

イベント



水戸ホーリーホック 「常陸大宮市の日」

10月31日(土)の対サンフレッチェ広島戦にて「常陸大宮市の日」を開催します。

常陸大宮市に在住・在学・在勤の人はそれぞれのカテゴリーごとに、試合チケットが優待価格で購入できます。さらに、中高生は試合チケットが無料になる制度もあります。この機会にみんなで水戸ホーリーホックを応援しましょう。

日時	10月31日(土) 14:00キックオフ
チケット 発売日	10月9日(金)～
試合内容	2026/27 明治安田J1リーグ第13節 水戸ホーリーホック vs サンフレッチェ広島
会場	水戸信用金庫スタジアム (那珂市向山1282-11)

サイン会を開催します！

「常陸大宮市の日」開催に先立ち、「常陸大宮PR大使」の渡邊新太選手のサイン会を開催します。

日時	10月8日(木) 16:45～
場所	常陸大宮市文化センター●ロゼホール 小ホール

問 株式会社フットボールクラブ水戸ホーリーホック
☎029-212-7700



第19回文書館カレッジ ～小瀬一揆を考える～

文書館では、市内に伝わる資料や文化財など、身近な歴史をテーマにした講演形式による歴史講座を開催しています。今回は、明治9年(1876)に発生してから150年を迎える小瀬一揆をテーマに、一揆の原因となった社会状況や事件の経過について、当時の資料をもとに解説します。

日時	10月31日(土) 13:30～ (12:30開場)
場所	緒川地域センター 文化ホール (上小瀬1259)
参加費	無料

問 文書館 ☎52-0571



お薬・睡眠・運動がテーマの 健康セミナーを開催します

毎日を安心して過ごすために大切な「お薬」「睡眠」「運動」の優しくわかりやすい講演をきいて、心地よく体を動かしてみましょう。

日時	11月8日(日) 12:30～16:00
場所	おおみやコミュニティーセンター
対象	市内在住・在勤・在学の方
参加費	無料
内容	【健康測定会】 12:30～16:00 骨密度・血管年齢測定、お薬相談他 【食生活改善コーナー】 12:30～13:30 試食会 【講演】 ①13:30～14:30「今日から役立つ健康とくすりの話2026」 講師 小沼 祐之 氏 ②14:30～15:30「睡眠と健康」 講師 東郷 俊輔 氏 ※②では、自宅でできるストレッチを行いますので、参加希望者は軽い運動ができる服装でお越しください。

※申込は不要です。当日直接お越しください。

問 総合保健福祉センター「かがやき」内
健康推進課 健康推進G ☎54-7121



子育て広場講座「音とおはなしの会」参加者募集

水戸市内の図書館や保育施設などで活躍している「話音絵＝わおんかい」の皆さんをお迎えし、おはなしの会を開催します。BGMや効果音をつけた絵本や音楽のある読み聞かせを家族で体験してみませんか？ぜひ、お気軽にご参加ください。

日時	11月13日(金) 10:30～11:15
場所	総合保健福祉センター「かがやき」2階 こどもセンター 子育て広場(北町388-2)
対象	市内在住で保育所(園)に通っていない3歳未満のお子さんとその家族(小学4年生までの兄弟) ※保護者付き添いのもと参加できる人に限る。

問 子育て広場 ☎53-1401 (平日10:00～16:00)
開設時間外はこどもセンターへ ☎55-8873