

イベント・催し

歴史ボランティア

養成講座



▼石岡の歴史・史跡に興味があり、ガイド活動ができる人を募集します。ガイドの心構えや歴史について養成講座で学びますので、事前の知識がなくても大丈夫です。

歴史の宝庫である石岡で、歴史を知り、伝える楽しみを味わいましょう。

日時／12月15・22日(困・全

2回)午前9時30分～正午

場所／常陸風土記の丘研修室

募集期間／12月1日(困)～9日

(金)に住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、はがき

または電話で申し込み

※詳細については、市役所・図書館に置いてあるチラシをご確認ください。

関文化振興課

(内線1457)

県南地域イベント情報

取手市たこあげ大会



▼お正月の風物詩として半世紀以上続く歴史ある行事です。子供も大人も、のびのびと自由に、思いきりたこあげができる大会としてスタートし、全国のたこ作り愛好家参加します。

日時／令和5年1月14日(土)

午前9時30分～

内容／たこづくり教室、手作りだこによるたこあげコンクール

関取手市産業振興課

TEL 0297-74-2141

医療コラム

日常生活の身近な疾患などについて地域の医師にお話を伺います。今月のテーマ「ヒートショック」

ヒートショックとは？

急激な温度変化などによる血圧の変動によって体に負担がかかる現象です。

藤井先生のアドバイス

ヒートショックで危険な状態にならないためには、寒い日に入浴する時は、お風呂場や脱衣所を前もって暖かくしておいてから入るようにしましょう。また、いきなり浴槽に入らないで、手足にかけ湯をしてから、ゆっくり入るようところがけましょう。

入浴時以外にも急に冷え込んだ早朝に、暖か

藤井内科クリニック
院長 藤井茂樹 先生



い寝床から寒気の屋外へ出て、ウォーキングや犬の散歩をしている際にも起こりやすく、冬場は外の気温が上がってから暖かい服装をして外出してください。

寒い日の朝のゴミ出し、洗濯物干し、農作業なども暖かいところから寒気の屋外へ出ること急激に血圧が上がり、脳卒中や心筋梗塞などの突然死の原因にもなります。不幸な状態にならないためにも、冬場は特に朝夕の血圧の管理を行い、体調管理を十分に行うことでヒートショックを防ぎましょう。

広告掲載欄



ジオパークを食べて楽しもう 筑波山地域ジオパーク認定商品

圏文化振興課 TEL 43-1111



▲認定商品について
詳しくはこちらから

三宝園

三宝園は柿を中心に、りんごやみかん、ぶどうなど様々な果物を栽培・販売している観光果樹園です。ジオパーク認定商品として指定されている柿とりんごのドライフルーツは、石岡市で栽培された果物を使用し、加工もすべて自社で行っています。そのため添加物は使用しておらず、果物の甘味を生かした優しい味わいのドライフルーツとなっています。

園主の瀬尾さんは「季節を選ばず、1年中楽しむことができるドライフルーツは、完熟果実を使用しているため甘味が凝縮されています」と商品の特徴を話してくれました。

【概要】三宝園

住所：小幡十三塚 1765-11

電話：42-3935



▲左から三宝園の瀬尾栄一さん、瀬尾美江子さん



▲柿やりんごなどの果物狩りを
楽しむことができます。

／三宝園のジオパーク認定商品はこちら／



今月号の読者プレゼント

ドライフルーツ

果物栽培に適している八郷地区の地形を生かし、丁寧に栽培された柿とりんごのドライフルーツです。

▶三宝園をはじめ、やさ温泉ゆりの郷物産館で販売を行っています。

まちかど情報センターニュース

●ハンドメイド展

日時：12月10日(日)～20日(金)正午まで

※手作り体験も同時開催予定

●まちかどハンドメイドワークショップ

日時：12月3日(日)・11日(日)

午前10時～午後3時

参加費：1作品300円～1000円

※詳細はこちらからご確認ください▶



●わんにゃんキッズ (育児サークル)

日時：12月13日(日) 午前10時30分～

対象：未就園児 (0～4歳)

●パソコン教室「仲間とワハハで脳活OK」

日時：12月5日・19日(日)

①午前10時～正午 ②午後1時～3時

③午後3時～5時

資料代：500円

●第サン・ド曜日の市「サンド市」

日時：12月17日(日) 午前11時～午後3時

●12月のコミュニティ

①まちかどバザール (毎月第1水曜日)

日時：12月7日(日) 午前10時～

②折り紙教室

日時：12月24日(日) 午後1時30分～3時

圏まちかど情報センター (木曜休館)

住所：国府3-1-16 電話：27-5171

開館時間：午前9時～午後7時

※状況によって変更・中止または休館になる場合があります。

年末年始の休館日

12月28日(日)～令和5年1月5日(日)