

岩舟公民館講座

はじめてのオカリナ

気軽に楽しめる楽器のオカリナを、
触って、吹いてみませんか！



- 日 時 6月6日、6月20日、7月4日、7月18日
8月1日 いずれも火曜日（全5回）
午後1時30分～3時30分
- 会 場 岩舟公民館
- 受講料 無料
- 講 師 木村けい子先生

オカリナは、お貸ししますのので気軽にお越しください。専門の先生がやさしく指導していただきます。



連絡先

栃木市教育委員会
公民館課（岩舟公民館）
担当 尾林、中嶋
電 話：55-2500
F A X：55-5065
メー ル：iwafune-k@city.tochigi.lg.jp

岩舟公民館講座

テュークスウォーク 第2弾!

正しい歩き方を学んで、心も体も健康になりま
しょう!

- 日 時 6月12日(月)、6月26日(月)、7月10日(月)
(全3回) 午前10時00分~正午
- 会 場 岩舟公民館(体育館)
- 受講料 無料
- 講 師 テューク更家公認ウォーキングスタイリスト
筒深旭人氏

テューク更家オリジナルのウォーキングメソッド「テュークスウォーキング」の理論を学び、正しく歩くためのエクササイズや歩き方を伝えることができるのが「テューク更家公認ウォーキングインストラクター」です。



連絡先

栃木市教育委員会
公民館課(岩舟公民館)
担当 尾林、中嶋
電 話: 55-2500
F A X: 55-5065
✉ ー ル: iwafune-k@city.tochigi.lg.jp