

☎総和庁舎 Tel.92-3111  
📍古河庁舎 Tel.22-5111  
📍三和庁舎 Tel.76-1511  
🏥健康の駅 各課直通電話番号  
🏠古河福祉の森会館 Tel.48-6881～3

健康1UP(ワンアップ)教室  
【三和編】

●1回目・7月10日(火)  
場所 三和地域福祉センター  
内容 保健師・栄養士による講話「健診結果から自分の体を知ろう・血糖値について学ぼう」「健康づくりの食事のポイント・上手な糖質の取り方」  
●2回目・7月17日(火)  
場所 三和農村環境改善センター  
内容 運動①インナーマッスルを鍛えて基礎代謝をアップしよう  
●3回目・7月24日(火)  
場所 三和農村環境改善センター  
内容 運動②シェイプアップエアロビで気持ち良い汗を流そう  
【共通事項】  
時間 10時～12時  
対象 市内在住の30歳～74歳で、平成30年度に健康診断を受診し、全3回参加できる人  
定員 25人(多数抽選)  
費用 無料  
申込期限 6月22日(金)☎☎  
問 ☎健康づくり課

「古河市シニアボランティアポイント事業」登録講座

市内の介護保険施設や児童クラブ(登録施設)で活動してためたポイントを換金できる事業に参加するための講座です。  
日時 7月3日(火)10時～11時30分  
場所 健康の駅  
対象 市内在住の65歳以上  
※要支援・要介護認定者、総合事業対象者は除く。  
費用 無料  
持参物 筆記用具、認め印  
申込期限 6月26日(火)☎  
問 ☎高齢福祉課  
Tel.92・5838

30歳代からの  
お口の健康チェック

30歳代から40歳代で急増してくる歯周病。この機会にぜひ、お口の健康チェックをしてみませんか。4歳～14歳の子がいる申込者は、子どもと一緒にフッ化物洗口体験ができます。  
日時 7月1日(日)13時～  
※20分ごとの受け付け。検査は約

1時間。  
場所 健康の駅

対象 市内在住の30歳～64歳  
※子どもだけの申し込み不可。  
定員 70人(多数抽選)  
費用 300円  
※子どものフッ化物洗口は無料。  
内容 口腔機能検査(ガム検査)、唾液潜血反応検査(歯周病検査)、ブラッシング指導、歯科医師による結果説明および個別相談・フッ化物洗口体験  
申込期限 6月15日(金)☎☎  
問 ☎健康づくり課

介護支援講座  
健康寿命を延ばしましょう

骨や筋肉、関節の衰えにより「立つ」「歩く」といった動作が低下している状態をロコモティブシンドロームといいます。これらを予防し、いつまでも自立した生活が送れるように健康寿命を延ばす知識を学びます。  
日時 6月24日(日)10時～12時  
場所 介護老人保健施設まくらがの郷(東本町4・2・2)

定員 20人  
費用 無料

申込・問 介護老人保健施設まくらがの郷Tel.33・1234  
文化協会からのご案内  
■古河シティウインドオーケストラ定期演奏会  
日時 6月17日(日)13時30分  
場所 野木エニスホール  
内容 2部構成吹奏楽コンサート  
費用 一般900円、学生700円  
※前売りは200円引き。  
問 古河シティウインドオーケストラ担当…山崎  
Tel.090・4737・2105

■古河吹奏楽団定期演奏会

日時 7月8日(日)13時30分  
場所 野木エニスホール  
内容 2部構成吹奏楽コンサート  
費用 無料(入場券が必要)  
※6月8日～10日はスペースU古河で配布。12日以降はあくつ化粧品Tel.32・4108で配布。  
問 古河吹奏楽団(担当…はなぶさ)  
Tel.080・4449・0541

■第3級アマチュア無線資格取得講習会

日時 9月16日(日)  
8時30分～17時55分  
場所 ネーブルパーク研修センター「平成館」  
定員 32人(先着)  
対象 第4級アマチュア無線技士資格取得者(同等資格者も可)  
費用 1万2750円(無線従事者免許申請手数料を含む)  
申込・問 (一財)日本アマチュア無線振興協会(担当…狩野)に申し込み☎  
Tel.070・4805・3585



蓄音器による  
SPLレコード鑑賞会

日時 6月15日(金)①11時②14時  
〔約30分〕  
場所 古河文学館  
定員 30人程度  
費用 無料(展示室の見学には別途料金が必要です)  
曲目 「詩人の恋」曲・シューマン/詩・ハイネ  
申込・問 古河文学館  
Tel.21・1129

古河文学館テーマ展  
■永井路子 珠玉の短篇作品

期間 10月23日(火)まで  
時間 9時～17時(入館は16時30分まで)  
費用 大人200円、小中高生50円  
問 古河文学館Tel.21・1129

三和資料館スポーツ展示②

■英雄(ヒーロー)たちの物語  
〜義家・義経・正成・秀吉〜  
日時 7月1日(日)～16日(月)  
祝日10時～18時  
休館日 7月9日(月)  
費用 無料  
内容 館蔵資料の版本類を3回に分けて紹介。第2回目は「八幡太郎一代記」など英雄を主人公にした読本などを紹介します  
問 三和資料館Tel.75・1511

茨城県美術展覧会平成29年度  
古河市出品者作品展

市内在住・在勤または出身で、前年度の県展に出品した人の日本画、洋画、工芸美術、書、篆刻、写真の作品を展覧します。  
日時 6月23日(土)～8月19日

古河公方公園「ラベンダーグッズ作り教室」

公園で刈り取ったラベンダーを使ってオリジナルのブローチなど香る癒しグッズ作りを楽しんでみませんか。申し込みは不要です。  
期日 ①6月23日(土)②6月30日(土)〔両日とも雨天翌日〕  
時間 9時30分～11時30分  
場所 古河公方公園管理棟集合  
費用 1作品100円  
問 古河公方公園管理事務所  
Tel.47・1129

古河公方公園「植物観察会  
公園の夏を体験しよう」

草木の生命感あふれる夏を公園で感じてみませんか。春とは違う草花があなたを待っています。  
日時 7月14日(土)  
9時30分～12時「雨天決行」

古河市国際交流協会  
創立10周年記念講演会

日時 7月8日(日)13時30分～15時  
場所 とねミドリ館  
費用 無料  
内容 共に学び、共に楽しむ、共笑な毎日をめざして  
講師 にしゃんた氏(羽衣国際大 学教授)  
主催 古河市国際交流協会  
問 ☎企画課

議場コンサート  
〜議場で素敵なひとときを〜

日時 6月12日(火)  
10時～10時50分〔予定〕  
場所 古河庁舎3階議場  
演奏者 琴伝流琴静会ベルフラワーズ(大正琴)、にこっとすまい(二胡)  
定員 62人(先着) 費用 無料  
問 ☎議会事務局