄ケア認定看護師 木村 真美 先生 ②ストーマケア悩みごと相談(講師・協会認定ピアサポーター対応) ③ストーマ用装具の展示・説明
参加費	1,000円(弁当・飲料) 同伴者も同じ
申込方法	下記へ電話
申込期限	10月20日(日)

申込・問

公益社団法人日本オストミー協会茨城県支部
県北部地区センター長 猪口 ☎ 090-2239-9169

募 集



普通救命講習会(Ⅰ) 参加者募集

心肺蘇生法(自動体外式除細動器<AED>の使用法を含む)や異物除去、止血法に関する知識と技術を習得する講習会を実施します。

日時	10月26日(土) 9:00 ~ 12:00
場所	消防本部 3階多目的室
対象	15歳以上の方
定員	15名
受講料	無料
申込方法	東消防署救急Gへ電話
申込期限	10月20日(日)
その他	講習修了証を発行します。

申込・問 東消防署 救急G ☎ 54-0119



御前山サイクリングフェスティバル グルメリライド 参加者募集

サイクリングで御前山・那珂川地域を周遊し、常陸大宮市と城里町の特産品を楽しみながら、自然の魅力体験してみませんか?当日は、御前山ダムハイキングツアーも開催され、本部会場にはキッチンカーが多数出店します。



期日	11月30日(土) 小雨決行 ※荒天中止
場所	御前山ダム公園(上伊勢畑1506-2)
対象	小学3年生以上 ※中学生以下は保護者の同伴必須/ 18歳以下は保護者の同意必須
定員	ロングコース(60km) 300名 ショートコース(20km) 100名
参加費	ロングコース 高校生以上 7,000円 小中学生 7,000円 ショートコース 高校生以上 5,000円 小中学生 3,000円
申込期限	10月20日(日) ※定員になり次第終了
主催	御前山・那珂川広域連携協議会

詳しくは市ホームページをご確認ください。



▲グルメリライド詳細

問 御前山サイクリングフェスティバル実行委員会
(株式会社シンコーシステム内) ☎ 0299-23-1251