



キノコ収穫祭&東部台 marché

東部台地区コミュニティ推進協議会で取り組むキノコ栽培※の集大成！秋の収穫をお祝いするイベントを開催します！（※市の「元気な森づくり事業」の支援を受けています。）



11月21日（土）
午前9時～午後1時

場所：東部台コミュニティセンター

内容

- 式典
- 東部台マルシェ（体験・飲食・物販ブース）
- キノコ汁と赤飯の配布（調理室にて配布予定）
- ステージ発表（東中科学部、東高書道部、ダンス）

※内容は変更になる可能性もあります。詳細は後日配布予定のチラシをご覧ください。

東部台地区コミュニティ推進協議会(東部台コミュニティセンター内) ☎64-6421



骨太クッキング教室 参加者募集！

募集

普段の食事で過剰栄養や栄養不足になっていませんか？栄養バランスの良いカルシウムたっぷりの料理を一緒に作りましょう！

■日 時 10月29日（木）午前9時30～正午頃

■場 所 東部台コミセン 調理室

■内 容 骨を強くするカルシウムたっぷりの料理作り&試食

■講 師 食生活改善推進員会東部台支部

■対象者 市内在住の方 ■定 員 16人

■持ち物 参加費300円、エプロン、頭おおい、マスク

■申 込 右上の二次元コードから。または東部台コミセンへお電話。

■申込期限 10月21日（水）まで（先着順、定員になり次第締切）

東部台コミュニティセンター ☎64-6421



お申込みは
こちらへ



奉仕作業 ありがとうございました

9月13日（日）に緑町緑ふれあいクラブと幸町2丁目寿幸会の皆さんが、敬老会開催に向けてコミセン敷地内の草刈りや樹木の剪定作業をしてくださいました。早朝よりありがとうございました。

すっきりしました！



スマホ教室 参加者募集中

募集

■日 時 10月20日（火）

午前9時30分～11時30分

※講師と1対1。1人30分制。

■場 所 東部台コミセン 視聴覚室

■講 師 EKE FAST

■対象者 市内在住の方

■持ち物 スマホ、メモ帳、筆記用具

■内 容 スマホの使い方の個別相談

■申 込 下の二次元コードから。

または東部台コミセンへお電話。

申込時に相談内容とスマホの種類
(iPhone・Android)をお伺いします



■申込期限 10月13日（火）まで
(※定員になり次第締切)

東部台コミュニティセンター☎64-6421

スマホひとつで乗れるバス「ポポカ」の乗り方説明会の開催

11月4日（水）から運行を開始する「ポポカ」の乗り方説明会を開催します。

■日時・会場

どなたでもご参加いただけますので、ぜひお越しください。

日 時	会 場
①10月27日（火）午前10時～11時30分	菊沢コミュニティセンター
②10月28日（水）午前10時～11時30分	市民情報センター
③10月29日（木）午前10時～11時30分	東部台コミュニティセンター

■内容 「ポポカ」の乗り方説明、利用者登録、スマホ呼出し練習

※スマホをお持ちの方はご持参ください

■申込 10月20日（火）までに生活課へ（二次元コードまたは電話）

生活課交通政策係 ☎63-2163

※申込なしで当日参加も可
(申込者優先)



10月の市民課休日窓口の開設

第2日曜日の11日は、鹿沼秋まつり開催に伴い、窓口は開設しません。ご注意ください。

窓口開設日	開設時間
10月25日(日)	午前8時30分～正午

※パスポートは受け取りのみです。

※受付が午前11時30分までのお手続きがあります。

※内容によって、取り扱いできないものもあります。市ホームページをご確認しご来庁ください。

市民課市民サービス係 ☎63-2121

「虚無僧と歩く鹿沼五弁天」 参加者募集！

募集

虚無僧(こむそう)が奏でる尺八の調べとともに鹿沼旧市街地の弁天様を巡ります。

■日時 11月8日(日)
午前9時30分～正午(小雨決行)

■集合場所 まちの駅 新・鹿沼宿

■対象 どなたでも(小学生以下保護者同伴)

■定員 30人(先着順)

■持ち物 飲物、歩きやすい服装

■申込 11月5日(木)までに電話で。

■問い合わせ かめま観光ボランティア

「鹿の会」(関口) ☎090-5209-7902

参加無料

いい汗かこう！ふれあいスポーツ

■からだメンテナンス運動教室 赤羽根きよ美先生
日時：第1,2火曜、第3,4水曜 午後4時～5時
会場：東部台コミセン講堂

■ヨガ教室 川嶋 陽子先生

日時：毎週火曜 午後7時30分～
会場：東部台コミセン作法室

持ち物：体育館シューズ、運動着、タオル、飲み物、
床に敷くマット(バスタオル等)

申込：当日直接会場へお越しください。

TKCいちごアリーナ ☎72-1300

料金は300円
(両部門共通)

エコライフフェア in クリーンセンター 開催！！

「クリーンセンターについて知ってもらう」

「ごみの分別や3Rへの意識向上を図る」を

テーマに、イベントを開催します！

「クリーンセンター施設見学」をはじめ、各企業・団体によるさまざまなブースが登場します。電気自動車展示やソーラートレインなど、楽しみながら環境について学べる企画をご用意しています。

カルビラーメンやチョコバナナなどの飲食販売をはじめ、環境クイズや、豪華景品が当たる大抽選会など、子どもから大人まで楽しめる企画も盛りだくさん！さらに、もったいないアイテムをお持ちいただいた方には、プレゼントをお渡しします

環境について楽しく学びながら、クリーンセンターをもっと身近に感じてみませんか？ご家族や友達と一緒に、ぜひ遊びにお越しください。

皆さまのご来場を、心よりお待ちしております！

【エコライフフェア】

■日時 11月8日(日)
午前10時～午後2時30分

■場所 鹿沼市環境クリーンセンター
(上殿町695-7)

環境政策課環境政策係 ☎64-3276

詳細は
こちらから！



親子ハートフルクラブ

ハートフルクラブは、お子さんの発達の事や家庭でのしつけなどを相談できる0歳児からの親子のためのおしゃべりサロンです。身長・体重を測定しますので母子手帳をご持参の上、自由な時間に直接お越しください。お散歩のついでなどお気軽にお越しください。

■日時 10月21日(水) 午前10時～正午

■場所 東部台コミセン 作法室

■主催 東部台子育てはぐくみ隊

東部台コミュニティセンター ☎64-6421

後援：鹿沼市
教育委員会

オーラルフレイル改善 集団歯科健診を受診しませんか

「むせる」「固いものが食べにくい」…そんなお悩みはありませんか？舌圧測定をはじめ、歯科健診、噛む力などの口腔機能の評価を総合的にを行い「お口の健康状態」をチェックします。

さらに！個別・集団歯科健診受診者、そのご家族の方限定！
「鹿沼市オーラルフレイル講習会 ―健口習慣がもたらす健康長寿の秘訣―」にぜひご参加ください！

【集団歯科健診】 舌圧測定は、当健診ならではの特別な測定です！

■日時 10月29日(木)、11月12日(木)

受付時間：午後1時30分～3時30分

■対象 今年度76歳になる人 混雑防止のため、時間指定あり

前年度集団歯科健診受診者で今年度77歳になる人

■定員 各回40人(先着順)

【オーラルフレイル講習会】

■日時 11月29日(日) 午後1時30分～3時30分

■対象 個別・集団歯科健診受診者、そのご家族、ご友人

■定員 100人(先着順)

【共通事項】

■場所 市民情報センター

■参加料 無料(健診費用は補助します)

■申込 保険年金課へ電話(定員になり次第締切)

保険年金課 保健事業係 ☎63-2246



緑化・森林愛護コンクール 展示会開催のお知らせ

「森林とわたし」をテーマに緑化・森林愛護をはじめ、森林のはたらきや木材の利用の大切さ等を訴える秀作を展示いたします。ぜひご覧ください。

■期間 11月6日(金)～11月19日(木)

■時間 午前8時30分から午後9時まで

※最終日のみ午後3時までとなります。

■場所 市民情報センター1階エントランスホール

鹿沼市緑化推進委員会(林政課内) ☎63-2186

