



～夏季限定～ 穂積家住宅カフェ『高萩茶寮』オープン

今夏、高萩市の夏の観光スポットとして、穂積家住宅カフェ「高萩茶寮」がオープンします。

監修は、昨秋の穂積家住宅レストラン「高萩茶寮」をプロデュースした、東京銀座「六雁」の総料理長秋山 能久氏。高萩茶寮では、夏季限定メニューとして高萩市でしか味わえない、「花貫フルーツほおずき」や「常陸大黒」など、地域ブランド品を使用した甘味をご賞味いただけます。

是非、この機会に高萩市の食資源や古民家などの地域資源と東京銀座「六雁」とのコラボレーションをお楽しみください。

営業期間	7月21日(土)～9月2日(日)※定休日 毎週月曜日
営業時間	11:00～16:00 (ラストオーダー 15:30)
場所	穂積家住宅 (上手綱 2337-1 番地)
メニュー	【かき氷】 ・抹茶あずき 高萩産花豆 常陸大黒を添えて 850円 ・ほうじ茶 花貫フルーツほおずきソースを添えて 850円 ・いちご・ベリー 高萩産フレッシュフルーツを添えて 800円 ※3種とも +100円で練乳エスプーマトッピング 【ソフトクリーム】 ・高萩ソフトクリーム 350円 ・バニラソフトクリーム 200円 ほか
電話番号	☎050-5239-7924 (高萩茶寮直通) ※営業日の11:00～16:00のみ対応 (予約不可) ※お問い合わせ電話番号は、7月21日(土)からご利用いただけます。

○問合せ 地方創生課 ☎23-2127

めざせ独立開業！「高萩起業塾」開催

これから創業を考えている人、又は創業したばかりの人などを対象にした起業塾です。

日時	①8月19日(日) ②26日(日) ③9月2日(日) ④9日(日) ⑤15日(土) 各日 10:00～16:00 ※①8/19は 13:00～16:00、③9/2は 10:30～15:00
場所	高萩市商工会館 (高萩市下手綱 2000 番地)
講座概要	①創業に向けての心構えと成功のポイント ②ビジネスプランの作成Ⅰ ③創業前に知っておきたい基礎知識 ④ビジネスプランの作成Ⅱ ⑤ビジネスプランの作成Ⅲ
講師	阿内 利之(中小企業診断士・社会保険労務士)、谷川 由紀子(司法書士)、 大部 忠則(税理士)、北澤 孝志(株)日本政策金融公庫日立支店 融資課長)
受講料	受講料 4,000円(税込)

○申込み・問合せ 高萩市商工会 ☎22-2501

8月は「農地パトロール強化月間」です！

農業委員会では、荒廃農地の把握や違反転用の早期発見・発生防止等を図るため、農地法に基づく農地パトロール（利用状況調査）を実施いたします。

調査のため、農地へ立ち入る場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。



○問合せ 農業委員会事務局 ☎ 23-7319

「第22回高萩市統計グラフ作品展」作品募集！

身の回りの出来事や興味のあることをテーマに、統計グラフを作成してみませんか？

統計グラフを作ることで、新たな発見があるかもしれません。

対 象	市内在学の小・中学生
内 容	テーマを決め、観察や調査した結果をグラフ化（小学5年生以上は、既存統計結果の利用も可能）
提 出 先	作品は、各小・中学校へ提出
そ の 他	8月には統計グラフ作品展（文化会館に展示）を開催します。（参加者全員に参加賞あり） ・優秀作品は、茨城県統計グラフコンクールへ応募されます。 （茨城県統計グラフコンクールでは、高校生以上一般の方の作品も募集しています。）

○問合せ 高萩市統計協会事務局（総務課） ☎ 23-2119

「マイトレ教室」参加者募集

生活習慣病予防に効果的な運動について、正しい知識を身につけて、運動を実践していただく教室です。専門の講師が個人の状態に応じた継続しやすい運動を教えてください。

次の項目に一つでも当てはまる人は、ぜひ参加してください。



- | | |
|---|---|
| ☐ 運動不足である。 | ☐ 最近のお腹まわりが気になる。 |
| ☐ 運動の大切さは分かっていても、なかなか運動できない。 | ☐ 自分でもできる簡単な運動を見つけたい。 |
| ☐ 一人だと、なかなか運動が続かない。 | ☐ 健診の結果、血液検査等で異常値が出はじめた。 |
| ☐ いつまでも素敵な女性でいたい。 | ☐ いつまでもカッコいい男性でいたい。 |

対 象	40歳以上64歳以下（平成31年3月31日現在）の市民で、医師から運動を禁止されていない人
日 時	①8月24日 ②9月14日 ③9月28日 ④10月12日 ⑤10月26日 ⑥11月9日 ⑦12月7日 ⑧平成31年1月11日 ⑨1月25日 ⑩2月8日 ⑪2月22日 いずれも金曜 18:30～20:00（受付 18:00～）【全11回コース ※毎回内容が変わります。】
場 所	高萩市総合福祉センター1階 集団健診室
申 込 期 間	7月20日（金）～8月17日（金）
定 員	30名（先着順。続けて参加できる人を優先させていただきます。）
講 師	所 圭吾 先生（理学療法士、健康運動指導士）
内 容	講義と実技
持 ち 物	筆記用具、運動ができる服装、タオル、飲み物
参 加 費	無料
そ の 他	教室の評価のために、アンケート等へのご協力をお願いすることがあります。



講師 所 圭吾 先生

○申込み・問合せ 健康づくり課 ☎ 24-2121