

栃木市生涯学習人材バンク自主講座（令和5年7月～9月）受講者募集

市の「生涯学習人材バンク」に登録のある市民講師自らが企画・運営する「自主講座」を開催します。（初心者・未経験者対象）※都合により中止や内容が変更になる場合があります。
申込 6月7日（水）までに、申込書（生涯学習課・市役所本庁舎4階、各公民館に設置。市ホームページにも掲載）に必要な事項を記入のうえ、生涯学習課 または 各公民館の窓口にてお申し込みください。受付時間 8時30分～17時15分（土・日・祝日除く）※各講座には定員があります。定員を超えた場合は抽選により受講生を決定いたします。（抽選結果は追って連絡いたします）
問合先 生涯学習課 ☎（21）2486

	No.	講座名／講師名	日付／時間	受講料	場 所
文化・芸術	1	かな書道／池嶋 白蓮	7月21日・28日・8月4日・18日・25日（金） 全5回／10時～12時	1,250円（全5回）	大宮公民館（大宮町）
	2	絵画教室／亀山 知也	7月10日・31日、8月14日・28日、9月11日（月） 全5回／13時～15時	200円（全5回）	栃木第5地区コミュニティセンター（箱森町）
	3	楽しいオーディオで人生粋生き／茅原 正男	7月26日、8月23日（水）全2回／10時～12時	無料	講師宅（大平町）
	4	粘土で作る瓶ケーキのストラップ／小松 君枝	9月16日（土）／10時30分～11時30分	600円	栃木第5地区コミュニティセンター（箱森町）
	5	身近に楽しめるオカリナ講座／篠原 和之	7月5日・12日（水）全2回／9時30分～11時	無料	国府公民館（惣社町）
	6	楽しく絵手紙を！／千金榮 恒水	7月6日・13日・20日・27日（木） 全4回／14時～16時	800円（全4回）	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	7	誰でも書ける楽しい写経／中島 清道	8月12日（土）／10時～12時	無料	岩舟公民館（岩舟町静）
	8	やさしい囲碁教室（初級）／中村 正	7月8日・15日・22日・29日（土） 全4回／10時～12時	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	9	やさしい将棋教室（初級）／中村 正	8月5日・12日・19日・26日（土） 全4回／10時～12時	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	10	こどもの大きなお絵かきランド／船田 昌宏	7月28日・8月4日・11日（金） 全3回／10時～11時30分	1,000円（全3回） 小学生低学年まで	静和地区公民館（岩舟町静和）
	11	楽しく学べる和太鼓講座／町田 光紀	7月2日・9日・16日・23日（日） 全4回／19時～21時	無料 対象：中学生以上	栃木市農村振興総合センター（大宮町）
	12	楽しい囲碁教室／村上 尚司	7月9日・16日・23日・30日・8月6日（日） 全5回／10時～12時	1,000円（全5回）	藤岡公民館（藤岡町藤岡）
スポーツ	13	小さな手創りインテリア+α ／森 政美	①カルトナージュ（A4トレイ）：7月11日（火） ②ドールルームDECO：7月27日（木） ③ワイヤークラフト（かさのオブジェ）：8月8日（火） ④ペーパークラフト（ランキュラス）：8月29日（火） ⑤ハーバリウム（ハロウィン）：9月12日（火） ⑥ブードルチャーム：9月26日（火） 全て9時30分～11時30分	① 3,000円 ② 2,800円 ③ 2,000円 ④ 1,900円 ⑤ 2,300円 ⑥ 1,900円	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	14	どうぶつしょうぎをやってみよう／分須 仁	7月30日（日）／10時30分～12時10分	200円	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	15	フラワーアレンジ ／渡邊 美樹	①プリザーブドフラワー（リース）：7月11日（火） ②プリザーブドフラワー（アロマボトル）：8月8日（火） ③生花フラワーアレンジ：9月12日（火） 全て11時～12時	① 1,500円 ② 1,500円 ③ 1,500円	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	16	健康づくりの3B体操／門谷 敏子	7月11日・25日（火） 全2回／13時15分～14時30分	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	17	シニアの為に軽運動／高田 英衣子	7月13日・27日（木） 全2回／10時15分～11時30分	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
くらし・生活	18	気軽にフラダンス／高田 英衣子	7月3日・10日（月） 全2回／13時30分～14時30分	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	19	ベビービクス・ママフィット／富田 悦子	7月4日・11日・25日、8月1日・8日・22日・29日、9月5日・12日・26日（火） 全10回／10時～11時40分	3,300円（全10回）	関東ホーチキにしかた体育館（西方町本郷）
	20	楽しくストレッチ3B体操／仲矢 美穂	7月10日・24日（月）全2回／10時～11時30分	無料	藤岡公民館（藤岡町藤岡）
	21	そば打ち体験講座 ／新3・4そば打ち愛好会	7月10日（月）、8月8日（火）、9月13日（水） 全3回／9時～12時	4,500円（全3回）	大平公民館（大平町蔵井）
	22	目標となる、英字新聞の速読実践／石塚 裕治	7月9日・23日・30日（日）／10時～12時	1回500円	マルワアリーナとちぎ（栃木市総合運動公園体育館）
	23	トラベル中国語会話と中日文化比較 ／唐木重 隆章	9月3日・10日・17日・24日（日） 全4回／9時30分～11時30分	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	24	樹木医と学ぶ樹木の管理／栃木 宏昭	7月1日（土）／16時～18時	500円	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）
	25	エンディングノートの書き方講座／野田 精一	9月12日（火）／13時30分～15時	無料	キョクトウとちぎ蔵の街楽習館（入舟町）

消費者教育講演会

「シニアのためのお金の話」

これからも生き生きとした生活を送るために、お金について考えてみることも大切です。介護や医療、老後資金などの不安を解消するためにも、資産運用の考え方を学び、将来のマネープランに役立てましょう。
日時 6月29日（木）13時30分～15時
場所 栃木市役所 3階正庁
講師 日本証券業協会 金融・証券インストラクター
費用 無料
申込 6月26日（月）までに電話にて問合先へ。
問 市民生活課 ☎（21）2121

竹細工入門講座

竹のコースターを作ろう

伝統工芸である竹細工を身近に感じてみませんか。初めての方向のための入門講座です。3回で2種類の作品を作ります。
日時 7月5日～19日 毎週水曜日 19時～21時（全3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 10人（先着順）

とちぎ市男女共生大学
やる気を引き出す 褒める力

いくつかになっても褒められると嬉しいものですよ。褒めるのが得意な方も、苦手だと感じている方も改めて褒めるとは何か、そして褒める力に隠された可能性を見つけてみませんか。4児の母でもあるコーチングのプロ、氏家さんのお話は、子育てや人間関係のモヤモヤ解消へのヒントになるかもしれません。
講師 マザーズコーチングスクール認定講師 氏家実菜子氏
日時 7月8日（土）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
入場料 無料
対象 どなたでも
定員 40人（先着順）
申込 6月28日（水）までに問合先へ

問 人権・男女共同参画課

☎（21）2162

まずまず元氣サポーター養成講座受講者募集

シニア世代のみなさんが、いつまでも元気に住み慣れた地域で生きがいをもって暮らしているよう、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。（基礎講座…3回）
日時 ①7月18日（火）10時～12時
②7月25日（火）10時～12時
③8月1日（火）10時～12時
場所 キョクトウとちぎ蔵の街楽習館
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、あったかとちぎ体操について
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）について
③活動の中で役立つレクリエーション、今後の活動について、修了証の交付
持ち物等 筆記用具、飲み物、タオル、動きやすい服装
定員 30人（先着順）
費用 無料

申込 7月11日（火）まで

問 地域包括ケア推進課

☎（21）2246

スポーツ

第37回 栃木市大平地区ゴルフ大会参加者募集

日時 7月9日（日）
場所 栃木カントリークラブ
対象 市内在住・在勤者（お一人様から申し込み頂けます）
定員 先着120人
費用 参加費2,000円
プレー費7,800円（セルフ11Rプレー・昼食込）
競技方法 ペリア方式（ダブルパーカット・上限36打）・表彰式あり
申込 5月22日（月）～6月9日（金）に申込書へ必要事項を記入の上、参加費（原則お返しいたしません）を添えて大平公民館まで。
問 大平地域づくり推進課公民館係（大平公民館）
☎（44）0766

夏季ジュニアテニス教室

日時 7月1日～22日の毎週土曜日（全4回）9時～11時
場所 栃木市総合運動公園テニスコート（川原田町）

対象 小学生
定員 20人（先着順）
費用 1,000円／回（当日納入）
申込 氏名、学年、電話番号、保護者氏名を記載したメールを
とちぎテニスガーデンへ
tochigi-tgarden@cc9.net
問 テニスショップベスト
☎（51）1817
☎（25）0930
スポーツ課

わたらせサイクルパーク
ロードバイク体験会参加者募集

日時 6月18日（日）10時～12時（雨天中止）
第1回 10時～10時50分
第2回 11時～11時50分
場所 わたらせサイクルパーク（藤岡渡良瀬運動公園内）
対象 ロードバイク未経験者および初心者の方
定員 各5人（先着順）
費用 無料
内容 ロードバイク走行体験（操作方法のレクチャー、コースでの実走）
申込 6月14日（水）までの平日8時30分～17時15分に問合先へ
問 スポーツ課 ☎（25）0930

ガス衣類乾燥 乾太くんなら
花粉の季節も 雨の季節も 心配無用！
栃木ガスのお客様 限定サービス
お買い物代行サービス！
地元の私達にお気軽にご相談下さい！
Gas One 栃木ガス株式会社
栃木市城内町2-2-23 TEL0282-22-2939

遺言 あんしん相続セミナー 参加無料
＜日時＞ 6/11日 PM1:30～3:00（開場 1:00）
＜テーマ＞ まずはチャレンジ！
遺言書とエンディングノート
＜会場＞ 小山城南市民交流センター
小山市東城南4-1-12 ゆめまち2階会議室
＜講師＞ 相続相談あんしんプラザ 行政書士 細見愛子
お申込・お問合せ 一般社団法人 相続相談あんしんプラザ
無料相談 実施中 予約制
☎ 0285-38-9550
お気軽にお電話を！