

令和8年度 前期(5月～)公民館講座募集案内

- ◆募集期間 4月 6日(月)～4月10日(金)まで
- ◆受付時間 AM9:00～PM5:00(時間厳守)
- ◆申込方法 大平公民館内に用意した講座申込書に必要事項を記入して、館内ロビーに設置した受付箱に投函してください。

◆申し込み上の留意

- ①電話での受付は行いません。
- ②栃木市内在住の方であれば申し込み可能です。
- ③お一人様2講座までの申込みとなります。

ただし、市バス利用の講座はお一人1回だけとします

- ④定員を超えた講座については抽選を行い、当選した方のみ受講案内を送付します。市バス利用の講座では、ペア枠を一部設けます。
- ⑤都合により変更又は中止となる場合があります。



◆問合せ先 大平公民館 Tel43-5231

講座名・講座内容	定員・会場	実施予定日	時間	その他
<p>ライフアップ講座(全3回)</p> <p>① 防災対策について 講師：危機管理課職員</p> <p>② オーラルフレイルと熱中症の予防について 講師：健康増進課職員</p> <p>③ 栃木市の観光について 講師：観光振興課職員</p>	<p>一般成人 24名 視聴覚室</p>	<p>① 6 / 16 (火) ② 6 / 30 (火) ③ 7 / 7 (火)</p>	<p>10:00 ～ 11:30</p>	<p>無料</p> <p>筆記用具は各自持参</p>
<p>街なかウォッチング</p> <p>巴波川の工事現場を見学し、栃木市内の治水について考えます。午後は、栃木市美術館等を見学します。</p>	<p>一般成人 26名 栃木市内</p>	<p>5 / 27 (水) 市バス利用</p>	<p>9:30 ～ 16:30</p>	<p>参加費200円(保険代等) 手袋を持参のこと 昼食は各自でおとりください。</p>
<p>大人の社会科見学</p> <p>世界文化遺産「日光山輪王寺」と「足尾銅山記念館」を見学します。お昼は日光市内で各自おとりください。</p>	<p>一般成人 26名 日光市</p>	<p>6 / 19 (金) 市バス利用</p>	<p>8:30 ～ 16:30</p>	<p>参加費2,500円(拝観料、入館料、交通費、保険代等) 昼食は各自でおとりください。</p>
<p>公民館校外学習</p> <p>宇都宮市を走るLRTに乗って、乗り心地を体験してみませんか。その後は、大谷資料館(地下採掘場跡)を見学します。</p>	<p>一般成人 26名 宇都宮市</p>	<p>6 / 23 (火) 市バス利用</p>	<p>8:30 ～ 16:30</p>	<p>参加費2,600円(入館料、昼食代、交通費、保険代等) 昼食は山泉楼宇都宮駅東店でとります。</p>
<p>やさしい手芸講座</p> <p>昨年好評につき、PPバンドを編んで小物を入れるバッグを作ります。耐久性もあります。</p> <p>講師：大久保 容子 先生</p>	<p>一般成人 15名 視聴覚室</p>	<p>① 5 / 18 (月) ② 5 / 25 (月) ③ 6 / 1 (月) ④ 6 / 8 (月)</p>	<p>10:00 ～ 11:30</p>	<p>材料費1,500円 ハサミ、定規、テープ、固定用洗濯バサミ(10個) 筆記用具は各自持参</p>

講座名・講座内容	定員・会場	実施予定日	時間	その他
<p>はつらつ体操</p> <p>ゆったりした動きの体操で健康維持を目指します。健康に関する知識を学び、体を動かして心身のリフレッシュを図りましょう。</p> <p>講師：倉持 日舞里 先生</p>	<p>一般成人 25名 第1・2・3 会議室</p>	<p>① 5 / 14 (木) ② 5 / 21 (木) ③ 5 / 28 (木) ④ 6 / 4 (木) ⑤ 6 / 11 (木)</p>	<p>14:00 ～ 15:30</p>	<p>無料</p> <p>・室内履物(シューズ) ・タオル、飲み物 ・ヨガマット</p>
<p>骨盤ストレッチ&スンバ</p> <p>骨盤ストレッチを組み入れながら、ラテン系の音楽に合わせて元気に楽しく踊りましょう。</p> <p>講師：土屋 歩己 先生</p>	<p>一般成人 25名 第1・2・3 会議室</p>	<p>① 5 / 22 (金) ② 5 / 29 (金) ③ 6 / 12 (金) ④ 6 / 26 (金)</p>	<p>14:00 ～ 15:30</p>	<p>無料</p> <p>・室内履物(シューズ) ・タオル、飲み物 ・ヨガマット又はバスタオル</p>
<p>歴史探訪講座</p> <p>① ビール麦の父 田村律之助 講師：鈴木 廣志 先生</p> <p>② 栃木の民間信仰について (令和8年度栃木県立博物館市町連携事業) 講師：県立博物館 宮田 妙子 先生</p> <p>③大平地域の古城 講師：和久井 紀明 先生</p>	<p>一般成人 30名 第1・2 会議室</p>	<p>① 6 / 3 (水) ② 6 / 10 (水) ③ 6 / 17 (水)</p>	<p>14:00 ～ 15:30</p>	<p>無料</p> <p>筆記用具は各自持参</p>
<p>手作りパン教室</p> <p>パン作りの基本を学びながら、数種類のおいしいパンを焼きましょう。</p> <p>講師：岡 俊恵 先生</p>	<p>一般成人 12名 調理実習室</p>	<p>① 5 / 19 (火) ② 5 / 26 (火)</p>	<p>9:00 ～ 12:00</p>	<p>材料費3,000円 (諸経費込)を第1 回目に集金します。</p>
<p>うたごえ教室(合唱)♪</p> <p>童謡や懐かしい曲をピアノ伴奏に合わせてみんなで歌います。</p> <p>講師：若菜 明美 先生</p>	<p>一般成人 20名 視聴覚室</p>	<p>① 6 / 15 (月) ② 6 / 29 (月)</p>	<p>13:30 ～ 15:00</p>	<p>無料</p> <p>筆記用具は各自持参</p>

新年度の講座を始めるにあたり、合同開講式を開催いたします。受講生の参加の下、公民館講座の趣旨を理解いただき、学習することの大切さを確認します。

開講式の後、人権について学ぶ機会を設けます。

<p>合同開講式</p> <p>講座開設趣旨説明 やさしい人権教室</p>	<p>講座受講者は出席してください。</p>	<p>5 / 11 (月)</p>	<p>14:00 ～ 15:30</p>	<p>大平公民館 第1・2会議室 講師：生涯学習課職員</p>
--	------------------------	-------------------	------------------------------	---