

令和8年度
後期(10月～)

公民館講座募集案内

- ◆募集期間 9月2日(水)～9月8日(火)まで(土日を除く)
- ◆受付時間 AM9:00～PM5:00
- ◆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。

◆申し込み上の留意点



- 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お一人様市バス利用以外2講座までの申込みとなります。
市バス利用の講座はお一人1講座だけとします。(ペア枠あり)
- 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。受講案内は9月25日までに送付します。
- 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 Tel 43-5231

講座名・講座内容	定員・会場	実施予定日	時間	その他
街なかウォッチング 那須烏山市の山あげ会館や烏山和紙会館、竜門の滝、洞窟酒蔵を見学します。	一般成人 26名	10/16(金) 市バス利用	8:30～16:30	参加費 2,500円 昼食は五目釜飯になります。
大人の社会科見学 群馬県富岡市にある「富岡製糸場」と甘楽町にある「こんにやくパーク」を見学します。	一般成人 26名	11/10(火) 市バス利用	8:30～16:30	参加費 2,000円 昼食は各自でお願いいたします。
スマートフォン教室 スマートフォンの基本的な機能とLINEの使い方について学びます。(1班2班とも内容は同じになります。)	一般成人 20名	1班(午前) 10名 ①11/2(月) ②11/9(月)	10:00～12:00	無料
講師：加島 久子 先生 渡邊 由美子 先生	第1会議室	2班(午後) 10名 ①11/2(月) ②11/9(月)	13:30～15:30	無料
スローエアロビ教室 シンプルで自然な動きを取り入れながら、音楽に合わせて楽しく体幹をほぐすことで、姿勢を整え、脳フィットネスを高めます。 講師：大橋 光子 先生	一般成人 25名 第1・2・3 会議室	①10/19(月) ②10/26(月) ③11/16(月) ④11/30(月)	14:00～15:30	無料 体育館シューズ 飲み物、タオル 運動のできる服装
さわやかヨガ教室 呼吸を意識した様々な動き、ポーズを体験し、元気ややる気を更に呼び起こします。 講師：佐藤 京美 先生	一般成人 25名 第1・2・3 会議室	①10/23(金) ②11/13(金) ③11/27(金) ④12/4(金)	10:00～11:30	無料 体育館シューズ 飲み物、タオル ヨガマット又は バスタオル 運動のできる服装

講座名・講座内容	定員・会場	実施予定日	時間	その他
折り紙教室 季節の折り紙を楽しんでみませんか。 講師：つるの会	一般成人 15名 視聴覚室	① 10 / 8 (木) ② 10 / 22 (木) ③ 11 / 12 (木)	10:00 ~ 11:30	材料費 1,000円 のり、ハサミは各自持参
うたごえ教室(合唱)♪ 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しょう。 講師：若菜 明美 先生	一般成人 30名 大平文化会館・視聴覚室	① 10 / 5 (月) ② 10 / 14 (水) ③ 10 / 21 (水)	14:00 ~ 15:30	無料 ①②は大平文化会館 ③は視聴覚室
歴史探訪講座 地元の偉人について学んでみませんか。 ① 壬生藩と幕末の志士 講師：元壬生町歴史民俗資料館長 中野 正人 先生 ② 皆川広照と城下町栃木 講師：宇都宮共和大学特任教授 江田 郁夫 先生 ③ 大慈寺 講師：大慈寺住職 林 慶仁 先生	一般成人 30名 第1・2会議室	① 11 / 17 (火) ② 11 / 24 (火) ③ 12 / 1 (火)	14:00 ~ 15:30	無料 筆記用具
ライフアップ講座 自然環境や健康について学んでみませんか。 ① 知ってる？ 渡良瀬遊水地 ② 血管講座 ③ 脳の活性化と頭の体操 ④ 寄せ植え 講師：渡良瀬遊水地課職員、明治安田生命、野口郁子先生、とちぎ花センター職員	一般成人 20名 視聴覚室	① 11 / 5 (木) ② 11 / 19 (木) ③ 11 / 26 (木) ④ 12 / 8 (火)	14:00 ~ 15:30 ④のみ 10:00 ~ 11:30	材料費 2,000円 3回時に集金
ニュースポーツ講座 ニュースポーツを体験してみませんか。 ① モルック ② バッゴー ③ ボッチャ ④ モルック対戦 講師：栃木市スポーツ推進委員	一般成人 20名 第1・2会議室 中央公園	① 11 / 4 (水) ② 11 / 18 (水) ③ 11 / 25 (水) ④ 12 / 9 (水)	14:00 ~ 15:30	無料 飲み物、タオルは各自準備
珈琲教室 コーヒーの歴史を学びながら美味しいコーヒーの淹れ方を学びます。 講師：湯澤 和貴 先生	一般成人 16名 調理室	10 / 6 (火)	10:00 ~ 11:30	材料費 1,500円
手作りケーキに挑戦 家族にクリスマスケーキを作ってみませんか。 講師：岡 俊恵 先生	一般成人 12名 調理室	① 12 / 15 (火) ② 12 / 22 (火)	9:00 ~ 12:00	材料費 3,000円 初回時に集金