



時=日時 場=場所 対=対象 内=内容
費=費用 定=定員 申=申込・問合せ
詳細は各団体等に問い合わせください。

おおひらスキー (スノボー) スクール

時1月31日(土)~2月1日(日) 場山形県蔵王温泉スキー場 対小学生以上
(小学生は保護者同伴) 定40人(先着順) 費一般18,000円、小学生16,000円
(バス代、宿泊代、指導料、保険料含む)(リフト代別) 内公認指導員が講習会を実施します。

第14回都賀綱引き大会参加チーム募集

時2月15日(日)8時~12時 場都賀中学校体育館 対市内在住、在勤の成人
(1チーム最低9名必要) ※チームより1名の大会協力員をお願いします。
市内企業の参加を、お待ちしております。 費1チーム1,000円 申平成27年1月15日(木)までに申し込み。

第65回県南五市対抗親善駅伝競走大会

1月12日(月) 小山市立文化センター西側(スタート)から、足利市陸上競技場(ゴール)までの計10区間で開催されます。

本市においても、栃木市A、Bの2チームが参加します。沿道では、選手への暖かい応援をお願いいたします。

内《中継所通過予定時刻》スタート(10時)~巴波川浄化センター野球場入口(10時23分)~大坂屋運送(10時35分)~おおひら歴史民俗資料館前(10時53分)~ゴール(12時22分) 本スポーツ振興課(25)0930

第56回栃木県都市町対抗駅伝競走大会

県内有数の規模と歴史を誇る駅伝大会が、県庁(宇都宮市)~栃木市総合運動公園陸上競技場を往復するコースで開催されます。

また、同日、市総合運動公園内では第7回栃木県小学生駅伝競走大会(10時スタート)が開催されます。

◆日時 1月25日(日)雨天決行

◆場所 栃木県庁~栃木市総合運動公園陸上競技場

※大会当日は、ランナーや大会関係車両の通行により一時的に道路が混雑することが予想されますので、ご注意ください。

◆時間等 往路スタート 10時 県庁 復路スタート 12時30分 本スポーツ振興課(25)0930

お口ピカピカ健口教室

~カラダ元気はお口から~

歯科医師の講演や、歯科衛生士による正しいお口のケアについてアドバイスします。

岩舟

◆場所 岩舟健康福祉センター(遊楽々館)
◆日時 1月15日(木) 14時~15時30分
◆対象 20歳以上の市民
◆定員 30人(先着順)
◆参加費 無料
◆問合せ・申込 岩健康福祉課 (55)7781

藤岡

◆場所 藤岡健康福祉センター(藤岡町赤麻)
◆日時 2月19日(木) 14時~16時
◆対象 20歳以上の市民
◆定員 30人(先着順)
◆参加費 無料
◆問合せ・申込 藤健康福祉課 (62)0904

都賀・西方

◆場所 都賀保健センター
◆日時 1月28日(水) 14時~15時30分(受付13時45分~)
◆対象 20歳以上の市民
◆定員 50人(先着順)
◆参加費 無料
◆問合せ・申込 都健康福祉課 (29)1103 西健康福祉課 (92)0311

ウイング栃木 第3期定期講座

◆時間 19時~21時
◆場所 栃木勤労青少年ホーム内(日ノ出町)
◆対象 市内在住か在勤のおおむね35歳以下の方
◆受講料 無料

◆申込・問合せ 1月5日(月)から教材費を添えて勤労青少年ホーム(22)3113へ直接申込み。
◆開館時間 月~金曜日/13時~21時 土曜日/17時~21時(日曜、祝日は休館)

Table with columns: 曜日, 講座名, 講師名, 定員, 教材費, 期間, 回数. Rows include エアロビクス, バドミントン, ビューティーヨガ, ソフトバレーボール, 楽しい料理, ズンバ, ベリーダンス, フラダンス.

みんなの伝言板

市民活動やシルバー人材センター、社会福祉協議会、県などから依頼された記事を掲載するコーナーです。

時=日時 場=場所 対=対象 内=内容 講=講師 担=担当医師 費=費用 定=定員 持=持物 申=申込み 問=問合せ

介護相談のお知らせ

時1月11日(日)10時~16時 場特別養護老人ホームまろにえ四季の里(大宮町) 対どなたでも 費無料 内介護保険、介護施設の利用や認知症など介護に関する相談 問特別養護老人ホームまろにえ四季の里(27)8501

シルバー人材センター入会説明会

時1月14日(水)13時30分~ 場栃木保健福祉センター(今泉町2丁目) 対市内在住で働く意欲のある60歳以上の方 問お住まいの

地域の事業所へ▽栃木事務局(23)4165
▽藤岡事業所(62)1534▽都賀事業所(27)8812▽大平事業所(43)0155▽西方事業所(92)8390▽岩舟事業所(55)8358

シルバー人材センター刃物研ぎ

時1月22日(木)9時~12時(申込は11時30分まで) 場栃木保健福祉センター西側シルバーセンター作業所前(今泉町2丁目) 費包丁類300円~・刈込はさみ500円~・修理100円 問シルバー人材センター 栃木事務局(23)4165

1玉で編めるフリルマフラー作り

時1月19日(月)10時~12時 場栃木市民会館(日ノ出町) 対どなたでも 定15人 費850円 申前日まで 内棒針を使って簡単なマフラー作りをします。 問生涯学習人材バンク 講師(須藤) (23)7190

ボランティア入門 あらかると講座

時①1月26日(月)「パソコン要約筆記ってなあに」②2月2日(月)「ボランティア活動とは」③④「はじめての朗読ボランティア」、「知的障がい理解」(2月開催予定) ※いずれも10時~12時 場栃木保健福祉センター(今泉町2丁目) 定各回20人(複数の受講可) 費無料 申12月25日(木)より電話または直接 内ボランティアの一步となるようなきっかけづくりを体験する講座。いろいろな体験で、興味のあることが見つかりま

す。 問栃木市社会福祉協議会(22)4457

小山高専吹奏楽部第40回定期演奏会

時1月24日(土)13時30分開場14時開演 場栃木文化会館大ホール(旭町) 費無料 内ライニキー作曲「ここに鶯は舞い上がる」、リード作曲「小組曲」他 問小山高専吹奏楽部(山本) (0285)20-2182(柴田教員室)

栃木県立学悠館高等学校説明会

時1月28日(水)14時~ 場栃木県立学悠館高等学校(沼和田町) 対入学・転入学・編入学希望者、保護者等 申前日までにFAXか電話 問栃木県立学悠館高等学校(20)7073 FAX24-9299

平成26年度 人権講演会

時1月29日(木)14時~15時30分 場栃木保健福祉センター(今泉町2丁目) 定80人(先着順) 費無料 申1月5日(月)~1月21日(水)電話または直接 問高田美保氏(一般社団法人社会福祉士事務所)にじみる理事) 内テーマ「高齢者虐待防止について」 問栃木市社会福祉協議会(22)4457

聞こえの悩み・補聴器・人工内耳の講演と相談会

時1月31日(土)10時~15時(講演:受付は、10時~10時30分、相談会:受付は14時まで) 場岩舟健康福祉センター遊楽々館

(岩舟町三谷) 問聞こえの悩みを持つ方 費無料 内補聴器や人工内耳の装用を検討されている方・関心がある方、難聴や聞こえの事で悩みをお持ちの方が対象の講演・相談会。相談はコミュニケーションに配慮しますので、聞こえない方でも安心して参加ください。 問栃木県中途失聴・難聴者協会(0285)51-1325

栃木しもつかれフォーラム

○しもつかれ作り料理講習会 時1月31日(土)13時30分~16時 定25人(先着順) 費500円 持エプロン、三角巾
○しもつかれの試食交流会 時2月1日(日)12時45分~15時 費500円 持Myはし 定50人(先着順) ※自作しもつかれ提供者募集

☆共通事項

場栃木保健福祉センター(今泉町2丁目) 問市食生活改善推進団体連絡協議会 しもつかれん(20)7131(くらら内)

こころの健康教室

~アルコール使用障害編~ 時2月6日(金)14時~16時 場下都賀庁舎(神田町) 対どなたでも 定60人 費無料 申1月30日(金)まで 内テーマ「その飲み方は大丈夫?お酒にのまれるその前に」 問国立病院機構久里浜医療センター副院長松下幸生氏 問栃木県栃木健康福祉センター(22)4121

謹賀新年 人間国宝、物故作家、有名・人気作家、その他多数取り扱っております。また、作家の個展を随時開催しております。(現代作家・物故作家陶磁器・掛軸・絵画・竹芸その他買取致します。) ぎやらりい ぜん株式会社 TEL.0282-25-0017 FAX.0282-20-3217

http://fortune-circle.com/ 訪問看護 Fortune Circle 0282-25-7010 緊急時24時間対応 保険外対応 介護保険・医療保険

かたづけ屋☆栃木 です! あなたの家は、深呼吸してますか? ☆家屋の一般廃棄 (テーブル、家具、衣服、家電など)の処理 栃木市指定第19号 一般廃棄物処理業 (株)Cri-Kai 栃木市宮町55-1 TEL 0282-30-1632 FAX 0282-31-2870 E-mail cri-kai@cc9.ne.jp