

とちぎ市男女共生大学
「マダム・イン・ニューヨーク」
上映会とトーク交流会



(C) Eros International Ltd.

英語が苦手なインドのこく普通の主婦が、ニューヨークの英会話学校に通い、英語をマスターしていく中で、コンプレックスを克服し、ひとりの女性としての誇りと自信を取り戻す映画の上映会です(字幕)。上映後予定しているトーク交流会では、一人では気づかなかった発見を得たり、より考えを深められ、視野を広げる機会となります。ぜひご参加ください。

日時 7月18日(木) 13時~16時30分/映画終了後トーク交流会(希望者のみ)
場所 とちぎ岩下の新生姜ホール(栃木文化会館/旭町)小ホール
定員 400人(先着順)
参加費 無料
共催 栃木市女性団体連絡協議会
個人権・男女共同参画課 ☎(21)22162

「なごころ」Sound Stage
TOCHIGI 2024 with ユニキ
盆祭り



高校生バンド選手権、打ち上げ花火、盆踊りなどイベント盛りだくさん! イベントの内容や出演者などは、決定次第、ホームページなどで随時更新します。ご確認ください。

日時 7月20日(土) 10時~21時30分
場所 大平運動公園(大平町蔵井)
観覧料振興課 ☎(21)2374
夏のカヌー・カヤック体験教室参加者募集

藤岡小学校のプールで「渡良瀬くらぶ」によるカヌー・カヤック体験教室を行います。水に濡れてもよい恰好で参加してください。着替えとタオルも忘れずに。
対象 4歳~小学2年生までは保護者と参加、小学3年生以上は1人で参加可能。
日時 7月7日(日)、14日(日) 9時15分集合~11時終了

藤岡小学校プール
定員 各回12人(先着順)
費用 500円(当日支払)
申込 電話にて、渡良瀬くらぶ ☎(62)5458まで/個人事務所
の為、留守も多い事をご理解ください。

夏藤岡公民館 ☎(62)4321
夏の交流事業
日時 7月20日(土) 9時30分~12時
場所 厚生センター(栃木第四地区コミュニティセンター/旭町)
対象 市内在住小学生(保護者同伴も可)
定員 30人(先着順)
内容 きらきらスライム作り。本の読み聞かせ・ビンゴ大会(おみやげ付き)
申込 7月1日(月)~5日(金) 個人権・男女共同参画課(厚生センター) ☎(24)2444
ふれあいパーティー
出合い広がる! 真夏の良縁祭

日時 8月25日(日)10時~13時
場所 勤労者総合福祉センター(今泉町一丁目)
対象 おおむね30歳~45歳の独身勤労者男女
定員 男女各10人(抽選制)
参加費 男性3,000円/女性1,000円

おうちでできるトレーニング
日時 7月22日、8月5日、19日、9月2日、9日、30日の月曜日10時~11時30分(全6回)
場所 老人福祉センター長寿園(菌部町二丁目)軽体育館
対象 市内在住の方
講師 古田土広樹氏
持ち物 飲み物、タオル、体育館シューズ、ヨガマット
定員 25人(先着順)
費用 500円※その都度施設利用料がかかります。

性1,000円(※女性限定早割り特典・7月22日(月)までに申込みの方)ご招待)
申込 8月10日(土)まで
勤労者総合福祉センター ☎(27)7140

体の内面から美をつくる
ピラティス講座
エアコンで冷えた体の内面を刺激して体調改善を図りましょう。
日時 7月18日~9月19日 毎週木曜日19時~21時(全10回)
場所 栃木勤労青少年ホーム
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26日(水)~直接来館し申込みください
受付時間:平日13時~21時、土曜17時~21時
栃木勤労青少年ホーム ☎(22)3113

消費者教育講演会「相続の話」
『相続』をテーマに、知っておきたいこと、やっておくこと、手続きの流れなど、トラブル事例なども参考に分かりやすく学べます。
日時 7月26日(水) 13時~15時
場所 市民会館
定員 30名
申込 7月19日(土)まで
費用 無料
お問い合わせ ☎(25)0930

普通救命講習会
日時 7月27日(土) 9時30分~12時30分
場所 関東ホーチキにしかた体育館(西方町本郷)2階研修室
対象 原則市内在住者(小学校中・高学年以上)・おおむね10歳以上または市内に通勤・通学する方
内容 心肺蘇生法(AEDを含む)、異物除去法・止血法
定員 20人(先着順)
費用 無料
申込 7月1日(月)~10日(水) 8時30分~20時 電話にて問合先へ
☎(92)2203

16ミリ映写機技術者養成講習会
16ミリ映写機を利用するために必要な技術を修得するための講習会を開催します。受講後の試験(学科と実技)に合格すると、県や下都賀地区視聴覚ライブラリー協議会が所有する16ミリ映写機を利用できるようになります。
日時 8月4日(日) 9時30分~17時(9時10分受付開始)
場所 栃木図書館(旭町)
対象 どなたでも
定員 10人(先着順)
費用 無料
持ち物 筆記用具、昼食
申込 7月1日(月)~23日(火) 9時~17時
☎(22)3542
生涯学習課 ☎(21)2491

いきいき元氣教室②
日時 7月19日(金) 13時15分~14時15分
場所 老人福祉センター泉寿園(今泉町一丁目)
対象 栃木県内在住の方(おおむね65歳以上の方)
定員 20人※要予約
費用 無料※施設利用料別途
内容 高齢者を対象とした健康講座(全8回)第2回「知って実践! しっかり食べて健康長寿」
講師 鈴木智恵子氏(管理栄養士)
協力 国府地域包括支援センター
申込 電話または窓口にて ☎(31)3666

スマホを使いこなそう
日時 8月6日、20日、27日(全3回) 毎週火曜日 9時30分~11時30分
場所 老人福祉センター福寿園(千塚町)
対象 市内在住の方
定員 10人
内容 ①ライン②カメラ③インターネット④情報の整理
持物 スマートフォン
費用 施設利用料のみ
講師 栃木ケーブルテレビ
申込 電話または窓口にて ☎(31)3666

おうちでできるトレーニング
日時 7月22日、8月5日、19日、9月2日、9日、30日の月曜日10時~11時30分(全6回)
場所 老人福祉センター長寿園(菌部町二丁目)軽体育館
対象 市内在住の方
講師 古田土広樹氏
持ち物 飲み物、タオル、体育館シューズ、ヨガマット
定員 25人(先着順)
費用 500円※その都度施設利用料がかかります。

おうちでできるトレーニング
日時 7月22日、8月5日、19日、9月2日、9日、30日の月曜日10時~11時30分(全6回)
場所 老人福祉センター長寿園(菌部町二丁目)軽体育館
対象 市内在住の方
講師 古田土広樹氏
持ち物 飲み物、タオル、体育館シューズ、ヨガマット
定員 25人(先着順)
費用 500円※その都度施設利用料がかかります。

栃木市スポーツ協会各専門部の教室・大会参加者募集
総合問合先 スポーツ課 ☎(25)0930

ナイターテニス教室
日時 8月3日~24日の毎週土曜日(全4回) 19時~21時
場所 栃木市総合運動公園テニスコート(川原田町)
対象 初級者・中級者(中学生以上)
定員 30人(先着順)
費用 3,000円(初日に納入)
持物 テニスのできる服装、シューズ、ラケット
申込 7月19日(金)までに、氏名・住所・電話番号・初級、中級のどちらかを記載したメールをどちぎテニスガーデンへ
tochigi-tgarden@cc9.ne.jp
☎(51)1817

第42回栃木市水泳大会
日時 9月1日(日)
受付:8時30分~、開会式:9時30分~、競技開始:10時~
場所 栃木市総合運動公園屋内プール(川原田町)
対象 市内在住の方、市内スポーツクラブ所属の方
リレー種目
小学3~4年生(男女別) ☎(23)5712
:メドレーリレー(25m×4)フリーリレー
小学5~6年生(男女別) ☎(24)7889
:メドレーリレー(25m×4)フリーリレー

中学生(男女別) :メドレーリレー(50m×4)フリーリレー
高校生~大学生(男女別) :メドレーリレー(50m×4)フリーリレー
一般(男女別):メドレーリレー(50m×4)フリーリレー
区分 小学生(低/中/高学年)、中学生、高校生~大学生、一般(30歳以下/31~50歳/51~70歳/71歳以上)
費用 1種目800円、リレー1種目1,200円
申込 7月1日(月)~8月10日(土)に、所定の申込用紙にて参加費を添えて下記へ。定休日・営業時間をご確認のうえ、ご来館ください。
☎(23)5712
サンブラザフィットネスクラブウィンズ栃木 イオンスポーツクラブ3FIT 栃木店 ☎(24)7889

見積り無料!グループ創業96年!塗装工事をわかりやすく
栃木市の外壁塗装・屋根リフォームは私たちに任せください!
お家のお困りごとは、何でもお気軽にご相談ください!
プロタイムズとちぎ店 ☎0120-300-028
栃木市外壁塗装株式会社
〒329-4406 栃木県栃木市大平町下皆川2015-3 reform@k-toso.com

ぜん株式会社
ぎゃらりい ぜん株式会社
〒328-0037 栃木県栃木市後町7-15(銀座通り)
TEL.0282-25-0017 FAX.0282-20-3217
OPEN:水~日/10:00~18:00 CLOSE:月・火
http://www.galleryzen.co.jp/
買取 日本画・洋画・掛軸・陶磁器・木竹工芸品・ガラス工芸品・骨董品・茶道具・古銭・切手その他 どうぞお気軽にご相談ください