

ウイングとちぎ第2期定期講座表

曜日	講座名	定員	教材費	開講期間	回数
月	日常会話を初歩から始める「初級英会話」	15人	無料	9/10～11/19	8回
火	基礎体力アップ!「バドミントン」	20人	1,000円	9/18～11/6	8回
火	皆でパーソナルトレーニング「身体改造&シェイプUPプログラム」	15人	無料	9/25～11/27	8回
水	スタイリッシュ・ヨガ	20人	無料	9/19～11/21	10回
水	「家庭料理」とちぎ江戸料理を一品添えて	12人	1回500円	9/19～10/10	4回
水	初歩から始める「ソフトバレーボール」	20人	無料	9/19～11/7	8回
木	ラテン系のリズムで「ZUMBAフィットネス」	30人	無料	9/20～11/22	10回
木	ナイターで始めよう「硬式テニス」	15人	500円	8/30～11/15	12回
木	手ごねパン作り「チーズパン・塩パン・肉まん」	6人	1回700円	10/4～10/18	3回
金	オリエンタル気分で☆「ベリーダンス」	20人	無料	9/14～11/16	10回
土	心と体のリフレッシュ♪「フラダンス」	20人	無料	9/15～12/1	10回

ウイングとちぎ
第2期定期講座

内容と日程 左表の通り
開講時間は全て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・在勤の15歳から40歳以下の方（学生除く）
申込 8月27日（月）から
青少年ホームに直接（先着

順）受付時間：平日13時～21時、土曜17時～21時
② 栃木勤労青少年ホーム（223113）
長寿園自主教室（後期）
場所 長寿園（薗部町2丁目）
対象 市内在住の方、各1教室のみ参加可能、②は概ね60代の方
内容・日時 ① 健康料理教室：毎月第4

火曜日（全6回）、10時～12時
② 筋膜へのアプローチ教室：毎月第1・3火曜日（全12回）、10時～11時30分
③ 健康体操教室（運動レベル1）：毎月第1・3水曜日（全12回）、9時15分～10時35分
④ 健康体操教室（運動レベル2）：毎月第1・3水曜日（全12回）、10時55分～12時15分
⑤ 気功体操教室：毎月第2・4水曜日（全12回）、14時～16時
定員 各30人、①のみ25人（新規利用者優先、他は先着順）
費用 利用回数券購入が必要（①は別途参加費3,000円）
申込 ①、②は9月4日（火）～18日（火）、③、④、⑤の教室は9月5日（水）～19日（水）問合先へ来館し申込み用紙を記入のこと（電話申込不可）
☎ 03333（木曜・祝日休館日）
☎ 老人福祉センター長寿園（223113）

大平勤労青少年ホーム・30年度後期講座募集

内容と日程 下表を参照
場所 講座によって開催場所が異なります。詳細は問合先へ。
対象 市内在住・在勤の40歳未満の方
受講料 無料（教材費は自己費、利用者会費500円）
申込 9月3日（月）問合先に来館のうえ申込み
受付時間：平日14時～21時、土曜13時～16時30分
☎ 大平勤労青少年ホーム（435191）

大平勤労青少年ホーム 30年度後期講座

曜日	講座人	定員	開催日	開催時間	教材費等（用意する物）	回数
月	ラテン系エクササイズ ZUMBA	25人	10/1	19:30～	室内シューズ、飲み物、タオル	15回
	キレイな字を書こう！書道	15人	10/1	19:00～	教本代6ヶ月3,600円	12回
	はじめての沖縄さんしん	5人	10/1	19:00～	三線貸出2,000円、持参の方受講可	9回
火	ボディメイクヨガでスッキリ！	25人	10/2	19:00～	ヨガマット、飲み物、タオル	15回
	大人のたしなみ☆ゴルフ	20人	10/2	19:00～	ボール代実費、ゴルフセット	12回
水	伝統美をまとう☆着付	15人	10/3	18:30～	初心者のみテキスト4,080円、着物	8回
	はっぴい～プレイ！テニス	20人	9/19	19:00～	ボール代500円、ラケット、シューズ	12回
	流れのある☆ヒーリングヨガ	25人	10/3	19:00～	ヨガマット、飲み物、タオル	15回
木	世界と繋がる☆英会話	15人	10/11	19:00～	辞書、筆記用具	8回
	あきら先生のボディケア	20人	10/4	19:00～	ヨガマット、飲み物、タオル	8回
金	レシピを増やそう！料理	15人	10/5	18:30～	15回分材料費8,000円	15回
	お花で華やかに！華道	15人	10/12	19:00～	1回分ごとと花代900円	8回
	ポップに！エアロビクス	25人	10/5	19:00～	ヨガマット、体育館シューズ、タオル	15回
土	ゴスペルではじけよう！	20人	10/5	19:00～	筆記用具、飲み物	6回
	気ままにリラックスヨガ	25人	10/6	14:00～	ヨガマット、飲み物、タオル	15回

スポーツ

秋季
ラージボール卓球教室

日時 10月16日～11月20日
までの毎週火曜日（11月13日を除く全5回）13時～16時
場所 栃木市総合体育館補助競技場（川原田町）
対象 市内在住・在勤の初心者～中級者 ※過去の春季・秋季を合計し5度以上参加した方は除く

定員 40人（先着順）
費用 1,000円（初日に納入）
持ち物 体育館シューズ、ラケット（お持ちの方）
申込 9月12日（水）8時30分から問合せ先へ直接または電話で
☎ スポーツ振興課（250930）



関東どまんなかサミット情報

板倉町（群馬県）

秋の揚舟 谷田川めぐり

船頭が一本の竹ざおを使い、谷田川をゆったりと周遊します。舟の上から、水場いたくらの心休まる景色をお楽しみください。
運航期間 9月1日（土）～10月28日（日）までの土曜日・日曜日・祝日
出航時間 10時から1時間に1便、1日7便運航（最終16時）
場所 群馬の水郷（板倉町岩田2941-3）
乗船時間 約1時間
費用 1,000円（小学生以下無料）
☎ 02764040（板倉町産業振興課）

野木町（栃木県）

「陶芸教室」生徒募集!!

ホフマン館では、陶芸教室を開始します。どなたでも入校可能です。
日時 9月2日（日）～（各月第1・3日曜日）9時30分～12時
場所 野木ホフマン館（野木町野木3324-10）
内容 手ひねり、たたらつくり、型つくり等による進度に合わせた基本制作・自由制作
費用 材料費：月々1,000円、焼成代：1kgにつき500円
定員 16名（先着順）
指導 福富信（野木町文化振興指導員）
申込 ひと月分の材料費、印鑑を持参し、直接ホフマン館まで
☎ 0280336667（野木ホフマン館）

古河市（茨城県）

川戸台遺跡展 古河と鉄

古代の製鉄・铸造遺跡を中心に、古河と鉄の関わりを紹介。
期間 9月15日（土）～10月8日（月・祝）
時間 9時～17時（入館は16時30分まで）
休館日 9月25日（火・28日（金）
場所 古河歴史博物館（中央町

加須市（埼玉県）

第6回 渡良瀬遊水地まつり KAZO 開催

平成24年に渡良瀬遊水地が、ラムサール条約湿地に登録され国際的に認められました。渡良瀬遊水池の自然を感じられるイベントを開催しますので、ぜひお越しください。
日時 9月30日（日）10時～15時 ※荒天中止
場所 渡良瀬遊水地地下宮橋グラウンド（東武日光線柳生駅より徒歩10分）
内容 熱気球搭乗体験（1人500円）／ヨシ紙すき／ストーンペインティング／三県境ウォーキング探索／カヌー無料体験／加須市観光大使ステージイベント ほか
☎ 028061205（関北川辺総合支所地域振興課）

小山市（栃木県）

第41回おやま思川マラソン大会

日時 12月9日（日）8時30分から開会式 ※小雨・小雪決行
場所 小山総合公園森のはらっぱおよび栗宮・間中方面
費用 小・中学生2,000円、高校・一般・親子ペア（小学1・2年生とその親）3,000円
距離 小学生・親子ペア2km、中学生3km、高校・一般5kmまたは10km
申込 ① 9月25日（火）（消印有効）までに所定の申込書（振込取扱票）に必要事項を記入し、郵便局で支払うか、参加料を添えて問合先に持参（平日9時～17時）② 10月2日（火）までにインターネット（スポーツエンタリー・ランネット）で申込み
☎ 0285305856（公財）小山市体育協会事務局（栃木県立温水プール館内）
ホームページ <http://www.osa.server-shared.com>

新築住宅 リフォーム

エクステリア・店舗・インテリア

お住まいの事なら何でもご相談下さい！

★まずはお電話下さい！見積り無料!!

AFTY アフティ 住所：栃木市城内町2-48-4
電話：0282-22-7207 FAX 0282-22-7209
<http://www.cc9.ne.jp/~afty/>



エアコンの電気代、何とかしなきゃ・・・

そんな皆さん、エネワンでんきで

涼しく快適にお過ごしください！

地元密着の私たち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

★ここから始まる未来への一歩★

オープンキャンパス ※10:00～12:00 9/8土	ナイトオープンキャンパス ※18:30～20:00 9/21金	各国家資格取得に对应! ◆看護師◆◆助産師◆ ◆理学療法士◆◆作業療法士◆ ◆介護福祉士◆◆歯科衛生士◆
実施会場：各学校の校舎内にて／助産学科は9/21(金)のみの開催となります。 ～資料請求受付中～ 社会人のための通信課程 ※学校説明会も別途予定しております。詳細はお問合わせください。 看護学科通信課程 介護福祉士実務者研修通信課程 社会福祉士学科通信課程 取得資格 看護師国家試験受験資格 取得資格 介護福祉士国家試験受験資格 取得資格 社会福祉士国家試験受験資格		
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		