

**令和4年度とちぎ文化講座受講生募集**

市の歴史や文化を様々な角度から学び、栃木の魅力を再発見してみませんか？  
**日時・内容** 左表のとおり  
 ※詳細は文化課窓口またはホームページへ

日時	講座名/講師
8/18(木) 14時～16時	とちぎの文学入門～文学館ってどんなところ？～/栃木市立文学館 学芸員
8/25(木) 14時～16時	とちぎの文豪、山本有三～あなたの知らない山本有三～/山本有三記念会 会長 大塚幸一氏
9/1(木) 14時～16時	西方城～成り立ちから現在、そして未来へ～/栃木市文化大使 (栃木市文化財保護審議会 会長) 初山孝行氏
9/15(木) 14時～16時	二条城～発掘調査から見えてきた姿～/とちぎ未来づくり財団埋蔵文化財センター 中村享史氏
9/25(日) 13時～17時	【公開講座(無料)】西方城址・二条城跡シンポジウム～ここまでわかった西方城、二条城～/公益財団法人東京都歴史文化財団江戸東京博物館学芸員 齋藤慎一氏 栃木市文化大使 (宇都宮短期大学教授) 江田都夫氏
12/1(木) 14時～16時	とちぎの美術入門～美術館ってどんなところ？～/栃木市立美術館 学芸員
12/8(木) 14時～16時	とちぎの美術ものがたり～開館記念展 明日につながる物語～/栃木市立美術館 学芸員
1/15(日) 14時～16時	【公開講座(無料)】とちぎの美術ものがたり～とちぎの近代美術～/栃木市文化大使 (栃木市立美術館 館長) 杉村浩哉氏

**場所** キョクトウとちぎ蔵の街

サービス、「緩和した基準による通所型サービス」に従事可能になります。

**日程** 8月2日(火)、5日(金)、8日(月)、12日(金)、16日(火)、19日(金)、9月14日(水)その他訪問介護同行(3時間)あり、計24時間  
**場所** 地域密着型特別養護老人ホーム蔵の街ひまわり 研修室(城内町2丁目)ほか  
**対象** 市内在住のおおむね30歳以上の方で介護に興味のある方  
**募集期間** 6月20日(月)～7月20日(水)  
**定員** 5人(先着順)  
**費用** 2,000円  
**申込** 問合先へ電話または所定の申込書(高齢介護課窓口または市ホームページからのダウンロード)をFAXで提出  
**問** あったかネットとちぎ ☎(21)8488 FAX(21)8487  
**いきいき元氣教室**  
**日時** 7月12日(火) 13時15分～14時15分  
**場所** 栃木市老人福祉センター 泉寿園(今泉町1丁目)  
**対象** 栃木県内在住の方 おおむね65歳以上の方  
**内容** 高齢者を対象とした健康講座(全6回)

**集まれ！未来のリケジョ 理工系チャレンジ講座**

理工系への関心や興味を持ってもらうための楽しい講座です。おしゃべり女子に人気の練り香水を作ってみませんか！  
**日時** 8月9日(火) 10時～11時30分  
**場所** キョクトウとちぎ蔵の街 楽習館 大交流室(栃木市市民交流センター/入舟町)  
**講師** 帝京大学理工学部 准教授 平澤 孝枝さん  
**入場料** 無料  
**対象** 市内在住の小学5年生～中学生の女子(保護者も参加可)  
**定員** 20人(先着順)  
**申込** 問合先へ電話またはホームページへ

楽習館(栃木市市民交流センター/入舟町)  
 公開講座(9月25日・1月15日)のみ、とちぎ岩下の新生姜ホール(栃木文化会館/旭町)  
**対象** 市内在住・在勤・在学の方  
**定員** 60人(先着順)  
**費用** 1,200円  
**申込** 7月20日(水)～29日(金) 8時30分～17時に受講料を添えて直接、問合先へ(土日を除く)※期間中、電話での仮予約も受付ます(期限までに申込)  
**問** 文化課 ☎(21)2495

**ゆったり～な教室講座一覧**

教室名	期間・曜日	時間	対象	定員	参加料
からだほぐし&リラクゼーション教室	9月5日～9月26日(月)全4回 ※8月22日、29日は無料体験会	19時～19時45分	16歳以上	12人	3,000円
ビギナーヨガ教室	7月26日～9月20日(火)全8回 ※8月16日休み ※7月19日は無料体験会	19時～19時45分	16歳以上	20人	6,000円
気軽にかんたんエアロビクス教室	8月10日～9月28日(水)全5回 ※8月3日、17日、24日、9月21日休み ※7月27日は無料体験会	10時15分～11時	16歳以上	25人	3,750円
60歳からはじめてエクササイズ教室	7月27日～9月28日(水)全9回 ※8月17日休み ※7月20日は無料体験会	17時15分～18時	60歳以上	15人	4,500円

**場所** 北部健康福祉センター「ゆったり～な」(西方町本城)

**ゆるやかな教室**

ホームページ(下記のコード参照)より  
**問** 人権・男女共同参画課 ☎(21)2162

**申込** 事前に問合先へ電話または窓口へ。7月9日(土)から受付。  
 ※ワクチン接種会場となった場合は、休みとなります。  
**問** ゆったり～な(北部健康福祉センター) ☎(25)7444  
**栃木勤労青少年ホーム「ピラティス」講座**  
 普段使わない筋肉をほぐし、体の内面から元氣になりますよ！  
**日時** 7月14日(木)から9月1日(木)19時～21時 全7回  
**場所** 栃木勤労青少年ホーム(日ノ出町)  
**対象** 市内在住か在勤の15歳から40歳以下の方(学生は対象外)  
**定員** 20人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 6月27日(月)より問合先に直接 受付時間…平日13時～21時、土曜17時～21時  
**問** 栃木勤労青少年ホーム ☎(22)3113  
**第1回 栃木市生活サポーター(あったかいこ員)養成講座**  
 簡単な生活援助や身体介護ができるようになり、受講修了後には栃木市が認定する修了証明書を交付します。講座修了者は「緩和した基準による訪問型

**まずまず元氣サポーター養成講座**

シニア世代のみなさんの心身の健康づくりや介護予防のお手伝いをするサポーターの養成をします。  
**日時** 基礎講座…2回 ①7月26日(火)10時～12時 ②8月2日(火)10時～12時  
**スキルアップ講座**…1回  
**交流会等**…1回  
**場所** キョクトウとちぎ蔵の街 楽習館(栃木市市民交流センター/入舟町)  
**対象** 市内在住で、ボランティア活動ができる方  
**内容** ①まずまず元氣サポーターの活動について、あったかとかちぎ体操について  
 ②高齢者の身体的特徴や基本的な接し方、レクリエーション技術(講話・実習)、ボランティア活動の概念について  
 ※スキルアップ講座、交流会等の詳細は受講時にご案内します

**とちぎ市男女共生大学 整理収納から始める防災備蓄**

防災と整理収納のプロから学んで、安全で安心な暮らしを！  
**日時** 7月28日(木)14時～15時30分  
**場所** 市役所(万町)3階正庁  
**講師** 整理収納コンサルタント 防災士 堀中 里香 さん  
**入場料** 無料  
**申込** 7月19日(火)までに問合先へ電話またはホームページ(下記のコード参照)より  
**定員** 40人(先着順)  
**問** 人権・男女共同参画課 ☎(21)2162

**第41回市民弓道大会**

市民スポーツ課 ☎(51)1817 ☎(25)0930  
**日時** 7月18日(月) 高校生部…受付8時～8時30分、開始9時 一般部(大学生含む)…受付12時～12時30分、開始13時  
**場所** 栃木市総合運動公園弓道場(川原田町)  
**対象** 市内在住・在勤・在学の方  
**費用** 無料  
**持物** 弓具、弓道衣  
**申込** 当日会場で申込み  
**問** 市民スポーツ協会弓道専門部(栃木) ☎090-4663-13664 市民スポーツ課 ☎(25)0930


**栃木市女子サッカースクール**

市民スポーツ課 ☎(25)0930  
**日時** 毎週月曜日 18時～20時  
**場所** 栃木市屋内運動場(泉川町)  
**対象** 小学生・中学生女子  
**費用** 2,000円/月  
**持物** 運動のできる服装、運動靴、飲み物、サッカーボール1個  
**申込** 市民スポーツ協会サッカー専門部(栃木)へ(当日会場の申込み可)  
**問** 市民スポーツ協会サッカー専門部(栃木) ☎090-5447-10282 市民スポーツ課 ☎(25)0930

**スポーツ**

**夏のカーニバル・カヤック体験教室**  
 渡良瀬カヌークラブによる体

**AO入試エントリー受付中** ※オープンキャンパス参加者限定



◆看護学科 ◆助産学科 ◆理学療法学科 ◆作業療法学科 ◆歯科衛生学科 ◆  
 ※助産学科のAO入試はございません。詳しくは入学案内室へお問合せください。

**マロニエ医療福祉専門学校** 栃木市今泉町2-6-22 [入学案内室] ☎0282-28-0020  
**小山歯科衛生士専門学校** 小山市城東1-3-3 [入学案内室] ☎0285-20-3550

経営・会計・税務・国際税務のパートナー  
 [資産継承・相続準備]のご相談を承っております  
 (関東信越税理士会所属)

**板倉公認会計士事務所**  
 公認会計士・税理士 板倉 聡

税理士 板倉 優 公認会計士 日向野 司 司法書士 三輪 誠  
 行政書士 松嶋 央行 税理士 大島 康

〒328-0125 栃木市吹上町691-1 TEL0282(31)3682-FAX0282(31)3683 E-mail:kitakuras@ita-trust.jp