

初めてのスマホ教室

電子端末(タブレット)を使用して、スマホの知識や基本的な操作方法を学びます

◆期日 3月17日(火)・24日(火) 13時30分～15時【2回連続講座】

◆場所 厚生センター(栃木第四地区コミュニティセンター)

◆対象 市内在住の方

◆定員 18人

◆参加費 無料

※電子端末は講師が用意します。

◆申込・問合せ

3月2日(月)～13日(金)

本人権男女共同参画課(厚生センター) ☎(24) 2444

ウイングとちぎ

講座のご案内

◎初級英会話講座

日常会話ができない人向け。

◆期日 3月2日(月)～

30日(月) 毎週月曜日の5回

◆講師 キシック・スキルセラ氏

◆定員 15人(先着順)

◆参加費 無料

◎初級フラワーアレンジメント講座(スプリング編)

◆期日 1回目 3月4日

(水) 初級1(ラウンドタイプ)

18日(水) 初級2(ワンサイドタイプ)※一講座のみの受講も可

◆講師 坂本晴彦氏

◆定員 各日15人(先着順)

◆参加費 各日とも1,500円(材料費)フลอリス

トハサミを持参ください

◎チャレンジ国際料理「ボルシチ」講座

本場ベラルーシの「ボルシチ」と「ドラーニキ」(じゃがいものパンケーキ)

◆期日 3月25日(水)

◆講師 柏崎イリナ氏(ベラルーシ出身)

◆定員 12人(先着順)

◆参加費 1,000円(材料費)エプロンを持参下さい

◆各講座共通

◆時間 19時～21時

◆場所 栃木勤労青少年

ホーム(日ノ出町)

◆対象 市内在住か在勤のおおむね35歳以下の方

◆申込・問合せ

2月23日(月)から勤労青少年ホーム ☎(21) 3113へ

(◆開館時間)

月～金曜日/13～21時

土曜日/17～21時(日曜祝日休館)

脳スッキリ体操教室

脳のストレッチと、肩こり・腰痛予防の無理のない運動です。

◆日時

毎週金曜日 11時～12時

◆場所 渡良瀬の里 会議室

◆定員 10人

◆参加費 500円/回

(入館料込み)

◆申込・問合せ

窓口もしくは電話にて

渡良瀬の里 ☎(62) 1635

勤労者総合福祉センター 第1期自主講座受講生募集

受講は1人1講座(定員を超えた場合は抽選) 講座内容は都合により変更になる場合あり

◆場所 勤労者総合福祉センター(今泉町1丁目)

◆対象 市内在住・在勤の方

◆受講料 受講料1,000円、教材費は実費(保険料を含む)

◆申込・問合せ 4月3日(金)～9日(木)

電話受付不可。直接来館ください。勤労者総合福祉センター ☎(27) 7140 火曜日・祝祭日休館

平成27年度 第1期自主講座

曜日	講座名	期間(9回)	時間	定員
月	生活に生かす書	5/11	10:00～11:30	20人
	押花アート		19:00～20:30	20人
	健康体操	7/13	17:00～18:30	50人
	筋力アップ講座		19:00～20:30	50人
水	エアロビクス	5/13～7/15	19:00～20:30	50人
木	リズム体操	5/7 7/9	10:00～11:30	50人
	社交ダンス		19:00～20:30	男女各15人
金	イキイキ☆フィットネス	5/8～7/10	10:00～11:30	50人

お知らせ

くらしのガイドブックの訂正について

掲載した下記内容について誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

頁 73

項目 (誤) 高齢者運転免許証自主返納支援制度
(正) 運転免許証自主返納支援制度

訂正内容

(正)

- 対象者
運転免許のすべてを自主返納した栃木市内に住所を有する方(年齢制限無)
- 支援の内容
支援は1人1回になります。
・身体障害者手帳などをお持ちの方(運賃半額)
蔵タク回数券1,500円券3冊又はふれあいバス回数券500円券9冊
・それ以外の方
蔵タク回数券3,000円券3冊又はふれあいバス回数券1,000円券9冊
- 申請する窓口
本庁2階交通防犯課
◆問合せ 本秘書広報課 ☎(21) 2316



栃木市大平勤労青少年ホーム

◆講座期間 4月～8月

◆対象 市内在住か在勤の青少年

平成27年度前期講座受講生 募集!!

各講座とも定員になり次第、締め切り。

曜日	講座名	初回	開催時間	回数	定員	教材費等(自己負担)
月	ラテン系エクササイズ☆ZUMBA	4/6	19:00～	15回	20人	体育館シューズ、飲み物、タオル
	キレイな字を書こう!書道	4/6	19:00～	15回	15人	教本代6ヶ月3,300円
火	心に栄養ビューティーハタヨガフロー	4/7	19:00～	15回	20人	ヨガマット、飲み物、タオル
	大人のたしなみ☆ゴルフ	4/7	19:30～	12回	20人	ボール代実費
水	伝統美をまとう☆着付	4/1	18:30～	10回	15人	初心者のみテキスト4,080円、着物
	はっぴい〜プレイ!テニス	4/1	19:00～	15回	20人	ボール代500円、ラケット、シューズ
	流れのある☆ヒーリングヨガ	4/1	19:00～	15回	20人	ヨガマット、飲み物、タオル
	アンニョンで挨拶!ハングル語	4/8	19:00～	10回	15人	辞書、筆記用具
木	世界を広げよう!英会話	4/2	19:00～	10回	15人	辞書、筆記用具
	元気ハツラツ☆☆エアロビクス	4/2	18:45～	15回	20人	ヨガマット、体育館シューズ、タオル
	みんなで歌おう☆ゴスペル	4/9	19:30～	5回	20人	筆記用具、飲み物
金	手作りを食卓に☆料理	4/3	18:30～	15回	15人	15回分材料費8,000円
	お花で華やかに!華道	4/10	18:30～	10回	15人	1回分花代900円
	南国の踊り☆タヒチアン	4/3	19:00～	10回	20人	パレオ、飲み物各自用意
土	癒し系ストレッチ系ヨガ	4/4	14:00～	15回	20人	ヨガマット、飲み物、タオル



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。

無料体験!ジュニアテニス教室

時 3月28日(土)9時30分～11時30分 場 総合運動公園総合体育館 サブアリーナ(川原田町) 対 小学生1年生～5年生の初心者・初級者 定 40人(先着順) 費 無料 申 氏名、住所、学校名、保護者名、連絡先、貸出しラケットの希望の有無を記載のうえ、とちぎテニスガーデンへメール(tochigi-tgarden@cc9.ne.jp) 本 スポーツ振興課 ☎(25) 0930

ジュニアテニス教室

時 4月の毎週土曜日 9時～11時 場 総合運動公園テニスコート(川原田町) 対 小学生 定 20人(先着順) 費 1,000円/回(当日会場で納入) 申 氏名、学年、電話番号、保護者氏名を記載のうえ、とちぎテニスガーデンへメール(tochigi-tgarden@cc9.ne.jp) 本 スポーツ振興課 ☎(25) 0930

渡良瀬遊水地ウォーキング

時 4月5日(日)9時～12時30分 集合8時30分 場 藤岡スポーツふれあいセンター(藤岡町藤岡) 対 どなたでも 定 40人 費 無料 内 ヨシ焼き後のすみずみまで見渡せる渡良瀬遊水地内約10kmのコースを、栃木市スポーツ推進委員の案内で歩きます。※小雨決行、荒天中止。帽子、飲み物、タオル等を持参のうえ歩きやすい服装、シューズで参加ください。 申 3月3日(火)～4月2日(木)藤岡スポーツふれあいセンターへ電話にて ☎(62) 1301

ジュニアソフトテニス教室

時 4月11日～12月12日(土)(全17回)10時～12時 場 総合運動公園テニスコート(川原田町) 対 小学4年生～6年生の男女 定 30人(先着順) 費 4,000円(保険・ボール代等。初日に会場で納入) 内 持ち物:テニスのできる服装、運動靴、ラケット 申 3月27日(金)までに 本 スポーツ振興課まで ☎(25) 0930 市ソフトテニス連盟 戸井田 ☎090-1615-8749

キッズダンス教室(HIP HOPダンス)

時 毎週月・金曜日 ①1～3年生17時～②4～6年生18時～ 場 総合運動公園体育館(川原田町) 対 新1年生～新6年生 定 各15人 費 3,780円/月(4回) 内 基本となる「リズム取り」から始まり、簡単な「振り付け」を学ぶ。 申 電話または直接窓口へ メディカルフィットネスとちの木 ☎(23) 2523

ジュニアサッカー(幼児・学童)教室

時 毎週月・金曜日 ①幼児16時～②1～3年生17時～③4～6年生18時～ 場 総合運動公園(川原田町) わんぱく広場 雨天時 総合体育館 対 幼児…新年中～新年長 学童…新1年生～新6年生 定 各15人 費 3,780円/月(4回) 内 ドリブルを中心に基礎的な運動。簡単なミニゲーム。 申 電話又は直接窓口にて メディカルフィットネスとちの木 ☎(23) 2523

ジュニア硬式テニス

時 毎週月・木曜日 ①1～4年生17時～②3～6年生18時～ 場 総合運動公園テニスコート(川原田町)(雨天中止) 対 新1年生～新6年生 定 各10人 費 3,780円/月(4回) 内 ボールに慣れることから始まりラケットの持ち方、打ち方など。 申 電話又は直接窓口にて メディカルフィットネスとちの木 ☎(23) 2523

キッズスポーツ(幼児・学童)教室

時 幼児…毎週月・水・木曜日 ①16時～②17時15分～(月・木のみ) 学童…毎週水・金曜日 17時～ 場 総合運動公園体育館(川原田町) 対 幼児…新年小～新年長 学童…新1年生～新6年生 定 各15人 費 3,780円/月(4回) 内 遊びの要素を取り入れた運動プログラム。多目的の運動で瞬発力や平衡感覚等を養い、運動の基礎を育てます。 申 電話又は直接窓口にて メディカルフィットネスとちの木 ☎(23) 2523

ジュニアラグビー教室

時 毎週水曜日 ①1～3年生17時～②4～6年生18時～ 場 総合運動公園(川原田町) わんぱく広場(雨天時は総合体育館) 対 新1年生～新6年生 定 15人 費 3,780円/月(4回) 内 ラグビーの基礎的な技術・楽しさをわかりやすく指導。 申 電話又は直接窓口にて メディカルフィットネスとちの木 ☎(23) 2523

ジュニア卓球教室

時 毎週水曜日 ①1～3年生17時～②4～6年生18時～ 場 総合運動公園体育館(川原田町) 対 新1年生～新6年生 定 15人 費 3,780円/月(4回) 内 ラケットの持ち方から指導。ラリーを行いゲーム形式で対戦。 申 電話又は直接窓口にて メディカルフィットネスとちの木 ☎(23) 2523