

# 令和4年度 岩舟公民館講座 受講生募集!

## いきいき教室

- 対象 市内在住で60歳以上の方
- 会場 岩舟地域内3校
- 時間 午前10時～11時30分
- 教材費 無料

いきいき教室の講座生として登録していただいた方に、各講座ごとのご案内をお送りします。参加して、いきいきとした生活を送りましょう!



内 容	岩舟校	小野寺校	静和校
① グラウンドゴルフ ～軽い運動で気分もさわやか～ 講師 岩舟グラウンドゴルフ協会	5月10日(火)	5月24日(火)	4月26日(火)
	10月4日(火)	10月18日(火)	10月11日(火)
② 健康な生活を送るために ～毎日元気で楽しく過ごしましょう～ 講師 日本赤十字社栃木県支部主任指導員	6月17日(金) 岩舟公民館において、三校合同開催です。		
③ 「昔語り」を聴きましょう ～岩舟に伝わる話 等々～ 講師 間中一代氏	7月7日(木) ※岩舟公民館で岩舟校・小野寺校合同開催		7月14日(木)
④ フォークソングを歌いましょう ～青春時代に想いを馳せて～ 講師 川島宗竹氏	9月6日(火)	9月27日(火)	9月13日(火)
⑤ エレクトーンコンサート ～青春時代に想いを馳せて～ 講師 強口 圭子氏	11月22日(火) ※岩舟公民館で岩舟校・小野寺校合同開催		11月8日(火)

## ゴルフ教室(入門編) ～ ゴルフを楽しく習ってみませんか! ～

- 期 日 6月15日(水)、22日(水)、29日(水)、7月6日(水)、13日(水) 全5回
- 会 場 三和ゴルフ練習場(岩舟町)
- 時 間 【午前の部】10時30分～正午 【午後の部】1時30分～3時00分
- 講 師 日本女子プロゴルフ協会員 大竹康子氏(唐沢ゴルフ倶楽部所属)
- 受講料 1,500円(5回分) ※練習代等は別途実費
- 定 員 12名(午前の部6名、午後の部6名)
- 持ち物 用具は各自ご用意ください。お持ちでない方には、貸しクラブがあります。



## ～ 今から取り組もう! 防災講座 ～ [ 藤岡公民館・岩舟公民館合同 ]

- 期 日 7月8日(金)、15日(金)、29日(金)
- 会 場 岩舟公民館で行います
- 時 間 午前10時30分～11時50分
- 講 師 明治安田生命保険相互会社宇都宮支社  
松村康博氏
- 受講料 無料
- 定 員 20名(岩舟公民館受付分)



- ・最近注目されている「在宅避難」のポイントについてのお話です。
- ・いつ起こるかかわからない地震に備えて、自身や家族を守る防災の基礎知識を身につけていきます。

## スマホ講座

### 「スマホのきほん講座 ～スマホの基礎知識・使い方を学びましょう～」

- 期 日 11月4日(金)、11月11日(金) 全2回
- 会 場 岩舟公民館(講義室)
- 時 間 【午前の部】午前10時00分～正午 【午後の部】午後1時30分～3時30分
- 講 師 パソコンじゅく自治医大駅前教室長 加島 久子 氏
- 受講料 無料 ○ 持ち物 ご自分のスマホをご用意ください。
- 定 員 20名(午前の部10名、午後の部10名)

※お申込み時に、お使いのスマホの種類(アイフォン、アンドロイド、らくらくスマホ)をお知らせください。



## 美と健康アップにチャレンジ2022

- 期 日 11月14日(月)、21日(月)、28日(月)、12月5日(月)  
12月12日(月)、19日(月) 全6回
- 会 場 静和地区公民館(大会議室)
- 時 間 午前10時00分～11時30分
- 講 師 健康運動指導士 間中 浩子 氏
- 受講料 無料 ○ 定員 20名

### 【準備するもの】

運動靴、タオル、飲み物、ヨガマット



## 食をテーマにした講演会

[ 大平公民館・藤岡公民館・岩舟公民館合同 ]

### ～ 楽しく食べて健康に ～

- 期 日 11月24日(木)
- 会 場 大平公民館(2階第1会議室・第2会議室)
- 時 間 午後2時00分～4時00分 ○ 講 師 キューピー社員
- 受講料 無料 ○ 定 員 60名(岩舟公民館募集20名)



## 寄せ植え講座 ～ ミニシクラメンを使って ～

- 期 日 11月30日(水)
- 会 場 岩舟公民館
- 時 間 午前10時00分～11時30分 ○ 講 師 とちぎ花センター
- 受講料 1500円 ○ 定 員 20名



## 音楽を楽しもう ～ フルートとピアノ ～

[ 藤岡公民館・岩舟公民館合同 ]

- 期 日 12月4日(日)
- 会 場 岩舟文化会館(中ホール)
- 時 間 午後2時00分～3時30分
- 講 師 足利短期大学講師 高橋由起 氏(フルート奏者) ※栃木市魅力発信特使  
平田 侑 氏(ピアノ奏者)
- 受講料 無料 ○ 定 員 160名(岩舟公民館募集80名)



### 【申込み受付開始】

令和4年6月2日(木) AM 9:00 ～

電話にて、お申込みください。(平日 AM 9:00 ～ PM 5:15)

☎ 0282-55-2500 (岩舟公民館)

※ 定員のある講座は、先着順となります。(市内在住・在勤の方)