

# 2026年度 都賀公民館講座 受講生募集

\* 裏面もご覧ください。



★網掛は、ふれあい大学と成人セミナーの合同講座  
○対象 60歳以上の男女 ●時間 午前10時～12時

回	月日	講座内容	講師・備考等	場所
1	5月21日(木)	開講式 合同講座 「栃ノ木ギター合奏団コンサート」	栃ノ木ギター合奏団	多目的室
2	6月18日(木)	現地研修:宇都宮美術館 渡邊佐平商店(酒蔵)	バス利用 (定員41名予定)	宇都宮・日光方面
3	7月16日(木)	実技:「草木染め体験」	とちぎ花センター (定員24名予定)	調理室
4	8月 6日(木)	講話:「好ましい人間関係を築くために ～人権感覚を磨き、人権意識を高めましょう～」	下都賀教育事務所 ふれあい学習課	大会議室
5	9月 3日(木)	実技:「うづま焼体験」	うづま焼 毛塚養治氏	大会議室
6	10月19日(月)	視察研修:イトウ製菓・らぽぽなめがたファーマーズヴィレッジ	バス利用 (定員41名予定)	茨城県方面
7	11月19日(木)	実技:「笑いヨガ」	山口純子氏	多目的室
8	12月 3日(木)	講話・実技:「認知症予防(予防法体験)」	とちぎ メディカルセンター	大会議室
9	1月21日(木)	合同講座:「ヤクルト健康教室 腸元気体操」 閉講式	両毛ヤクルト栃木支店	多目的室

## 『申込方法』

\* 予定ですので、月日、内容、場所等変更になる場合があります。

受講希望者は、下の申込書に必要事項をご記入の上、5月12日(火)までに都賀総合支所公民館係まで直接お持ちください。平日の8:30～17:00(電話での申込みはご遠慮ください。)

※ 6/18(木)の「第2回講座 現地研修」の参加希望の有無もご記入ください。記入がない場合は「希望なし」とさせていただきます。(希望者多数の場合の抽選結果は、第1回講座の際にお知らせします。)

【問合せ】 ☎27-5050 FAX27-7556 都賀公民館 [担当:岩出・田嶋・渡邊]

キ リ ト リ

## 2026年度 都賀公民館講座「登録申込書」

(全戸配布時)

希望する講座 ( )に○をつけてください	( ) ふれあい大学	( ) 成人セミナー
ふりがな		第1回開講式 出欠の有無
氏 名	( 歳 ) ・ ( 男 ・ 女 )	出 欠 (どちらかに○)
住 所	〒 _____ 市 町	第2回現地研修 参加希望の有無
連絡先 電話番号	(自宅) _____ (携帯) _____	有 無 (どちらかに○)
		← こちらもご記入ください。

# 成人セミナー

★網掛けは、ふれあい大学と成人セミナーの合同講座

○対象 成人男女 ●時間 午前10時～12時

回	月日	講座内容	講師・備考等	場所
1	5月21日(木)	開講式 合同講座 「栃ノ木ギター合奏団コンサート」	栃ノ木ギター合奏団	多目的室
2	6月18日(木)	現地研修:宇都宮美術館 渡邊佐平商店(酒蔵)	バス利用 (定員41名予定)	宇都宮・日光方面
3	7月30日(木)	実技:「3B体操」	門谷敏子氏	多目的室
4	8月6日(木)	講話:「好ましい人間関係を築くために ～人権感覚を磨き、人権意識を高めましょう～」	下都賀教育事務所 ふれあい学習課	大会議室
5	9月10日(木)	講話:「健康寿命を延ばしましょう」	とちぎ メディカルセンター	大会議室
6	10月19日(月)	視察研修:イトウ製菓・らぽぽなめがたファーマーズヴィレッジ	バス利用 (定員41名予定)	茨城県方面
7	11月5日(木)	講話:「豊かな老後のために知っておきたいお金の話」	J-FLEC(金融経済教育推進機構) 金田利夫氏	大会議室
8	12月17日(木)	実技:「ミニ門松作り」	とちぎ花センター 【現地開催】	とちぎ花センター
9	1月21日(木)	講話・実技:「ヤクルト健康教室 腸元気体操」 閉講式	両毛ヤクルト栃木支店	多目的室

- ※ ふれあい大学と成人セミナー両方の受講も可能です。両講座とも特に定員はありません。
- ※ バス利用の講座等、定員がある講座もあります。定員を超えた場合は、抽選となります。
- ※ 会場や時間、定員の変更・中止等の場合は、その都度連絡します。
- ※ 第1回講座において、講座内容の詳細を記載した「ふれあい大学(成人セミナー)ノート」を配付します。年間の講座内容や留意点等について説明しますので、受講者全員ご参加ください。
- ※ 講座は原則、都賀公民館での開催ですが、現地開催の講座もありますのでご注意ください。
- ※ ふれあい大学第7回・成人セミナー第3回講座は、西方公民館との交流講座になります。
- ※ 西方公民館主催の交流講座【「国指定史跡『西方城跡を見に行こう!』10/3(土)】、【「伸ばせ!健康寿命!!～フレイル予防で大丈夫!!～」①学習編10/20(火)、②実践編10/23(金)】は、都賀公民館からも参加可能です。後日お知らせします。
- ☆ 男性の皆様の参加もお待ちしております。ぜひご参加ください。

