



おがわ富士ハイキングツアー

秋の紅葉時期におがわ富士ハイキングツアーを開催します。小舟富士、小瀬富士、砂羅向山^{さらかむき}を回っておがわふれあいの森と一緒に歩いてみませんか。

- ▶日時：11月22日(日) 9:00集合
※雨天時は中止となることがあります。
- ▶集合場所：緒川地域センター 駐車場
(上小瀬1259)
- ▶開催場所：小舟地内 おがわ富士ハイキングコース
- ▶コース：希望のコースを選んでください
ショート：約3km(登山初心者教室)、
ミドル：約4km、ロング：約7km
- ▶対象：市内の小学3年生以上の人
(3・4年生は家族同伴が必要)
- ▶定員：60人程度 ※定員を超えた場合は抽選
- ▶参加費：1人500円(保険料、記念品代含む)
※当日徴収します。
- ▶持ち物：お弁当、飲み物、タオル、雨具など
- ▶申込方法：申込フォーム、電話、FAX
- ▶申込期限：11月16日(月)



申込 緒川支所 ☎56-2111 FAX56-2837
問 事務局 堀江 ☎090-7268-5962
本橋 ☎090-4078-0697



なでしこ健康講座

誰でも気軽に参加できる無料の健康講座です。
理学療法士や診療放射線技師が、健康づくりに役立つ体操や、生活に役立つ健康管理のお話を提供します。皆さんの参加をお待ちしています。

- ▶日時：11月11日(水) 13:30～14:30
- ▶場所：ささの湯(氷之沢3139)
- ▶内容：・「転倒予防体操」講師：常陸大宮済生会病院 理学療法士
・「画像でわかる体の中～放射線科の仕事～」講師：常陸大宮済生会病院 診療放射線技師

※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



ごぜんやままつり2026

今年も御前山地域センターで「ごぜんやままつり」を開催します。キャラクターイベントや地域団体によるステージ発表に加え、御前山出身のミュージシャン長山時盛さん(元新日鐵釜石ラグビー部主将)が出演します。そのほか、今回は地元産のさつまいもを使ったスイーツの販売など、御前山の魅力が満載です。皆さんのご来場をお待ちしています。



▲詳細

- ▶日時：11月8日(日) 9:30～15:00
- ▶場所：御前山地域センター敷地内(野口3195)

問 御前山支所 ☎55-2111



第17回国際交流フェスティバル

常陸大宮市国際交流協会では、今年も国際交流フェスティバルを開催します。ワークショップやステージ発表を通して、新しい出会いの輪を広げてみませんか。お昼には、キッチンカーなどの出店を予定しています。ぜひご参加ください。

- ▶日時：11月29日(日) 9:30～16:00(受付9:00)
- ▶場所：おおみやコミュニティセンター
(北町400-2)
- ▶内容：【午前の部】9:30～11:30 ワークショップ(茶の湯、習字、やさしい英語ヨガから選択)
※事前申込が必要です。
【午後の部】12:30～16:00 ステージ発表(オカリナ演奏、書道パフォーマンス、よさこい演舞など)
- ▶参加費：ワークショップのみ 茶の湯：500円
習字：200円 ※やさしい英語ヨガは無料です。
- ▶申込方法：申込フォームまたは電話
- ▶申込期限：11月16日(月)



申込・問 常陸大宮市国際交流協会事務局
(定住推進課内) ☎52-1111 内線123