

令和5(2023)年度 「生涯学習推進月間学習ガイド 2023」

とちぎ県民カレッジ講座一覧（11月に実施予定の講座）

※講座名の【一般】は趣味・教養等、【専門】は資格取得・指導者養成・職業能力向上等に関する内容です。

オンライン講座：文化・教養コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 令和5年度 宇都宮市民大学(後期)専門講座「みる！知る！わかる！慶派の仏像【対面コース または録画配信コース 選択制】」 (5回/連続受講)	12世紀後半、彫刻様式はリアリズムと力強さを希求する造形へと大きく変容し、その鎌倉新様式を牽引したのが慶派仏師の棟梁である運慶でした。本講座では、慶派の登場から慶派仏師の作品、慶派の仏像への理解を深めていきます。運慶の生きた時代に思いを馳せ、運慶仏誕生の時代的背景や魅力について学んでみませんか。〈一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)対面コース:60名録画配信コース:定員なし)人材かがやきセンター研修室	11/2(木)～ 12/7(木) 10:00～12:00 毎週木曜日 ※11/23を除く	9/1(金)～14(木) 2,500円 (対面・録画配信ともに) 詳しくは宇都宮市HPまたは市内各施設にあるパンフレットをご覧ください。	宇都宮市民大学 〒320-0806 宇都宮市中央 1-1-13 TEL:028-632-6332 FAX:028-632-6336 E-mail: college@city.utsunomiya.tochigi.jp https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/shogaigakushu/kagayaki/kouza/index.html メール・FAX・直接・はがき
2	【専門】 ライフアップセミナー (各回受講)	栃木県総合教育センターが主催する各種研修の中から、より多くの人に聞いていただきたい内容のものを一般に開放し、県民の皆様へ幅広い学びの機会を提供します。〈一般県民・特になし)オンライン(Zoom)	11/1(水)14:15～15:55、 11/24(金) 10:30～12:00 詳細はとちぎレインボースタート Web サイトまたは9月に配布予定の開催要項で御確認ください。	詳細はとちぎレインボースタートまたは開催要項(9月配布予定)で御確認ください。 無料 研修は、中止や内容を変更する場合があります。	栃木県総合教育センター 〒320-0002 宇都宮市瓦谷町 1070 TEL:028-665-7206 FAX:028-665-7219 https://www.tochigi-edu.ed.jp/rainbow-net/ 電話にてお問い合わせください。

オンライン講座:地域活動コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 「オンライン雑談力」を磨く (5回/連続受講)	互いに離れた場所においても、情報通信技術を媒介として「いま」という時間を共有できていれば、互いに会話することは十分に可能です。「集団テレビ電話」状況の中で雑談することに慣れて、リモート・コミュニケーションを十分に愉しめるようにしましょう。 <どなたでも・10名> 遠隔オンライン	10/7(土)～ 11/4(土) 10:00～12:00 毎週土曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円	宇都宮大学 地域創生推進機構宇大アカデミー 生涯学習研究開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町 350 TEL:028-649-5144 FAX:028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/koukaikouza/index.html 【宇都宮大学公開講座ホームページの申込フォーム】【FAX、郵送】
2	【一般】 「オンライン・ファシリテーター」養成講座 2023 (5回/連続受講)	高度情報通信社会におけるコミュニティや人間関係には、分散的(=decentralized)自律的な(=autonomous)性格を強めるという一面があります。本講座では、複数人による遠隔コミュニケーションを円滑化する役割を担う「オンライン・ファシリテーター」の養成を参加体験的に進めていきます。 <どなたでも・10名> 遠隔オンライン	11/18(土)～ 12/16(土) 10:00～12:00 毎週土曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円	宇都宮大学 地域創生推進機構宇大アカデミー 生涯学習研究開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町 350 TEL:028-649-5144 FAX:028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/koukaikouza/index.html 【宇都宮大学公開講座ホームページの申込フォーム】【FAX、郵送】

オンライン講座:能力・自己開発コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 ベイズ的アプローチによるデータ分析 (5回/連続受講)	AI技術やビッグデータ活用などの際に基本原理として欠かせない「ベイズ統計」について学ぶことをつうじて、個人や組織において重要な意思決定を行う際に、どのようにすればよい決定ができるかを考察します。合理的な決定のために必要な概念、確率、因果、結果の効用や損失の評価などについて説明します。 <どなたでも・10名> 遠隔オンライン	11/18(土)～ 12/16(土) 14:30～ 16:30 毎週土曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円 繁樹算男編『心理学理論/パトルー 心の疑問に挑戦する 理論の楽しみ』(新曜社、2021年)の第10章の内容を深めていきます。また、統計学や意思決定科学に関心のある受講者は、繁樹算男著『後悔しない意思決定』(岩波科学ライブラリー、2007年)が参考になります。	宇都宮大学 地域創生推進機構宇大アカデミー 生涯学習研究開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町 350 TEL:028-649-5144 FAX:028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/koukaikouza/index.html 【宇都宮大学公開講座ホームページの申込フォーム】【FAX、郵送】
2	【一般】 安全・安心のための「リスクマネジメント」 (5回/連続受講)	本講座では、「リスク」と「クライシス」、「危険」と「危機」、「安全」と「安心」などの概念の違いを整理するなどして、社会的マネジメントを効果的に進めていく上での基礎力を養成します。 <どなたでも・10名> 遠隔オンライン	10/14(土)～ 11/11(土) 14:30～ 16:30 毎週土曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円	宇都宮大学 地域創生推進機構宇大アカデミー 生涯学習研究開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町 350 TEL:028-649-5144 FAX:028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/koukaikouza/index.html 【宇都宮大学公開講座ホームページの申込フォーム】【FAX、郵送】

県北:健康・スポーツコース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 獨協医科大学公開講座(生活習慣病と睡眠の関係について) (1回)	本学の教員による、健康に関する公開講演 <一般県民・100名> 獨協医科大学日光医療センター 会議室1	11/11(土) 14:30～ 16:00	10/2(月)～11/10(金) 無料	獨協医科大学 〒321-0293 下都賀郡壬生町北 小林 880 TEL:0282-87-2508 FAX:0282-86-1300 電話または FAX

県北:文化・教養コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 総合講義 -超高齢社会で認知症と向き合う(8回/連続受講)	日本の認知症高齢者数は、2025年には約700万人、65歳以上の方の約5人に1人に達すると見込まれている。認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができるような社会について考える。 ※本講座は、本学学生向けの講義を一般県民の方にも開放する「市民開放授業」です。 ※全8回の講義ですが、1回からでも可能です(受講料変更なし)。 〈どなたでも参加可能・50名〉 国際医療福祉大学大田原キャンパス	9/27 10/4・11・18・25 11/1・8・15 水曜日 18:00～19:30	8/1(火)～25(金) 3,000円	国際医療福祉大学 〒324-8501 大田原市北金丸 2600-1 TEL:0287-24-3000 FAX:0287-24-3100 所定の申込用紙を、国際医療福祉大学の窓口に持参、郵送またはFAXにて申込。
2	【一般】 竹工芸(1回)	初心者でも丁寧な指導で作品を完成させることができます。 講師 八木澤竹芸 八木澤 正 〈どなたでも・15名〉 那須野が原公園緑の相談所講習室	11/10(金) 9:30～15:30	講座実施日の1か月前から 材料費実費	那須野が原公園 緑の相談所 〒329-2747 那須塩原市千本松 801-3 TEL:0287-36-1220 FAX:0287-36-5781 https://www.park-tochigi.com/nasunogahara 電話・ホームページ・直接窓口へ
3	【一般】 蓮の染色(1回)	蓮の花托などを使用してストールを染めます。講師 宇都宮城跡蓮池再生検討委員会 印南洋造 〈どなたでも・30名〉 那須野が原公園緑の相談所講習室	11/11(土) 10:00～12:00	講座実施日の1か月前から 材料費実費	
4	【一般】 講座「近世の版本で読む『おくのほそ道』東北篇」(13回/連続受講)	江戸時代の版本をテキストとして、松尾芭蕉の傑作紀行『おくのほそ道』を一字ずつ臨書しながら味読します。「しのぶの里」の章から「平泉」の章にかけて読み進める予定です。 〈どなたでも・16名〉 大田原市黒羽芭蕉の館	4/15、6/3、7/1・22、8/5、 9/2・23、10/14、 11/25、12/9、 1/13、2/10、3/9 土曜日 13:30～15:30	3/15(水)～4/14(金) 無料	大田原市黒羽芭蕉の館 〒324-0234 大田原市前田 980-1 TEL:0287-54-4151 FAX:0287-54-4188 電話・FAX
5	【一般】 森の香りのクリスマスワッグづくり(1回)	森の素材を使っておしゃれなクリスマスワッグ(壁飾り)を作ります。 持物: お好みのオーナメント、作業が出来て汚れても良い服装・靴(要防寒)、作業用手袋、飲物等 〈栃木県内在住の中学生以上の方・12名〉 栃木県民の森 森林展示館～木工館	11/25(土) 9:00～11:30	10/23(月)～11/10(金) 1,000円 荒天などにより中止になる場合あり	県民の森管理事務所 〒329-2514 矢板市長井 2927 TEL:0287-43-0479 FAX:0287-44-1510 要電話申込 8:30～17:00

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
6	【一般】 ウインディ親子読書 ～絵本と自然に親し む集い in 那須～ (1回)	豊かな自然環境の中での読み聞 かせや絵本づくりをとおして、子 どもたちの読書意欲をはぐくむ。 〈県内の家族(小学生以下)15組〉 なす高原自然の家	11/4(土)	9/1(金)～10/2(月) 大人 1,000 円 小学生 700 円 幼児 500 円	なす高原自然の家 〒325-0301 那須郡那須町湯本 157 TEL:0287-76-6240 FAX:0287-76-6241
7	【一般】 ふれあい広場 (1回)	特別な支援を要する方とその家 族を対象に、交流と活動の機会 を提供し、家族間及びボランティ アとの交流を深める。 〈特別な支援を要する方(児童・ 生徒を含む)とその家族・15組〉 なす高原自然の家	11/25(土)～ 26(日)	9/19(火)～10/13(金) 大人 5,500 円 大学生 5,300 円 高校生 4,000 円 中学生 3,600 円 小学生 3,400 円 幼児 3,000 円 県外の方は、受講料が 別になります。HP、電話 等でご確認ください。	E-mail: nasu- shusai@tmf.or.jp https://sites.google.com /view/windy-nasu/ HP からの専用応募フ ォーム・メール・FAX (氏名・ふりがな・性別・ 年齢・学校名・郵便番 号・住所・電話番号・FAX 番号・メールアドレスをご 連絡ください。)
8	【一般】 講座「那須町の幼児 版画教育史ー日本教 育版画協会と保母ら の実践ー」 (1回)	那須町の保育所では、1970～ 1990年代にかけて、大田耕士が 委員長を務める日本教育版画協 会の活動に積極的に参加しまし た。ここでは、町内に残る資料・ 大田の資料から那須町の幼児版 画教育の歴史を振り返ります。 講師: 当館学芸員 〈どなたでも・20名〉 芦野公民館	11/11(土) 14:00～15:30	9/1(金)～ 無料	那須歴史探訪館 〒329-3443 那須郡那須町大字芦野 2893 TEL:0287-74-7007 FAX:0287-74-7016 E-mail: rekishi@town.nasu.lg.jp 電話・メールにて
9	【一般】 木星・土星を見よう (33回/各回受講)	惑星の中でも人気の高い木星と 土星が見られます。縞模様やガ リレオ衛星のある木星、大きな環 が魅力の土星などをご覧ください。 〈どなたでも・15名〉 大田原市ふれあいの丘天文館	11/3(金)・ 5(日)・10(金)・ 12(日)・17(金) ～19(日) 12/1(金)・ 2(土)・8(金)・ 10(日) 18:10 ～19:00、 19:10～ 20:00、20:10 ～21:00	なし 入館料のみ (大人 300 円、 小中学生 100 円、 未就学無料)	大田原市ふれあいの丘 天文館 〒324-0024 大田原市福原 1411-22 TEL:0287-28-3254 FAX:0287-28-3254 必ず電話で
10	【一般】 リサイクル施設等見 学コンシェルジュ事業 【県北開催】 (1回) ※施設の詳細は、県 HPに公開しておりま す。	県民の皆様のリサイクル施設等 を直接見学していただくことで、 廃棄物の処理やリサイクル施設 等について理解を深めていただく 講座です。見学希望に合わせた 見学先の提案・調整、見学先で エスコートを行います。 〈県民及び県内に所在する事業 所・団体など(小学4年生以上。 小学生には引率者が必要。) 5組/月(県北、県央、県南合計 の定員)〉 見学先として登録されている施設	随時開催(開 催日時につ いては、申込 者との調整に より決定。)	12/22(金)まで 無料(現地集合・現地解 散。ただし、見学当日ま でに各自、傷害保険等 に加入をお願いしま す。) 1グループ5名以上から 受付。	栃木県 環境森林部 資 源循環推進課 〒320-8501 宇都宮市埴田1丁目1番 20号 TEL:028-623-3228 FAX:028-623-3113 E-mail: puragomizero@pref.tochi gi.lg.jp 栃木県 環境森林部 資 源循環推進課に 郵送、FAX 又は Eメール でお申し込みください。

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
11	【一般】 「入江明日香展」エンディングトーク (1回)	館長による、展覧会「入江明日香展」のトーク。現代の作家や現代芸術の楽しみなどをご紹介します。 (どなたでも・20名程度) 那珂川町馬頭広重美術館内	11/11(土) 13:30～15:00	4/1(土)～ 定員になり次第締め切り 展示室内は要観覧料	那珂川町馬頭広重美術館 〒324-0613 那須郡那珂川町馬頭 116-9 TEL: 0287-92-1199 FAX: 0287-92-7177 E-mail: hpmaster@hiroshige.bato.tochigi.jp 電話・FAX・美術館受付・メールにて

県北・能力・自己開発コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【専門】 レストランサービス 技能検定3級準備 講習(実技) (2回/連続受講)	技能検定の実技試験に必要な正しい接客方法を習得する(接客マナー、テーブルサービス等) (技能検定受検者、またはレストランサービスに興味があり基礎技能を身に付けたい方等・5名) 栃木県立県北産業技術専門校	10/2(月)～ 3(火) 9:10～15:50	9/22(金)まで 定員になり次第締め切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による 支払	栃木県立県北産業技術専門校 〒325-0001 那須町高久甲 5226-24 TEL: 0287-64-4000 FAX: 0287-64-5445 電話で直接お申込みください。
2	【専門】 ホテルサービス英会話 (4回/連続受講)	ホテルサービスに必要な基礎的な英会話とシチュエーション別における英会話を習得する。 (ホテル宿泊業に従事されている方、またはホテルサービス英会話に興味がある方等・10名) 栃木県立県北産業技術専門校	10/17・31、 11/14・28 火曜日 13:00～15:50	10/2(月)まで 定員になり次第締め切り 1人あたり 3,580円 県の収入証紙による 支払	栃木県立県北産業技術専門校 〒325-0001 那須町高久甲 5226-24 TEL: 0287-64-4000 FAX: 0287-64-5445 電話で直接お申込みください。
3	【専門】 ガス溶接技能講習 Ⅱ (2回/連続受講)	ガス溶接等の作業に従事するための資格を取得する(法令に基づく学科及び実技、修了試験有り) (これからガス溶接作業に従事する方等・20名) 栃木県立県北産業技術専門校	11/1(水)～ 2(木) 9:00～17:00	10/20(金)まで 定員になり次第締め切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による 支払	
4	【専門】 アーク溶接特別教育Ⅱ (3回/連続受講)	アーク溶接等の作業に従事するための資格を取得する(法令に基づく学科及び実技) (これからアーク溶接作業に従事する方等・20名) 栃木県立県北産業技術専門校	11/8(水)～ 10(金) 9:00～17:00	10/30(月)まで 定員になり次第締め切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による 支払	
5	【専門】 第一種電気工事士 技能試験準備講習 (3回/連続受講)	技能試験の候補問題を製作しながら、複線図の書き方、施工基本作業、製作上のポイントを習得する。 (電気工事士技能試験の受験者、または同等の知識を有する方等・10名) 栃木県立県北産業技術専門校	11/29(水)～ 12/1(金) 9:10～15:50	11/20(月)まで 定員になり次第締め切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による 支払	

県北:郷土理解コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 講座「黒羽藩主大関家の家譜を読む」 (16回/連続受講)	黒羽藩 11代藩主大関増業が編纂した大関家の家譜『多治比系伝』(文化11年<1814>序)を読み進め、江戸時代中期の黒羽の歴史に触れます。 <どなたでも・各16名> 大田原市黒羽芭蕉の館	5/27、6/10、 7/15、8/19、 9/9、11/18、 12/16、2/24 土曜日 午前の部 9:30 ～11:30 午後の部 3:30 ～15:30	4/15(土)～5/26(金) 無料	大田原市黒羽芭蕉の館 〒324-0234 大田原市前田 980-1 TEL:0287-54-4151 FAX:0287-54-4188 電話・FAX
2	【一般】 展示解説 (2回/各回受講)	特別展『古代那須びとの装いと祈りー縄文・古墳時代の遺物からー』の関連行事として行います。 <どなたでも・各回20名> 那珂川町なす風土記の丘資料館資料館	10/1(日)・ 11/18(土) 各回とも 13:30 ～	申込み不要 無料	那珂川町なす風土記の丘資料館 〒324-0501 那須郡那珂川町小川 3789 TEL:0287-96-3366 FAX:0287-96-3340 当日来館
3	【一般】 史跡見学会 (1回)	特別展『古代那須びとの装いと祈りー縄文・古墳時代の遺物からー』の関連行事として開催し、茨城方面の史跡見学会を予定しています。 <どなたでも・20名> 未定	10/7(土) 8:00～17:00	8/8(火)～先着順 実費 要予約	那珂川町なす風土記の丘資料館 〒324-0501 那須郡那珂川町小川 3789 TEL:0287-96-3366 FAX:0287-96-3340 電話・FAX
4	【一般】 史跡ウォーク (1回)	特別展『古代那須びとの装いと祈りー縄文・古墳時代の遺物からー』の関連行事として開催し、福島県白河市方面の史跡ウォークを予定しています。 <どなたでも・20名> 未定	11/4(土) 8:00～15:00	9/5(火)～先着順 実費 要予約	那珂川町なす風土記の丘資料館 〒324-0501 那須郡那珂川町小川 3789 TEL:0287-96-3366 FAX:0287-96-3340 電話・FAX
5	【一般】 なす風土記講座 (5回/各回受講)	当館の学芸員が那須地域の歴史などを中心に講演いたします。また、外部からも講師をお招きして講演いたします <どなたでも・①③⑤各回30名、②④各回50名> ①③⑤那珂川町なす風土記の丘資料館 講堂 ②④那珂川町すこやか共生館	①8/20(日) ②10/22(日) ③11/12(日) ④1/28(日) ⑤3/10(日) ※時間は各講座によって異なります。	各回の前日まで(通年申し込み可) ※定員に達さない限り 随時受付 無料	

県央:健康・スポーツコース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 ヒップホップジュニアA(I 1・3週目) (10回/連続受講)	若者や子どもに最も人気のあるダンス。リズムに合わせて体を動かし、踊る楽しさを学びましょう。 <初めて・初心者向け 小学校低学年～小学校中学年対象・14名> アミークス(とちぎ青少年センター)	10/6～3/1 18:30～19:20 金曜日	9/1(金)～ 15,000円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
2	【一般】 ヒップホップジュニアA(II 2・4週目) (10回/連続受講)	若者や子どもに最も人気のあるダンス。リズムに合わせて体を動かし、踊る楽しさを学びましょう。 <初めて・初心者向け 小学校低学年～小学校中学年対象・14名> アミークス(とちぎ青少年センター)	10/13～3/8 18:30～19:20 金曜日	9/1(金)～ 15,000円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
3	【一般】 ヒップホップ B (20回/連続受講)	若者や子どもに最も人気のあるダンス。リズムに合わせて体を動かし、踊る楽しさを学びましょう。 〈中級者向け 小学校中学年～大人・14名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/6～3/8 19:40～20:30 金曜日	9/1(金)～ 30,000円	(一財)栃木県青年 会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
4	【一般】 ヒップホップ C (20回/連続受講)	若者や子どもに最も人気のあるダンス。リズムに合わせて体を動かし、踊る楽しさを学びましょう。 〈上級者向け 中学生～大人・14名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/6～3/8 20:40～21:30 金曜日	9/1(金)～ 30,000円	
5	【一般】 健康ヨガ I (1・3週目) (12回/連続受講)	ヨガで心と体をリフレッシュしましょう。この講座は、呼吸を大切にしながら無理なく体を動かして、心と体を整えていくことを目的としています。 〈どなたでも・14名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/4～3/20 19:00～20:30 第1・3水曜日	9/1(金)～ 18,000円	
6	【一般】 健康ヨガ II (2・4週目) (12回/連続受講)	ヨガで心と体をリフレッシュしましょう。この講座は、呼吸を大切にしながら無理なく体を動かして、心と体を整えていくことを目的としています。 〈どなたでも・14名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/11～3/27 19:00～20:30 第2・4水曜日	9/1(金)～ 18,000円	
7	【一般】 わたしのヨーガ (12回/連続受講)	ヨガで心と体をリフレッシュしましょう。この講座は、呼吸を大切にしながら無理なく体を動かして、心と体を整えていくことを目的としています。 〈どなたでも・14名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/11～3/27 14:00～15:30 第2・4水曜日	9/1(金)～ 18,000円	
8	【一般】 子ども合気道～ 集中心を養う～ (22回/連続受講)	武道は礼に始まり礼に終わりますから、日常の礼儀が基本的な生活習慣として身につきます。稽古は元気にケガのないように楽しんでもらいます。体は自然に合気道の動作になじみ、知らず知らずに上達します。暴漢の手を振りほどく簡単な技は早くから指導します。 〈年長児～小学生・13名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/3～3/27 17:30～18:45 月曜日	9/1(金)～ 33,000円	
9	【一般】 初心者からの合気道 (22回/連続受講)	体格、性別、年齢に関係なく稽古できます。指導者がその人に合った指導をします。稽古は型稽古で試合はありません。争わないことを学ぶ「和の武道」です。ストレス解消、健康増進に最適です。心身をリフレッシュしながら護身技を身につけられます。 〈中学生～一般・13名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/3～3/27 19:00～20:30 月曜日	9/1(金)～ 44,000円	
10	【一般】 いきいき3B体操 (12回/連続受講)	3B体操は、ボール・ベル・ベルトという器具を使って誰でもできる楽しい体操です。運動が苦手な方でも大丈夫。音楽に合わせて楽しく体を動かして、健康寿命の延伸を目指しましょう。親子ペア(子どもは未就学児まで)は1人分の受講料で参加可能です。 〈どなたでも 親子参加歓迎 10名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/3～3/19 第1・3火曜日 10:00～11:30	9/1(金)～ 18,000円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
11	【一般】 表情筋トレーニングⅠ (12回/連続受講)	お顔のシワ、たるみ、気になりませんか？この講座では、顔のコア(中心軸)を明確にして表情筋を動かすことによってお顔のお悩みを改善していきます。マスク老化の改善にもぜひ！ <どなたでも・10名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/5～3/21 第1・3木曜日 11:00～12:00	9/1(金)～ 30,000円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
12	【一般】 表情筋トレーニングⅡ (12回/連続受講)	お顔のシワ、たるみ、気になりませんか？この講座では、顔のコア(中心軸)を明確にして表情筋を動かすことによってお顔のお悩みを改善していきます。マスク老化の改善にもぜひ！ <どなたでも・10名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/5～3/21 第1・3木曜日 13:00～14:00	9/1(金)～ 30,000円	(公財)とちぎ男女共同 参画財団 〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 TEL:028-665-7706 FAX:028-665-7722 https://www.parti.jp/ HP・TEL・FAX・直接の ご来館でも受け付けて おります。
13	【一般】 バランスボールエクサ サイズ体験 (1回)	パーティ講座「産後の心と体のセルフケア」のバランスボールエクササイズを体験します！性別・年齢問わず、どなたでも参加できます。バランスボールを使った有酸素運動・コミュニケーションスキル・日常でできるセルフケアなどの体験。 講師:認定NPO法人マドレポニータ産後セルフケアインストラクター 小嶋 千恵 <どなたでも(小学校高学年くらいから)> ※生後6か月未満の赤ちゃん同伴可・30名 パーティ とちぎ男女共同参画センター	11/18(土) 10:30～11:30	8/1(火)から 10/24(火)まで先着 順 無料 満6ヶ月から未就学 児、小学校中学年ま での保育あり (1回500円)	(公財)とちぎ男女共同 参画財団 〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 TEL:028-665-7706 FAX:028-665-7722 https://www.parti.jp/ HP・TEL・FAX・直接の ご来館でも受け付けて おります。
14	【一般】 令和5年度 宇都宮 市民大学(後期)専門 講座「作新 心と身体 の健康講座」 (6回/連続受講)	普段の生活の中で「心」は揺れ動き、様々な感情を生み出しています。「心」は切り傷やかぶれのように、目で見て気づき、手当てすることは困難です。本講座では、神経・生理心理学とスポーツ心理学の視点から「心」について学ぶとともに、「心」を支える「身体」を健康に保つための運動を体験・学習します。 <一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)・60名> 作新学院大学 (中央研究棟 第1会議室)	10/26(木)～ 12/7(木) 14:00～16:00 毎週木曜日 ※11/23を除く	9/1(金)～14(木) 3,000円 詳しくは宇都宮市 HPまたは市内各施 設にあるパンフレット をご覧ください。	宇都宮市民大学 〒320-0806 宇都宮市中央1-1-13 TEL:028-632-6332 FAX:028-632-6336 E-mail: college@city.utsunomi ya.tochigi.jp https://www.city.utsu nomiya.tochigi.jp/kura shi/shogaigakushu/ka gayaki/kouza/index.ht ml メール・FAX・直接・は がき
15	【一般】 ”発語”ことばを出せる ように！ (連続受講) レベル:入門	お子様の発語でお悩みの方。音を使って発語を促していく療育です。 講師:佐藤弘子 <子供2才～未就学児・3名> 菊沢コミュニティセンター	10/13～12/22 (金・全6回) 任意・30分 13:00～15:00	ハガキ:9/1(金)～ 電話:9/8(金)～ 最終申し込みは講 座開講日7日前ま で 6,500円	かぬまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18 TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきに て※キャンセルは講 座開講日5日前ま で・・・開講日3日前 のキャンセルからは 違約金を支払うこと になります。 <違約金とは受講料 です。>

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
16	【一般】 いきいき自力整体 (昼) (連続受講) レベル:入門	足腰やひざの痛み冷え性など不快な 症状を自分で正し快適に過ごす。 講師:鈴木康子 <一般・17名> 市民情報センター	10/2~2/26 (月・全15回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 10,700円	ぬまマイ・カレッジ事 務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18 TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきに て※キャンセルは講 座開講日5日前ま で・・・開講日3日前 のキャンセルからは 違約金を支払うこと になります。 <違約金とは受講 料です。>
17	【一般】 いきいき自力整体 (夜) (連続受講) レベル:入門	足腰やひざの痛み冷え性など不快な 症状を自分で正し快適に過ごす。 講師:鈴木康子 <一般・17名> 市民情報センター	10/2~2/26 (月・全15回) 19:00~21:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 10,700円	
18	【一般】 Tomoyoga*若返り ヨガ (連続受講) レベル:入門	骨盤周りの血流促進、骨盤低筋を鍛 えて体を若返らせよう!! 講師:川田知子 <一般・10名> 市民情報センター	10/2~2/19 (月・全10回) 13:00~14:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 6,750円	
19	【一般】 復活!サボリ筋 (連続受講) レベル:初級	弱った筋肉を鍛え、さらに有酸素運 動で動ける体をつくろう。 講師:永浦由佳里 <一般・12名> 市民情報センター	10/3~2/20 (火・全15回) 10:00~11:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 8,150円	
20	【一般】 3B体操(健康体操) +ヨガ (連続受講) レベル:初級	運動を始めたい方に最適3つの手具 を使い無理なく楽しい体操です。 講師:田村裕子 <女性・10名> 市民情報センター	10/3~2/27 (火・全16回) 10:00~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 10,260円 教材費 3,500円	
21	【一般】 整体師が勧める筋力 アップ体操 (連続受講) レベル:初級	体力に不安を感じたら始めてみませ んか?筋力アップで元気な体 講師:星野敦子 <一般・15名> 菊沢コミュニティセンター	10/4~12/6 (水・全10回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 7,300円 教材費 200円	
22	【一般】 ゆったり 健やか 太 極拳 (連続受講) レベル:初級	太極拳24式の型や技をより理解し て、体の中から軸を自覚する。 <一般・10名> 市民情報センター	10/4~2/14 (水・全13回) 10:00~11:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 5,840円	
23	【一般】 中高年の筋力アップ 健康体操 (連続受講) レベル:初級	体力に不安を感じたら始めてみまし ょう。元気に楽しく体力づくり。 講師:星野敦子 <一般・15名> 市民情報センター	10/4~1/24 (水・全15回) 13:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 7,200円 教材費 300円	
24	【一般】 楽々シェイプ!バレト ン (連続受講) レベル:初級	簡単な動きで代謝をUP!音楽に合 わせて楽しくシェイプUP 講師:真下清美 <一般・10名> 市民情報センター	10/4~12/6 (水・全10回) 18:00~19:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 6,300円	
25	【一般】 はじめようヨガでスト レッチ (連続受講) レベル:初級	筋肉を意識しながらヨガの動きを行 うことで筋力UPとリラックス 講師:星野敦子 <一般・14名> 市民情報センター	10/5~2/15 (木・全15回) 10:00~11:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 7,100円 教材費 400円	
26	【一般】 らく楽「筋活」健康体 操 (連続受講) レベル:初級	ストレッチと筋力アップで心と体が若 返り、一生動ける体づくり! 講師:星野敦子 <一般・14名> 市民情報センター	10/5~2/15 (木・全15回) 11:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 7,100円 教材費 400円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
27	【一般】 やさしいフラメンコ (連続受講) レベル:入門	フラメンコの音楽やリズムに触れルンバを踊りましょう。 講師:吉澤じゅりあん <一般・7名> 市民情報センター	10/5~2/8 (木・全10回) 12:00~13:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 9,000円	ぬまマイ・カレッジ事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18 TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて※キャンセルは講座開講日5日前まで…開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>
28	【一般】 楽しく踊ろうフラメンコ (連続受講) レベル:中級	パリージョやアバニコを使って楽しく踊りましょう。 講師:吉澤じゅりあん <一般・7名> 市民情報センター	10/5~2/8 (木・全10回) 13:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 9,000円	
29	【一般】 ダンスエクササイズ♪ (連続受講) レベル:初級	有酸素運動を取り入れながら、心も体も悦ぶフィットネス!! 講師:小池夏希 <一般・8名> 市民情報センター	10/5~1/25 (木・全10回) 13:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,550円	
30	【一般】 スポーツウェルネス 吹矢教室 (連続受講) レベル:入門	礼に始まり礼に終る吹矢 腹式呼吸で腹筋を鍛えおながへこむ 講師:黒川幸昭 <一般・10名> 北押原コミュニティセンター	10/6~2/16 (金・全10回) 9:30~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 3,500円	
31	【一般】 美腹トレーニング (連続受講) レベル:入門	カラダが喜ぶ!姿勢改善効果抜群の美トレでお腹周りがスッキリ~! 講師:なかむらしほみ <一般・15名> 市民情報センター	10/6~2/16 (金・全15回) 10:00~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 7,750円	
32	【一般】 ロングプレス体操 (連続受講) レベル:入門	ロングプレスと運動を組合せた体操で体も心も脳も元気にさわやか 講師:鈴木栄子 <一般・30名> 市民情報センター	10/6~2/9 (金・全12回) 11:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 2,000円	
33	【一般】 頭スッキリ認知症予防音楽体操 (連続受講) レベル:入門	家でできる予防法改善法を知って部位に特化したレクで楽しもう。 講師:佐藤弘子 <一般・10名> 市民情報センター	10/20~2/16 (金・全8回) 10:00~11:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 4,200円 教材費 200円	
34	【一般】 Tomoyoga*筋膜リリース (連続受講) レベル:中級	柔軟性を高めていくクラス。開脚など挑戦したい方におすすめ☆ 講師:川田知子 <一般・10名> 市民情報センター	10/20~2/16 (金・全10回) 18:00~19:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 6,750円 教材費 1,500円	
35	【一般】 Tomoyoga*体メンテ (連続受講) レベル:初級	筋膜リリースヨガ。一生お付き合いしていく自分の体を長く大切に 講師:川田知子 <一般・10名> 市民情報センター	10/20~2/16 (金・全10回) 19:30~21:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 6,750円	
36	【一般】 整体師が勧めるフィットネスヨガ (連続受講) レベル:初級	ゆったりとしたヨガをベースに無理なく動くことで体幹を育てます。 講師:星野敦子 <一般・14名> 市民情報センター	10/20~1/5 (金・全10回) 19:30~21:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 6,500円 教材費 300円	
37	【一般】 よさこい入門 (連続受講) レベル:入門	リズムカルなテンポのダンスを踊ろう!まずはスローテンポで 講師:吉村 功 <一般・10名> 市民情報センター	10/28~2/3 (土・全10回) 11:00~13:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 3,000円 教材費 220円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
38	【一般】 社交ダンス チャチャ チャ (連続受講) レベル:初級	ステップを覚えながら、美しい姿勢を身につけましょう。 講師:世古宗友子 <一般・7名> 市民情報センター	11/21～1/16 (火・全8回) 17:00～18:00	ハガキ:9/1(金)～ 電話:9/8(金)～ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 5,240円 教材費 80円	ぬまマイ・カレッジ事務 局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
39	【一般】 健康生活のための予 防セミナー (連続受講) レベル:入門	生活不安をなくして健康寿命を伸ばそう! 講師:正木 充 <一般・20名> 市民情報センター	10/22～12/10 (日・全5回) 13:00～15:00	ハガキ:9/1(金)～ 電話:9/8(金)～ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 1,200円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座 開講日5日前ま で・・・開講日3日前 のキャンセルからは 違約金を支払うこと になります。 <違約金とは受講料 です。>
40	【一般】 ベビーママフィットネス (連続受講) レベル:入門	赤ちゃんの体操とママの産後の体操 講師:柴 知束 <親子(4ヶ月～1歳)・10組> 市民情報センター	10/12～2/22 (木・全10回) 10:00～12:00	ハガキ:9/1(金)～ 電話:9/8(金)～ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 10,700円	
41	【一般】 筋力アップトレ&美温 活 (10回/連続受講)	一般の方を対象とした筋力アップ トレ&美温活教室 <一般男女・30名> 今市青少年スポーツセンター 大研修室	9/6～11/8 毎週水曜日 10:30～11:30	8/1(火)～31(木) 3,000円	今市青少年スポーツ センター 〒321-2342 日光市根室 609-1 TEL:0288-26-1155 FAX:0288-26-4706 電話または来所
42	【一般】 ピラティス (10回/連続受講)	一般の方を対象としたピラティス教 室 <一般男女・60名> 今市青少年スポーツセンター 体育館	9/7～11/9 毎週木曜日 19:30～20:30	8/1(火)～31(木) 3,000円	今市青少年スポーツ センター 〒321-2342 日光市根室 609-1 TEL:0288-26-1155 FAX:0288-26-4706 電話または来所

県央:文化・教養コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 油絵 (12回/連続受講)	道具の使い方から、ていねいに指 導いたします。個性重視、描く喜び を共に学びましょう。 単発での参加は受付しておりませ ん。継続での参加申し込みが必要 <どなたでも・7名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/4～3/20 10:00～12:00 第1・3水曜日	9/1(金)～ 23,760円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁 目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メー ル
2	【一般】 水彩画 I (12回/連続受講)	初心者歓迎。身近な風景をスケッ チし、描く楽しさと思い出を作ってみ ませんか?受講生それぞれの技量 や個性に合わせた指導を行います。 単発での参加は受付しておりませ ん。継続での参加申し込みが必要 <どなたでも・7名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/5～3/21 10:00～12:00 第1・3木曜日	9/1(金)～ 23,760円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
3	【一般】 水彩画Ⅱ (12回/連続受講)	初心者歓迎。身近な風景をスケッチし、描く楽しさと思い出を作ってみませんか？受講生それぞれの技量や個性に合わせた指導を行います。単発での参加は受付けておりません。継続での参加申し込みが必要 <どなたでも・7名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/5～3/21 13:00～15:00 第1・3木曜日	9/1(金)～ 23,760円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
4	【一般】 書道 (12回/連続受講)	初心者の方から久しぶりに筆を持つ方でも、それぞれの技量や個性に合わせた指導を行います。 <どなたでも・7名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/10～3/26 18:30～20:30 第2・4火曜日	9/1(金)～ 23,760円	
5	【一般】 ステンドグラス (12回/連続受講)	色褪せず輝き続ける、世界でたった一つの作品を作りましょう。 単発での参加は受付けておりません。継続での参加申し込みが必要 <どなたでも・9名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/7～3/16 13:30～15:30 第1・3土曜日	9/1(金)～ 23,760円	
6	【一般】 ハーダンガー刺繍 (火曜日) (6回/連続受講)	ハーダンガー刺繍はノルウェーの伝統工芸です。布目を数えながらストレートステッチののち、織り糸をカットし幾何学模様でシンプルな作品に仕上げます。カリキュラムに沿ってドイリー、テーブルセンター、クッション他を作ります。 <どなたでも・10名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/24～3/26 10:00～12:00 火曜日	9/1(金)～ 12,000円	
7	【一般】 ハーダンガー刺繍 (木曜日) (12回/連続受講)	ハーダンガー刺繍はノルウェーの伝統工芸です。布目を数えながらストレートステッチののち、織り糸をカットし幾何学模様でシンプルな作品に仕上げます。カリキュラムに沿ってドイリー、テーブルセンター、クッション他を作ります。 <どなたでも・10名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/12～3/28 13:00～15:00 木曜日	9/1(金)～ 24,000円	
8	【一般】 いけばな池坊 (集中講座) (7回/連続受講)	日曜の午後のひと時、花の命を見つめ充実した楽しいひと時を過ごしてみませんか。初めての方から上級者まで月1回の集中したお稽古です。時代と共に変化する池坊の新しい花も一緒に勉強しましょう。 <どなたでも・7名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/5～3/17 14:00～17:00 日曜日	9/1(金)～ 15,400円	
9	【一般】 着付けと美しい作法 (14回/連続受講)	その時、その場に相応しい調和のとれた着物でお出かけしましょう。身近な作法や日本のしきたり、年中行事など組まれております。 <どなたでも・8名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/14～3/30 10:00～12:00 土曜日	9/1(金)～ 28,000円	
10	【一般】 かおりの芸道 香道古心流 (6回/連続受講)	日本三大芸道の一つと言われる「香道」を始めてみませんか？沈香の香とともに、いにしえの世界へと貴方を誘います。 <どなたでも・10名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/1～3/3 13:30～16:00 第1日曜日	9/1(金)～ 13,200円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
11	【一般】 おしゃれな手創りインテリア (6回/連続受講)	お家に手創りのインテリアを飾りませんか？ガラスアート・タイル・クレイ等どなたでも簡単に作成できます。専用の工具は、こちらで用意いたしますので手ブラでどうぞ。 <どなたでも・7名> コンサーレ(栃木県青年会館)	10/12～3/14 10:00～12:00 第2木曜日	9/1(金)～ 13,200円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
12	【一般】 縄文の記憶を呼び覚ます (4回/各回受講)	縄文時代を特徴づける様々なことからの中から矢の先につけるやじり、装飾品としての耳飾りに注目し、その形に込められた思いや役割、変化の歴史について学んでいきたいと思えます。さらに、「やじり」と「耳飾り」を当時の方法で実際に作ってみることで、縄文時代の記憶を呼び覚ます体験をしてみましょう。 <小学校4年生～・講話のみ80名、講話+体験:20名> 栃木県総合文化センター 講話:第1会議室 体験:演劇練習室	①やじりの登場 講話:10/29(日) やじりづくり体験:11/5(日) ②多様なアクセサリー(耳飾り) 講話:11/18(土) 耳飾りづくり体験:11/25(土) 各回時間: 13:30～15:00	講話のみ:9/11(月)～開催前日まで ※先着順 講話+体験: ①9/11(月)～10/16(月) ②9/11(月)～11/6(月) ※応募者多数の場合抽選 講話のみ:500円 講話+体験:1,000円	(公財)とちぎ未来づくり財団 〒320-8530 宇都宮市本町1-8 TEL:028-643-1011 FAX:028-650-5284 E-mail: tmf@tmf.or.jp 電話、メール
13	【専門】 青少年育成セミナー (2回/各回受講)	青少年の抱える今日的な課題を踏まえ、子どもたちを様々な角度から見つめ直し、青少年にどのように向き合っていけばよいのかを改めて考える機会とするとともに、支援方法や関係機関との連携方策を学び、社会全体で青少年の成長を見守り育む環境づくりに繋げていくことを目的に開催する。 <県内青少年育成関係者等・11/30(木):100名、1/30(火):200名> 11/30(木):とちぎ青少年センター 1/30(火):栃木県総合文化センター	11/30(木)、1/30(火) 研修時間: 14:00～15:30	各回の1～2か月前から無料 内容の詳細についてはチラシまたはHPをご覧ください。	(公財)とちぎ未来づくり財団 〒320-8530 宇都宮市本町1-8 TEL:028-643-1005 FAX:028-650-5284 E-mail: ikusei@tmf.or.jp https://www.tmf.or.jp/index.php FAXまたはメール
14	【一般】 星をみる会 (6回/各回受講)	当館の天文台にある75cm反射式望遠鏡を使って、当日見える天体を観察します。なお、雨天・曇天の場合は、プラネタリウムで星空解説を行います。 <小学生以上・各回40名> 栃木県子ども総合科学館	10/7(土)・21(土)、11/5(日)・18(土)、12/9(土)・23(土) 19:00～21:00	各講座実施日のおよそ3週間前から無料 定員等変更がある場合は当館ホームページで案内。	(公財)とちぎ未来づくり財団 子ども総合科学館 〒321-0151 宇都宮市西川田町567 TEL:028-659-5555 FAX:028-659-5353 https://t-csm.jp メールによる事前申し込み制 kagaku01@tmf.or.jp
15	【一般】 科学工作教室「親子でイルミネーションリースをつくろう」 (2回/各回受講)	色が変わるLEDを使ってクリスマスリースをつくります。 <小学生以上親子・各回9組> 栃木県子ども総合科学館	11/25(土)・26(日) 13:30～ 2時間程度	講座実施日の1か月前、ホームページ掲載時から 材料費1,000円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
16	【一般】 令和5年度 宇都宮市民大学(後期) 専門講座「知られざるキノコの世界～キノコの生態と環境問題について考える～」 (6回/連続受講)	本講座では、自然のキノコの種類や地域性、食品や薬品としての利用と栽培技術などの身近な話題や、キノコを例に東日本大震災に伴う原発事故の環境問題について考えます。 菌床栽培キット(無償配布)の成長具合を楽しみながら、不思議なキノコの世界を学んでみませんか。 〈一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)・60名〉 人材かがやきセンター研修室	10/31(火)～ 12/5(火) 14:00～16:00 毎週火曜日	9/1(金)～14(木) 3,000円 詳しくは宇都宮市HP または市内各施設にあるパンフレットをご覧ください。	宇都宮市民大学 〒320-0806 宇都宮市中央 1-1-13 TEL: 028-632-6332 FAX: 028-632-6336 E-mail: college@city.utsunomiya.tochigi.jp https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/shogaigakushu/kagayaki/kouza/index.html メール・FAX・直接・はがき
17	【一般】 令和5年度 宇都宮市民大学(後期) 専門講座「近くて遠い国『中国』を知る～理解と誤解～」 (7回/連続受講)	近年、日本と中国は経済や観光などで緊密さが増す一方、必ずしも良好なイメージが形成されているとは言えません。本講座では、中国の政治・経済・文化・社会の諸相を通じ、何を誤解し、どうすればそれを理解へと近づけていけるのかを学びます。どのように日本と中国は分かり合うことができるのか、一緒に考えてみませんか。 〈一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)・60名〉 人材かがやきセンター研修室	10/27(金)～ 12/15(金) 10:00～12:00 毎週金曜日 ※11/3を除く	9/1(金)～14(木) 3,500円 詳しくは宇都宮市HP または市内各施設にあるパンフレットをご覧ください。	
18	【一般】 令和5年度 宇都宮市民大学(後期) 専門講座「『吉澤章』命を宿す創作折り紙～「origami」を造形芸術にまで高めた神宿る手～」 (7回/連続受講)	生涯を創作折り紙の研究と普及に捧げ、独自の世界を切り開いた栃木県生まれの「吉澤章」は、民族の言葉の壁を越えて誰もが楽しめるようにと折り方の図解と記号を考案し、「origami」を世界共通の言葉にしました。世界の老若男女からも愛される創作折り紙の魅力を「吉澤章」と親交のあった講師と楽しみませんか。 〈一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)・60名〉 人材かがやきセンター研修室 ※最終回(12/15)は館外学習	10/27(金)～ 12/15(金) 14:00～16:00 毎週金曜日 ※11/3を除く	9/1(金)～14(木) 3,500円 (※館外学習の費用は別途負担) 詳しくは宇都宮市HP または市内各施設にあるパンフレットをご覧ください。	
19	【一般】 令和5年度 宇都宮市民大学(後期) 専門講座「みる！知る！わかる！慶派の仏像【対面コース または 録画配信コース 選択制】」 (5回/連続受講)	12世紀後半、彫刻様式はリアリズムと力強さを希求する造形へと大きく変容し、その鎌倉新様式を牽引したのが慶派仏師の棟梁である運慶でした。本講座では、慶派の登場から慶派仏師の作品、慶派の仏像への理解を深めていきます。運慶の生きた時代に思いを馳せ、運慶仏誕生の時代的背景や魅力について学んでみませんか。 〈一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)・対面コース:60名 録画配信コース:定員なし〉 人材かがやきセンター研修室	11/2(木)～ 12/7(木) 10:00～12:00 毎週木曜日 ※11/23を除く	9/1(金)～14(木) 2,500円 (対面・録画配信ともに) 詳しくは宇都宮市HP または市内各施設にあるパンフレットをご覧ください。	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
20	【一般】 G7 栃木県・日光 男女共同参画・女性活躍担当大臣 会合記念シンポジウム (1回)	G7 担当大臣会合の概要、基調講演、トークセッション、全体会 (どなたでも・300名) パーティ	11/3(金・祝) 午後	10/1(日)～10/22(日) 無料	栃木県 生活文化スポーツ部 人権男女共同参画課 女性活躍推進担当 〒320-8501 宇都宮市塙田 1-1-20 TEL:028-623-3074 FAX:028-623-3150 E-mail: danjo@pref.tochigi.lg.jp
21	【一般】 とちぎウーマン応援塾 (6回/連続受講)	地域活動や社会活動に携わっている女性を対象として、男女共同参画の視点を持ったリーダーとしての情報やスキルを身につけ、参加者同士のネットワークを広げ、地域課題解決に役立てる講座です。 (地域活動・社会活動に参画する意欲のある女性・20名) とちぎ男女共同参画センター	7/1(土)・15(土) 8/5(土)、 9/22(金)、 10/14(土)、 11/11(土) 13:00～16:00 (9/22のみ 13:30～15:30)	4/4(火)～6/16(金) 無料	栃木県とちぎ男女共同参画センター 〒320-0071 宇都宮市野沢町 4-1 (パーティ内) TEL:028-665-8323 FAX:028-665-8325 https://www.parti.jp/ HP・郵送・FAX 又は、お住まいの市町男女共同参画担当窓口
22	【一般】 むつみの紅葉めぐり (1回)	中央公園内の紅葉の見どころを巡ります。 (どなたでも・20名) 栃木県中央公園 緑の相談所	11/25(土) 10:00～12:00	講座開講日の1か月前～1週間前 但し、定員に達し次第締め切ります。 500円	栃木県中央公園 緑の相談所 〒320-0865 宇都宮市睦町 2-50 TEL:028-636-7621 FAX:028-638-5966 https://www.t-chuuko.jp 中央公園緑の相談所 窓口・電話・ホームページ
23	【一般】 冬の庭木の剪定 (1回)	冬に剪定を行う落葉樹をメインに、庭木の剪定について、実演を通して学びます。 (どなたでも・24名) 栃木県中央公園 緑の相談所	11/26(日) 10:00～12:00	講座開講日の1か月前～ 但し、定員に達し次第締め切ります。 無料	中央公園緑の相談所 窓口・電話・ホームページ
24	【一般】 ママの着付けで宮参り (連続受講) レベル:入門	3才の着付けはママが簡単に出来ます。着付けとヘアを学びましょう。 講師:斎藤典江 (女性・5名) 市民情報センター	10/28～11/4 (土・全2回) 10:00～12:00	ハガキ:9/1(金)～ 電話:9/8(金)～ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 3,940円 教材費 300円	かぬまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18 TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>
25	【一般】 ひとりで簡単、お太鼓結び (連続受講) レベル:初級	初心者でも簡単、前でお太鼓作って背中に回すだけ 講師:高田キク (女性・5名) 講師宅(楡木町)	11/11～12/9 (土・全5回) 13:30～15:30	ハガキ:9/1(金)～ 電話:9/8(金)～ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,900円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>
26	【一般】 始めましょ! ガーデニングライフ (連続受講) レベル:初級	いつも見かける身近な草花を素敵に寄せ植えに大変身!! 講師:渡辺順子 (女性・8名) 講師宅(上石川)	4/26～12/20 (水・全6回) 10:00～11:30	ハガキ:3/6(月)～ 電話:3/13(月)～ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 900円 教材費 15,000円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>
27	【一般】 「万葉集」の会 (連続受講) レベル:中級	一日に二つの巻の歌を選んで読みます。巻15～巻20 講師:石島崇男 (一般・10名) 市民情報センター	5/12～1/12 (金・全5回) 13:30～15:30	ハガキ:3/6(月)～ 電話:3/13(月)～ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,300円 教材費 200円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>
28	【一般】 「源氏物語」の会 (連続受講) レベル:中級	原文を読んで寂聴訳で内容を確認します「須磨」の巻途中からと、「明石」の巻 講師:石島崇男 (一般・10名) 市民情報センター	6/9～2/9 (金・全5回) 13:30～15:30	ハガキ:3/6(月)～ 電話:3/13(月)～ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,300円 教材費 200円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
29	【一般】 草木染 1 (連続受講) レベル:入門	藍・枇杷お好きな色で木綿のTシャツとストール 講師:中條美代子 (女性・8名) 市民情報センター	10/2~11/13 (月・全5回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,400円 教材費 4,000円	かめまマイカレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
30	【一般】 草木染 2 (連続受講) レベル:入門	藍・枇杷お好きな色で木綿のTシャツとストール 講師:中條美代子 (女性・8名) 市民情報センター	10/4~11/22 (水・全5回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,400円 教材費 4,000円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがき にて ※キャンセルは講 座開講日5日前ま で...開講日3日前 のキャンセルからは 違約金を支払うこと になります。 <違約金とは受講 料です。>
31	【一般】 ニャンドウティレース (連続受講) レベル:入門	虹色レースと呼ばれる南米の伝統工 芸を学ぶ。 講師:中山友里子 (一般・4名) 講師宅(上野町)	10/11~25 (水・全3回) 10:00~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,500円 教材費 500円	
32	【一般】 ハロウィンとクリスマス マスクルト (連続受講) レベル:初級	今年は手作りで季節の小物を作ってみ ませんか。 講師:篠原佳津江 (一般・10名) 市民情報センター	10/5~11/16 (木・全4回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 3,700円 教材費 5,000円	
33	【一般】 折り紙 (連続受講) レベル:初級	折り紙の折り方を習得し作品を暮らし の中に飾り楽しみましょう。 講師:寺崎恵美子 (女性・8名) 市民情報センター	10/12~12/21 (木・全6回) 10:00~12:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 3,075円 教材費 600円	
34	【一般】 たのしい押し花 (連続受講) レベル:初級	庭、散歩道の草花を押し花にして想い 出を作りましょう。 講師:土井節子 (一般・12名) 市民情報センター	10/18~2/21 (水・全5回) 13:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,900円 教材費 6,500円	
35	【一般】 織・昔ながらの手織 (連続受講) レベル:入門	織機にたて糸をかけ、緯糸を入れて織 る。 講師:中條美代子 (女性・2名) 講師宅(天神町)	10/21~11/5 (土/日・全5 回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 5,900円 教材費 1,000円	
36	【一般】 美しく映える季節 のクラフト秋冬 (連続受講) レベル:初級	アロマサシェやキャンドルなどを手づく りしてお部屋を華やかに。 講師:阿部 仁美 (一般・8名) 講師宅(茂呂)	10/21~1/13 (土・全4回) 13:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 3,400円 教材費 7,000円	
37	【一般】 ハーブ&アロマで ナチュラル生活 (連続受講) レベル:初級	やさしいハーブの香りに包まれて”生 活に役立つもの”を手づくり。 講師:阿部 仁美 (一般・8名) 講師宅(茂呂)	10/28~2/17 (土・全5回) 13:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,025円 教材費 8,500円	
38	【一般】 切り絵を楽しむ (連続受講) レベル:入門	好きな花を切り絵にしてみませんか。 講師:福田 源 (一般・10名) 市民情報センター	11/1~22 (水・全4回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 2,000円 教材費 2,000円	
39	【一般】 レースドールを楽し む (連続受講) レベル:入門	レース生地が焼成後、陶磁器人形に 変わる宮廷文化の香りを楽しむ。 講師:大貫陽子 (女性・7名) 文化活動交流館	11/19~12/3 (日・全3回) 13:30~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,400円 教材費 5,500円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
40	【一般】 パンカフェ (連続受講) レベル:入門	古民家で楽しむパン。酵母の違いによる味やアレンジを知りましょう。 講師:荻原葉子(女性・7名) 講師宅(下久我)	10/2~9 (月・全2回) 11:30~13:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 2,380円	かめまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
41	【一般】 さくらんぼ酵母のパン レッスン (連続受講) レベル:入門	家庭で作りやすい製法でパン作り の知識と技術を学びます。 講師:松川敦子 (一般・4名) 講師宅(緑町)	10/3~1/9 (火・全8回) 13:00~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 8,800円 教材費 8,000円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX:はがきにて ※キャンセルは講座 開講日5日前ま で...開講日3日前 のキャンセルからは 違約金を支払うことにな ります。 <違約金とは受講料 です。>
42	【一般】 パンをやいてみませ んか? (連続受講) レベル:入門	みんなから、おいしいねと言われ るパンが必ずやけますよ。 講師:秋澤佳津子 (一般・5名) 栗野コミュニティセンター	10/7~2/10 (土・全5回) 9:30~12:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 12,300円 教材費 6,000円	
43	【一般】 やさしい和菓子づくり (連続受講) レベル:入門	電子レンジで、素早くできる和菓子 の作り方を勉強します。 講師:秋澤佳津子 (一般・5名) 市民情報センター	10/28~2/3 (土・全5回) 9:30~12:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 12,300円 教材費 6,000円	
44	【一般】 ようこそ奥深きスパ イスの世界へ1 (連続受講) レベル:初級	スパイスを使ったインド家庭料理 いつもの食卓に変化を! 講師:岩崎有紀 (一般・6名) 菊沢コミュニティセンター	10/22~11/12 (日・全2回) 11:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,700円 教材費 3,000円	
45	【一般】 ようこそ奥深きスパ イスの世界へ2 (連続受講) レベル:初級	スパイスを使ったインド家庭料理 いつもの食卓に変化を! 講師:岩崎有紀 (一般・6名) 市民情報センター	1/21~2/18 (日・全2回) 11:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,700円 教材費 3,000円	
46	【一般】 男性限定奥深きスパ イスの世界へ (連続受講) レベル:入門	料理の基礎から始めましょう!全 3回でスパイスカレーが作れる。 講師:岩崎有紀 (男性・4名) 市民情報センター	10/29~12/17 (日・全3回) 11:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 9,450円 教材費 3,000円	
47	【一般】 初心者のそば打ち教 室 (連続受講) レベル:入門	全麺協の高段位認定者がマンツ ーマンで手打ちそばを本格的に指 導。 講師:芳田時夫 (一般・6名) 菊沢コミュニティセンター	12/7~2/15 (木・全5回) 13:30~16:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 6,800円 教材費 6,000円	
48	【一般】 秋から始めるガーデ ニング (連続受講) レベル:初級	クリスマスやお正月を華やかな寄 せ植えて飾ってみませんか。 講師:渡辺順子 (女性・8名) 講師宅(上石川)	10/25~12/20 (水・全3回) 14:00~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 900円 教材費 7,500円	
49	【一般】 ヨーロッパ フラワ ーデザイン (連続受講) レベル:初級	びっくりする位、ステキなフラワー アレンジが作れます。 講師:城野隆子 (一般・5名) 市民情報センター	11/12~1/14 (日・全3回) 13:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 5,460円 教材費 6,000円	
50	【一般】 プリザーブドフラワー アレンジ (連続受講) レベル:入門	プリザーブドフラワーや造花でアレ ンジメントを作りましょう。 講師:松本浩美 (一般・6名) 市民情報センター	11/18~1/13 (土・全3回) 14:00~16:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,700円 教材費 6,000円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
51	【一般】 裏千家茶の湯へのおさそい (連続受講) レベル:入門	茶道の基本から茶事まで一歩足をふみ入れてみませんか? 講師:秋澤宗佳 <一般・5名> 講師宅(加園)	10/8~2/25 (日・全10回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 14,900円 教材費 5,000円	かめまマイ・カレッジ事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町1982-18 TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで で...開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うことになります。 <違約金とは受講料です。>
52	【一般】 点前を楽しむ 1 (連続受講) レベル:入門	人と人が心を通わせ、和み合い薄茶を点てます。 講師:秋澤宗弘 <一般・5名> 講師宅(東町)	11/7~28 (火・全4回) 10:30~12:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 4,900円 教材費 600円	
53	【一般】 絵画入門(月) (連続受講) レベル:入門	基本のデッサンで形の基礎を学び作品の制作が楽しめる様に。 講師:宮坂 健 <一般・3名> 講師宅(府中町)	10/2~12/18 (月・全10回) 13:00~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 9,800円	
54	【一般】 絵画入門(土) (連続受講) レベル:入門	基本のデッサンで形の基礎を学び作品の制作が楽しめる様に。 講師:宮坂 健 <一般・3名> 講師宅(府中町)	10/7~1/13 (土・全10回) 15:30~18:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 9,800円	
55	【一般】 ふで・ラク (連続受講) レベル:入門	基本練習からミニ色紙に作品を書くまで。実用書もチャレンジ。 講師:板橋和子 <一般・4名> 市民情報センター	10/3~12/5 (火・全5回) 13:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 10,400円 教材費 600円	
56	【一般】 楽しく学ぼう「遊び文字」 (連続受講) レベル:初級	筆ペンやサインペン等を用いて遊び心で書くアート文字です。 講師:大橋好美 <一般・10名> 市民情報センター	10/21~2/17 (土・全6回) 14:00~16:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,460円 教材費 500円	
57	【一般】 始めてみようボイストレーニング (連続受講) レベル:入門	声の悩み解消しませんか?気持ちよく歌うコツを学びましょう。 講師:星野敦子 <一般・8名> 講師宅(東町)	10/1~2/28 (任意・全4回) 1回1時間	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 8,500円 教材費 500円	
58	【一般】 初めてのミュージカル♪火①後期 (連続受講) レベル:入門	ダンスを中心に、歌やリズム遊びなども。5回で1曲仕上げます。 講師:佐藤たかこ <子供(年少~年長)・3名> 講師宅(村井町)	10/17~12/12 (火・全5回) 15:30~16:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,900円	
59	【一般】 初めてのミュージカル♪火②後期 (連続受講) レベル:入門	ダンスを中心に、歌やリズム遊びなども。5回で1曲仕上げます。 講師:佐藤たかこ <子供(年少~年長)・3名> 講師宅(村井町)	10/17~12/12 (火・全5回) 17:30~18:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,900円	
60	【一般】 初めてのミュージカル♪木・後期 (連続受講) レベル:入門	ダンスを中心に、歌やリズム遊びなども。5回で1曲仕上げます。 講師:佐藤たかこ <子供(年少~年長)・3名> 講師宅(村井町)	10/19~12/14 (木・全5回) 15:30~16:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,900円	
61	【一般】 #ピアノ&リトミック (連続受講) レベル:入門	リトミックを取り入れた楽しいレッスン!!音楽が大好きになる指導 講師:佐藤弘子 <子供(1才~未就学児)・7名> 講師宅(松原)	10/2~2/10 (任意・全6回) 1回30分	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 6,000円 教材費 500円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
62	【一般】 認知症予防★脳ト レピアノ (連続受講) レベル:入門	クボタメソッドで脳に直接働きかけ るピアノレッスン★未経験歓迎 講師:羽鳥千賀子 (女性・5名) 講師宅(幸町)	10/2~12/22 (任意・全3回) 1回30分	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 3,300円	かめまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
63	【一般】 ひよこさんのピア ノ教室♪ (連続受講) レベル:入門	小さくても大丈夫!いっぱい歌って 弾いて一緒に成長を楽しもう! 講師:黒川千重子 (子供(2才~3才)・6名) 講師宅(西茂呂)	10/3~2/5 (任意・全4回) 1回30分	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,800円 教材費 600円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきに て ※キャンセルは講座 開講日5日前ま で...開講日3日前 のキャンセルからは 違約金を支払うこと になります。 <違約金とは受講料 です。>
64	【一般】 基礎から始める楽 しいピアノ教室 (連続受講) レベル:入門	基礎も楽しくできればピアノ大好き に!わくわくしっかりレッスン 講師:黒川千重子 (一般・子供(4才以上)・7名) 講師宅(西茂呂)	10/3~2/5 (任意・全5回) 1回30分	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 5,800円 教材費 600円	
65	【一般】 わくわくピアノれっ すん♪ (連続受講) レベル:入門	弾いてみたかったピアノでわくわく。 基本から丁寧にゆっくりと♪ 講師:永田教子 (一般・子供(4才以上)・6名) 講師宅(幸町)	10/10~2/2 (任意・全4回) 1回30分	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 4,900円 教材費 300円	
66	【一般】 はじめてのピアノ チャレンジ(秋) (連続受講) レベル:入門	楽譜が読めない初心者からのマイ ペースレッスン 講師:星野敦子 (一般・子供(3才~)・7名) 講師宅(東町)	10/10~2/28 (任意・全5回) 1回30分	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 5,900円 教材費 500円	
67	【一般】 らくらくピアノで認 知症予防 (連続受講) レベル:入門	中高年から始める脳活ピアノレッス ン。気軽に喜び合う音楽の時間 講師:伊藤小百合 (一般・10名) 菊沢コミュニティセンター	10/23~12/18 (月・全5回) 10:00~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 3,825円 教材費 1,650円	
68	【一般】 中高年のための 楽しいおこと (連続受講) レベル:入門	おことが無くても大丈夫マンツーマ ン指導 椅子式です。 講師:吉澤佳世 (一般・2名) 講師宅(上野町)	10/1~31 (任意・全3回) 1回1時間	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 2,400円 教材費 3,500円	
69	【一般】 初の箏・うさぎ (連続受講) レベル:入門	「うさぎ」をひきましょう。期間中に個 別レッスン2回行います。 講師:殿岡雅楽巴蓉 (女性・子供(10才以上)・2名) 講師宅(西沢町)	10/2~12/15 (任意・全2回) 1回1時間	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 2,500円	
70	【一般】 ギター入門(月) (連続受講) レベル:入門	キラキラ星などのやさしい曲をギタ ーで弾いてみましょう。 講師:野口 理 (一般・6名) 市民情報センター	10/2~2/26 (月・全10回) 19:00~20:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 7,200円 教材費 500円	
71	【一般】 ギター教室(月) (連続受講) レベル:初級	大好きな曲でギターを弾きながら楽 しくコミュニケーション! 講師:野口 理 (一般・6名) 市民情報センター	10/2~2/26 (月・全10回) 20:00~21:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 7,200 円	
72	【一般】 ギター教室(土) (連続受講) レベル:初級	大好きな曲でギターを弾きながら楽 しくコミュニケーション! 講師:野口 理 (一般・6名) 市民情報センター	10/21~2/17 (土・全10回) 19:00~20:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開 講日7日前まで 7,200 円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
77	【一般】 楽しくオカリナ (連続受講) レベル:入門	やさしい音を出してみましよう。簡単な秋の曲が吹けるまで。 講師:神長紀子 <一般・7名> 市民情報センター	10/11~12/6 (水・全5回) 14:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 3,500円 教材費 800円	かぬまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
78	【一般】 豊かなセカンドライフ パートⅡ (連続受講) レベル:初級	ライフプラン・年金・保険・相続の基本を学ぶことができる。 講師:池田 猛 <一般・5名> 市民情報センター	10/22~12/17 (日・全5回) 10:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 7,500円 教材費 1,000円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて ※キャンセルは講座開講日5日前まで で・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこと になります。 <違約金とは受講料 です。>
79	【一般】 二宮金次郎と報徳 仕法(事業) (連続受講) レベル:入門	二宮金次郎の生涯と、SDGsな農村復興事業と成果について知る。 講師:富久田滋子 <一般・10名> 東大芦コミュニティセンター	11/11~12/9 (土・全4回) 13:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 1,480円 教材費 220円	
80	【一般】 らくらく俳句講座 (連続受講) レベル:初級	身近な風物をやさしい言葉で俳句に詠みましよう! 講師:中村國司 <一般・10名> 市民情報センター	10/11~2/14 (水・全5回) 13:30~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,300円 教材費 200円	
81	【一般】 やさしい短歌 (連続受講) レベル:初級	あなたの想いを詠みませんか! 5・7・5・7・7 講師:津吹節子 <一般・10名> 市民情報センター	10/20~2/9 (金・全5回) 13:30~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,300円 教材費 200円	
82	【一般】 川柳おたのしみ教室 (連続受講) レベル:初級	楽しみながら学べる「川柳はじめ」の「はじめ」 講師:白石 洋 <一般・10名> 市民情報センター	10/24~2/27 (火・全5回) 13:30~15:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,300円 教材費 200円	
83	【一般】 宮沢賢治を楽しむ 会 (連続受講) レベル:中級	宮沢賢治の童話・詩・音楽などを楽しみましょう。 講師:石島崇男 <一般・10名> 市民情報センター	10/3~2/13 (火・全5回) 10:00~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座開講日7日前まで 5,000円 教材費 500円	
84	【一般】 多肉植物の寄せ植え 教室 (1回)	多肉植物を使い、可愛い寄せ植えをつくります。作った作品はぜひ、ご自宅等で飾ってください。 <どなたでも(小学生までは保護者同伴必須)・15名> 緑の相談所	11/4(土) 10:00~12:00	開催日の1カ月前(定休日の場合は翌営業日)から1週間前まで 2,400円	日光だいや川公園 緑の相談所 〒321-1263 日光市瀬川 844 TEL:0288-23-0208
85	【一般】 もみじ、カエデ、さくら を見に行こう (1回)	紅葉の時期に、園内散策をしながら、もみじ、カエデの種類を発見します。さらに、この時期に咲くさくらを見つけます。 <どなたでも(小学生までは保護者同伴必須)・10名> 緑の相談所	11/5(日) 10:00~12:00	開催日の1カ月前(定休日の場合は翌営業日)から前日まで 100円	FAX:0288-23-0331 電話、来館での申込み
86	【一般】 クリスマスリースを 作ろう (1回)	クリスマスリース作りを楽しみます。作った作品は、ぜひご自宅等で飾ってください。初めての方でも気軽に作れます。 <どなたでも(小学生までは保護者同伴必須)・15名> 緑の相談所	11/26(日) 10:00~12:00	開催日の1カ月前(定休日の場合は翌営業日)から1週間前まで 1,900円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
87	【一般】 農業体験「大豆」 (6回/連続受講)	みんなで大豆を栽培し、収穫、脱穀します。その後穫れた大豆を使って味噌造りまで体験します。 講師:体験館職員 <小学生以上(小学生は、保護者同伴)・15名> 日光だいや川公園だいや体験館	7/7(金)、 10/6(金)、 11/3(金)・24(金) 9:30~11:30 1/20(土)・21(日) 13:30~15:30	3/1(水)~ 2,000円	日光だいや川公園 だいや体験館 〒321-1424 日光市野口 224 TEL:0288-21-4421 FAX:0288-21-4422
88	【一般】 農業体験「大根」 (3回/連続受講)	大根(青首大根と足尾の在来種唐風呂大根)の種をまき、間引き、収穫と体験します。収穫した大根の保存方法も紹介します。 講師:体験館職員 <小学生以上(小学生は、保護者同伴)・15名> 日光だいや川公園だいや体験館	8/25(金)、 9/22(金)、 11/10(金) 9:30~11:30	3/1(水)~ 800円	電話・来館 (氏名・フリガナ・住所・電話番号をご連絡ください。)
89	【一般】 農業体験「白菜」 (3回/連続受講)	白菜を種まきから収穫まで体験します。収穫した白菜は、日光唐辛子で漬け込むことも出来ます。 講師:体験館職員 <小学生以上(小学生は、保護者同伴)・15名> 日光だいや川公園だいや体験館	9/4(月)、 10/2(月)、 11/20(月) 9:30~11:30	3/1(水)~ 1,000円	
90	【一般】 楽しい洋ラン診断と育て方 (1回)	洋ランの栽培・管理について実技を交えて解説を行います。また受講者の育てた洋ランについても診断してアドバイスをします。 宇都宮蘭友会 柚洞 敏則 氏 <どなたでも・16名> 井頭公園 緑の相談所	11/5(日) 9:30~11:30	講座1か月前から 無料	井頭公園 緑の相談所 〒321-4415 真岡市下籠谷 5028 TEL:0285-82-4475 FAX:0285-83-8934 E-mail:i-midori01@park-tochigi.com
91	【一般】 庭木の剪定③ 「冬に向けて」 (1回)	冬季に向けた剪定のポイントを説明します。樹木剪定の実技も行います。 樹木医 栃木 宏昭 氏 <どなたでも・16名> 井頭公園 緑の相談所	11/12(日) 9:30~11:30	講座1か月前から 無料	電話・FAX・メール・来館にて
92	【一般】 春まで楽しめる ハンギングバスケット (1回)	壁掛け型のバスケットにいろいろな花の苗を植え込みます。空間を立体的に飾り、移動も簡単で長く楽しめます。 ハンギングバスケットマスター 園邊 征子 氏<どなたでも・16名> 井頭公園 緑の相談所	11/19(日) 9:30~11:30	講座1か月前から 3,500円	
93	【一般】 木の実でクリスマスリースを作ろう (1回)	公園内で採集した松ぼっくり等の木の実を用いて、クリスマスリースを作ります。 緑の相談員 <どなたでも・16名> 井頭公園 緑の相談所	11/25(土) 10:00~12:00	講座1か月前から 1,000円	
94	【一般】 木の実でクリスマスリースを作ろう (1回)	公園内で採集した松ぼっくり等の木の実を用いて、クリスマスリースを作ります。 緑の相談員 <どなたでも・16名> 井頭公園 緑の相談所	11/26(日) 10:00~12:00	講座1か月前から 1,000円	
95	【一般】 親子でチャレンジ2023 (1回)	自然体験活動、親子読書などや創作活動をとおして、親子のふれあいや絆を深めます。 <県内在住の小学生とその家族・10組> 芳賀青年の家及びその周辺	11/11(土)~ 12(日)1泊2日 受付:9:30~ 翌日解散 11:30	10/1(日)~ 未定	栃木県芳賀青年の家 〒321-4217 芳賀郡益子町益子 4470 TEL:0285-72-2273
96	【一般】 楽しく作る益子焼 (4回/連続受講)	陶芸の里益子で、手びねり成形やろろ成形・高台削り・釉薬がけ等、益子焼の伝統的な技法を体験します。 <県内在住で全日程に参加できる成人・20名> 芳賀青年の家	11/25(土)~ 26(日)1泊2日 10:00~翌 16:00 12/2(土)・16(土) 10:00~16:00 12/23(土) 10:00~11:45	12/3(日)~ 10,000円(変更の場合あり)	FAX:0285-72-7434 E-mail:haga-seinen@pref.tochigi.lg.jp ハガキ・FAX・メール (電話では確認のみ)

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
97	【一般】 リサイクル施設等 見学コンシェルジュ 事業【県央開催】 (1回) ※施設の詳細は、 県 HP に公開して おります。	県民の皆様へリサイクル施設等を直接 見学していただくことで、廃棄物の処理 やリサイクル施設等について理解を深 めていただく講座です。見学希望に合わ せた見学先の提案・調整、見学先でエス コートを行います。 〈県民及び県内に所在する事業所・団体 など(小学4年生以上。小学生には引率 者が必要。)-5組/月(県北、県央、県南 合計の定員)〉 見学先として登録されている施設	随時開催(開催 日時について は、申込者との 調整により決 定。)	12/22(金)まで 無料(現地集合・現 地解散。ただし、見 学当日までに各 自、傷害保険等に 加入をお願いします。 1グループ5名以 上から受付。	栃木県 環境森林部 資源循環推進課 〒320-8501 宇都宮市埜田1丁目 1番20号 TEL:028-623-3228 FAX:028-623-3113 E-mail: puragomizero @pref.tochigi.lg.jp 栃木県 環境森林部 資源循環推進課に郵 送、FAX 又はEメール でお申し込みください。
98	【一般】 グリム童話をめぐ って (10回/連続受講)	グリム童話をめぐっての内容です。19世 紀の社会状況と現代の私たちの時代が よく似ています。「童話」となってい ますが、決して子どもだけのもの ではなく、人生に直結した内容になっ ています。グリム兄弟とゲーテの『 ファウスト』との関係も含め、 また、ヤーコブ・グリムの書いた 「老齢」などを考えてみたいと思 います。 〈どなたでも20名〉 宇都宮大学峰キャンパス5号館C棟2階	10/11(水)～ 12/13(水)13:30 ～15:30 毎週水曜日	第2次受付 6/1(木)～ 11,000円	宇都宮大学 地域創 生推進機構宇大アカ デミー 生涯学習研究 開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町350 TEL:028-649-5144 FAX:028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/ koukaikouza/index.html
99	【一般】 管弦楽・吹奏楽基 礎入門 (4回/連続受講)	本講義では、管弦楽、吹奏楽の2つの 合奏体に焦点を置き、いろいろな角度 から、観察し理解を深めていきま す。 〈どなたでも10名〉 宇都宮大学峰キャンパス5号館C棟2階	10/26(木)～ 11/16(木)18:30 ～21:00 毎週木曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円	【宇都宮大学公開講 座ホームページの申 込フォーム】 【FAX、郵 送】
100	【一般】 近代皇室と栃木～ とちぎ御用邸もの がたり～② (1回)	日光、田母沢、塩原、那須。栃木県に置 かれた各御用邸とその歴史を通して、 それぞれの地域の魅力をご紹介します。 「小柳学芸員」「飯塚学芸員」 〈どなたでも150名〉 博物館講堂	11/19(日) 13:30～15:00	講座開始日の2ヶ 月前の1日から 当日の観覧券が必 要(大人260円)	栃木県立博物館 〒320-0865 宇都宮市睦町2-2 TEL:028-634-1312 FAX:028-634-1310 電話(028-634-1312)
101	【一般】 パンの成型&薪窯 パン焼き体験 (各回受講)	パンの生地を好きな形に成型し、薪窯で 焼き上げます。約1時間の教室です。 持ち物:エプロン、頭覆い、汚れても良い 服装(粉がつきます) 〈どなたでも参加OK・1組(3名まで)先 着5組まで〉 道の駅うつのみやろまんちっく村	毎週日曜日開 催予定(第3日曜 除く) 1回目11:00～ 2回目13:00～ ※会場、講師の都合 により、お休みにな る場合がございます。 約1ヶ月前には、 ホームページで 開催日をご案内いた します。	開催日確定した ら、予約受付開始 (約1ヶ月前に開 催日確定) 有料	道の駅うつのみやろ まんちっく村 〒321-2118 宇都宮市新里町丙 254 TEL:028-665-8800 FAX:028-665-8678 お電話にて 総合案 内所 予約係まで (TEL 028-615- 7730) ※空きがあれば当日 の受付可。
102	【一般】 米粉パン作り体験 (各回受講)	米粉を使用し、生地からつくりあげま す。 あんぱん3個・カレーパン3個計6個つ くりま す。 作ったパンは、パン工場のオーブンで焼 き上げます。本格的なパン作り体験、約 2時間30分の教室です。持ち物:エプロ ン、頭覆い、汚れても良い服装(粉がつ きます) 〈どなたでも参加OK・1組(3名まで)先 着5組まで〉 道の駅うつのみやろまんちっく村	毎月第3日曜 日開催予定 1回目11:00～ 2回目13:00～ ※会場、講師の都合 により、お休み、変 更になる場合ござ います。約1ヶ月前 には、ホームページ で開催日をご案内 いたします。	開催日確定した ら、予約受付開始 (約1ヶ月前に開 催日確定) 有料	

県央:地域活動コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 ヒューマンフェスタ とちぎ 2023 (1回)	県民一人ひとりに人権尊重に対する理解を深めていただくことを目的に、「こどもの人権」をテーマにトークショーなどを行います。また、人権啓発に関するパネル展示等を行います。 〈どなたでも 申込み多数の場合は抽選・250名〉 とちぎ福祉プラザ多目的ホール	11/11(土) 9:30～16:00	9/1(金)～10/18(水) 無料	栃木県 生活文化スポーツ部 人権男女共同参画課 人権施策推進室 〒320-8501 宇都宮市埴田 1-1-20 TEL:028-623-3027 FAX:028-623-3150 郵送、FAX、WEB サイト
2	【一般】 社会教育主事ステ ップアップ研修 (1回)	社会教育主事有資格者及び社会教育行政職員等の資質向上を目的とした研修です。NPO法人とちぎユースサポーターズネットワーク代表理事の岩井俊宗氏による、「人と人がつながり創るまちづくり」に関する講話です。 〈社会教育主事有資格者、社会教育に関心のある方・30名〉 河内庁舎 5階大会議室	11/2(木) 14:30～16:30	講座実施日の1か月前 ～1週間前 無料	栃木県教育委員会事務局 河内教育事務所 〒321-0974 宇都宮市竹林町 1030-2 TEL:028-626-3183 FAX:028-626-3180 E-mail:kawachi-kyouiku@pref.tochigi.lg.jp メール・FAX・QRコード等で事前申込
3	【一般】 「対話ファシリテーション」の理論と実践 (5回/連続受講)	今や一般語となりつつある「ファシリテーション」について、「対話」という観点から本質を把握し直し、その実践的意義を学んでいきます。なお、同じ空間を物理的に共有するからこそ実行可能なグループ活動など、参加体験型で学習支援を進めます。 〈どなたでも・10名〉 宇都宮大学峰キャンパス 5号館 C棟 2階	10/10(火)～ 11/7(火) 18:45～20:45 毎週火曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円 参考書として、佐藤晴雄・佐々木英和『社会教育経営実践論』(放送大学教育振興会・2022年)を指定します。特に12章が授業内容に直に関係します。	宇都宮大学 地域創生推進機構宇大アカデミー 生涯学習研究開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町 350 TEL:028-649-5144 FAX:028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/koukaikouza/index.html 【宇都宮大学公開講座ホームページの申込フォーム】【FAX、郵送】
4	【専門】 女性の地域活動推進セミナー (8回/連続受講)	講話や演習、グループ研究などをおして、男女共同参画の視点をもって地域活動を推進するリーダーに求められる知識や考え方、技術の習得を目指します。 〈女性学級や家庭教育学級、その他の学習グループ等における指導的立場の方など、地域活動や社会活動に参画する意欲をもっている方・30名〉 栃木県総合教育センター とちぎ男女共同参画センター オンライン(Zoom)	7/21(金)、 8/23(水)、 9/22(金)、 10/17(火)、 11/15(水)、 12/8(金)、 1/10(水) 10:00～15:30 ※8/24(木)～ 11/14(火)にフィールドワーク	研修の開始1～2か月前から 無料	栃木県総合教育センター 〒320-0002 宇都宮市瓦谷町 1070 TEL:028-665-7206 FAX:028-665-7219 電話にてお問い合わせください。 ※研修は、中止や内容を変更する場合があります。
5	【専門】 ウィークエンド青少年セミナー (5回/連続受講)	青少年がボランティアについて学び、講座やイベントの企画と実践をおして、ボランティア活動や地域貢献活動に参画するために必要な知識や技術の習得を目指します。 〈ボランティア活動や地域貢献活動に関心がある、または実際に携わる青少年・30名〉 栃木県総合教育センター	9/30、10/14、 11/11、 12/9・16 土曜日 10:00～15:00	研修の開始1～2か月前から 無料	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
6	【専門】 学校と地域の連携推進セミナー (4回/各回受講)	「地域とともにある学校づくり」と「学校を核とした地域づくり」のそれぞれの視点から、学校と地域が連携・協働した活動に携わる際に必要な知識や技術の習得を目指します。 〈学校と地域の連携した活動や地域で子育て活動に携わっている方・各回10名〉 栃木県総合教育センター	6/16(金)、 7/14(金)、 9/26(火)、 11/16(木) 13:00～15:30	研修の開始1～2か月前から 無料	栃木県総合教育センター 〒320-0002 宇都宮市瓦谷町 1070 TEL: 028-665-7206 FAX: 028-665-7219 電話にてお問い合わせください。 ※研修は、中止や内容を変更する場合があります。

県央・能力・自己開発コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 ハングル(入門コース) (20回/連続受講)	初めてハングルを学ぶ方が対象です。K-POPや韓流ドラマなど話題のカルチャーが気になり言葉を理解したい。韓国出身の先生がわかりやすく丁寧に指導するので正しい発音も学べます。 〈どなたでも・9名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/7～3/16 18:30～20:30 土曜日	9/1(金)～ 33,000円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL: 028-624-1488 FAX: 028-666-6075 E-mail: info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
2	【一般】 ハングル(初級コース) (20回/連続受講)	基礎のハングル語がある程度、読める方が対象です。グループレッスンでコミュニケーション力を高め、楽しみながらネイティブな発音や単語や文法を学びます。 〈どなたでも・9名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/7～3/16 10:00～12:00 土曜日	9/1(金)～ 33,000円	
3	【一般】 中国語(初級会話コース) (20回/連続受講)	初めての方が対象。発音から簡単な挨拶・日常生活など基礎から楽しく学ぶクラスです。 〈どなたでも・9名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/12～3/21 18:30～20:30 木曜日	9/1(金)～ 33,000円	
4	【一般】 中国語(実践会話コース) (20回/連続受講)	経験のある方対象。実用的な日常会話・旅行会話など総合的に学習するクラスです。 〈どなたでも・9名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/11～3/13 18:30～20:30 水曜日	9/1(金)～ 33,000円	
5	【一般】 英会話 (20回/連続受講)	外国人講師と受講生のみなさんで日常会話を楽しみながら、基礎的な会話方法の習得を目指します。(グループレッスンで行います) 〈どなたでも・9名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/6～3/15 18:30～20:30 金曜日	9/1(金)～ 33,000円	
6	【一般】 台湾華語会話 (20回/連続受講)	初めての方が対象です。発音から簡単な日常会話や旅行会話などを学び、台湾の生活習慣・文化・グルメなどの情報を交えながら、基礎から学べるクラスです。 〈どなたでも・9名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/11～3/13 13:30～15:00 水曜日	9/1(金)～ 33,000円	
7	【一般】 ピアノを弾こう (10回/連続受講)	自分の指で身体で奏でる音楽は格別です。ソロの曲、仲間との連弾など、ピアノを弾いてみませんか。とにかく楽しむ音楽～のお手伝いを致します。 〈どなたでも・8名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/2～3/18 月曜日 10:00～11:30	9/1(金)～ 20,000円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
8	【一般】 もう一度、高校数学を (12回/連続受講)	なぜ高校で数学をやらなければいけなかったのか、疑問に思っている人はいるでしょう。使い道を考えると舞台裏が分かります。中学校の内容を復習しながら進めるので誰にでも受講できます。 〈どなたでも・10名〉 コンサーレ(栃木県青年会館)	10/4～3/20 第1・3水曜日 10:00～12:00	9/1(金)～ 18,000円	(一財)栃木県青年会館 〒320-0066 宇都宮市駒生1丁目1番6号 TEL:028-624-1488 FAX:028-666-6075 E-mail:info@tskf.jp 電話・FAX・郵便・メール
9	【一般】 男の料理教室 ～簡単、美味しい、 お家ごはん♪ (2回/連続受講)	楽しく、美味しく、健康に！料理の基本を学びます。 ①11/25(土)お家ごはんの基本～魚の照り焼き・もち米団子～ ②12/2(土)エスニック風料理にトライ～タイ風焼きそば・ココナッツミルクのデザート～ 料理研究家 宮内 澄眞子 〈男性・20名〉 パーティ とちぎ男女共同参画センター	11/25(土)、 12/2(土) 10:00～14:00	8/1(火)から 10/18(水)まで抽選 1,000円(別途材料費 1,000円※全2回分) 満6ヶ月から未就学児までの保育あり(1回500円)	(公財)とちぎ男女共同参画財団 〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1 TEL:028-665-7706 FAX:028-665-7722 https://www.parti.jp/HP・TEL・FAX・直接のご来館でも受け付けております。
10	【一般】 女性のためのこころのケア講座 (10回/各回受講)	DV やパワハラ、セクハラなどの経験によるこころの傷つきについて考え学んでいく講座です。暴力のさまざまな形態、トラウマの対処法、より良いコミュニケーションの方法、自尊心など10のテーマを取り上げます。 講師:認定NPO法人ウイメンズとちぎカウンセラー 藤平 裕子 〈女性(暴力経験の有無を問いません。当事者の家族や支援者の女性もどうぞ)・15名〉 パーティ とちぎ男女共同参画センター	5/25、6/22、 7/27、8/24、 9/28、 10/26、 11/30、 12/14、 1/11・25 木曜日 各回10:00～12:00	4/4(火)から各回前日まで先着順 各回500円 満6ヶ月から未就学児までの保育あり(1回500円)	
11	【一般】 令和5年度 宇都宮市民大学(後期)専門講座「他人(ひと)に寄り添う、自分に寄り添う～自分らしくいられる居場所に出かけよう～」 (7回/連続受講)	情報過多の今、自分らしく生きるためには、家庭とも職場とも違う居場所と仲間が必要ではないでしょうか。本講座では、参加者の誰もが安心して過ごせる場所を提供する諸先生方のお話により、よりバランスよく過ごせる環境づくりについて一緒に考えます。 ※最終回(11/28)の柳田邦男氏による講座のみの参加も申込み可能 〈一般県民(宇都宮市に在住・通勤・通学している人を優先。定員に満たない場合のみ市外の人でも受講可能)・60名 ※最終回(11/28)のみの定員は100名〉 人材かがやきセンター研修室 ※最終回(11/28)のみ宇都宮美術館講義室	10/17(火)～ 11/28(火) 10:00～12:00 毎週火曜日	9/1(金)～14(木) 3,500円 (※最終回のみ参加は500円) 詳しくは宇都宮市HPまたは市内各施設にあるパンフレットをご覧ください。	宇都宮市民大学 〒320-0806 宇都宮市中央1-1-13 TEL:028-632-6332 FAX:028-632-6336 E-mail:college@city.utsunomiya.tochigi.jp https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/shogaigakushu/kagayaki/kouza/index.html メール・FAX・直接・はがき
12	【専門】 第一種電気工事士技能試験準備講習 (3回/連続受講)	・技能試験の候補問題を製作しながら、複線図の書き方、施工基本作業、制作上のポイントを習得する。 ・昼食・筆記用具・受験用工具を持参ください。 〈電気工事士技能試験の受験者、又は同等の技能を有する方等・10名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/14(火)～ 16(木) 9:00～16:00	4/3(月)～原則講習開始日の10日前まで 但し、定員になり次第締め切り 5,040円	栃木県立県央産業技術専門校 〒321-0905 宇都宮市平出工業団地48-4 TEL:028-689-6380 FAX:028-689-6379 ・電話による予約状況の確認と仮受付 ・入校願書の提出又は電子申請による申込

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
13	【専門】 技能検定準備講習 (機械検査2級) (2回/連続受講)	・技能検定受検における要素作業(寸法測定、歯車のまたぎ歯厚測定、ねじの有効径の測定、器差測定)の習得と計画立案等作業試験対策を行う。 ・昼食・筆記用具・電卓(三角関数機能付き)を持参ください。 〈技能検定受検者、又は同等の技能を有する方等・10名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/16(木)～ 17(金) 9:00～16:00	4/3(月)～原則講習開始日の10日前まで 但し、定員になり次第締め切り 5,040円	栃木県立県央産業技術専門校 〒321-0905 宇都宮市平出工業団地48-4 TEL:028-689-6380 FAX:028-689-6379 ・電話による予約状況の確認と仮受付 ・入校願書の提出 又は電子申請による申込
14	【専門】 技能検定準備講習 (建築配管2級) (2回/連続受講)	・建築配管実技課題の製作手順の習得及び計画立案等作業試験の対策を行う。 ・昼食・筆記用具・作業着(長袖)・帽子又はヘルメット・安全靴・受験用工具を持参ください。 〈技能検定「建築配管作業」実技受検者、又は同等の技能を有する方等・5名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/27(月)～ 28(火) 9:00～16:00	4/3(月)～原則講習開始日の10日前まで 但し、定員になり次第締め切り 5,040円	
15	【専門】 第二種電気工事士 技能試験準備講習 /Ⅱ (3回/連続受講)	・技能試験の候補問題を製作しながら、複線図の書き方、施工基本作業、製作上のポイントを習得する。 ・昼食・筆記用具・受験用工具を持参ください。 〈電気工事士技能試験の受験者、又は同等の技能を有する方等・15名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/28(火)～ 30(木) 9:00～16:00	4/3(月)～原則講習開始日の10日前まで 但し、定員になり次第締め切り 5,040円	
16	【専門】 技能検定準備講習 (建築大工2級) (2回/連続受講)	・建築大工実技試験に必要な知識と技能を習得する(原寸図、墨付け、加工組立の解説と演習) ・昼食・筆記用具・作業着(長袖)・安全靴・三角定規・1M程の金尺・受験用工具を持参ください。 〈技能検定「建築大工」実技受検者、又は同等の技能を有する方等・5名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/30(木)～ 12/1(金) 9:00～16:00	4/3(月)～原則講習開始日の10日前まで 但し、定員になり次第締め切り 5,040円	
17	【専門】 技能検定準備講習 (冷凍空調機器施工 2級) (2回/連続受講)	・冷凍空調機器施工実技課題の製作手順の習得及び計画立案等作業試験の対策を行う。 ・昼食・筆記用具・作業着(長袖)・帽子・安全靴・受験用工具を持参ください。 〈技能検定「冷凍空調機器施工」実技受検者、又は同等の技能を有する方等・10名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/30(木)～ 12/1(金) 9:00～16:00	4/3(月)～原則講習開始日の10日前まで 但し、定員になり次第締め切り 5,040円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
18	【一般】 ウルトラ初心者の英会話 (連続受講) レベル:入門	英会話が全く初めての方を対象にした超基礎英会話教室 講師:佐藤 憲一 <一般・4名> 講師宅(貝島町)	10/7~12/9 (土・全10回) 9:00~10:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 9,550円 教材費 450円	かぬまマイ・カレッジ事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
19	【一般】 みんなで楽しく英会話 (連続受講) レベル:初級	「ウルトラ初心者」を卒業した方を対象にした英会話教室 講師:佐藤 憲一 <一般・4名> 講師宅(貝島町)	11/29~2/28 (水・全10回) 14:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 9,550円 教材費 450円	TEL:0289-63-8360 FAX:0289-63-8361 電話・FAX・はがきにて※キャンセルは講座開講日5日前まで・・・開講日3日前のキャンセルからは違約金を支払うこととなります。 <違約金とは受講料です。>
20	【一般】 キッズイングリッシュ入門 (連続受講) レベル:入門	歌・ゲーム・踊りを通して英語に親しむ。講師は米国大学院修了 講師:佐藤 憲一 <子供(小4~6年)・4名> 講師宅(貝島町)	10/7~12/9 (土・全10回) 17:00~18:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 9,550円 教材費 450円	
21	【一般】 ベビー&ママヨガ魔法の子育て1 (連続受講) レベル:入門	ヨガやマッサージを通して親子の絆を深め、子育てのツボを学ぼう 講師:佐藤 秀子 <親子(2ヶ月~7ヶ月)・6組> 市民情報センター	10/2~1/22 (月・全8回) 10:00~11:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 6,160円 教材費 340円	
22	【一般】 リトミック (連続受講) レベル:入門	音とリズムのシャワーが脳を刺激し、音楽の基礎力をつける。 講師:佐藤秀子 <親子(8ヶ月~3才)・6組> 市民情報センター	10/2~1/22 (月・全8回) 11:00~12:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 6,160円 教材費 340円	
23	【一般】 おとのわりトミック (連続受講) レベル:入門	音楽にあわせて親子のスキンシップ。読み聞かせや季節の製作も! 講師:大岡 里美 <親子(1才6ヶ月~3才)・7組> 市民情報センター	10/4~2/21 (水・全10回) 10:30~11:30	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 6,800円 教材費 1,000円	
24	【一般】 親子で楽しくリトミックヨガ (連続受講) レベル:入門	音楽で体を動かしながらリズム感や体感を育て情緒豊かに育む。 講師:星野 敦子 <親子(0才~1才)・5組> 講師宅(東町)	10/7~12/2 (土・全5回) 13:00~14:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 4,600円 教材費 900円	
25	【一般】 うきうきわくわくリトミック (連続受講) レベル:入門	体を動かしながら音感やリズム感を感じ情緒豊かに音楽を楽しむ。 講師:星野 敦子 <子供(2才~3才)・5名> 講師宅(東町)	10/7~12/2 (土・全5回) 14:00~15:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 4,400円 教材費 600円	
26	【一般】 Let'sリトミック (連続受講) レベル:入門	体を動かしながら音感やリズム感を感じ情緒豊かに音楽を楽しむ。 講師:星野 敦子 <子供(4才~6才)・5名> 講師宅(東町)	10/7~12/2 (土・全5回) 15:00~16:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 4,400円 教材費 600円	
27	【一般】 ソロバンで算数撃破 (連続受講) レベル:入門	計算力はもちろん、記憶力・集中力・情報処理能力をつけよう。 講師:佐藤 秀子 <子供(年長~小学生)・5名> 講師宅(貝島町)	11/1~30 (任意・全4回) 17:00~18:00	ハガキ:9/1(金)~ 電話:9/8(金)~ 最終申し込みは講座 開講日7日前まで 4,100円 教材費 300円	

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
28	【専門】 はじめての刻字体験 ～干支～ (3回/連続受講)	日光の刻字家 秋山 浩志先生から、刻字の基本から丁寧に指導いただきます。自分だけの作品が出来上がります。 講師 日光の刻字家 秋山 浩志氏 〈中学生～・10名〉 日光だいや川公園だいや体験館	11/12(日)・ 19(日)・ 26(日) 9:00～12:00	10/12(木)～ 2,800円	日光だいや川公園 だいや体験館 〒321-1424 日光市野口 224 TEL: 0288-21-4421 FAX: 0288-21-4422 電話・窓口 (氏名・フリガナ・住所・電話番号をご連絡ください。)
29	【一般】 下漬けした白菜を持ち寄っての キムチ作り体験 (1回)	自分で下漬けした白菜を使って講師の先生の助言をいただきながら、おいしいキムチ漬けを作ってみませんか。 講師 郷土料理家 高橋 久美子氏 〈中学生～・20名〉 日光だいや川公園だいや体験館	11/18(土) 9:30～11:30	10/18(水)～ 1,800円	日光だいや川公園 だいや体験館 〒321-1424 日光市野口 224 TEL: 0288-21-4421 FAX: 0288-21-4422 電話・窓口 (氏名・フリガナ・住所・電話番号をご連絡ください。)
30	【一般】 「企画・広報力」養成講座 (5回/連続受講)	枠組みに沿って着実に考えていく手順と、枠にとらわれず自由に発想する手順との両方を交差させながら、魅力的な企画を立案したり、効果的に広報・PR活動を行ったりするための技法を、理論的かつ実践的に身につけていく講座です。 〈どなたでも・10名〉 宇都宮大学峰キャンパス 5号館 C棟 2階	11/21(火) ～12/19 (火)18:45～ 20:45 毎週火曜日	第2次受付 6/1(木)～ 5,500円 参考書として、佐藤晴雄・佐々木英和『社会教育経営実践論』(放送大学教育振興会・2022年)を指定します。特に、6章と9章が授業内容に直に関係します。	宇都宮大学 地域創生推進機構宇大アカデミー生涯学習研究開発室 〒321-8505 宇都宮市峰町 350 TEL: 028-649-5144 FAX: 028-649-5145 https://www.utsunomiya-u.ac.jp/koukaikouza/index.html 【宇都宮大学公開講座ホームページの申込フォーム】【FAX、郵送】

県央・郷土理解コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 オオワシ・オジロワシをさがそう～ 千手ヶ浜編～ (1回各回受講)	冬の中禅寺湖に渡来するオオワシとオジロワシを中心に、冬鳥や留鳥を定点観察するバードウォッチングイベントです。観察用の機材はご用意しますので、温かい服装でお越しください。 〈4歳以上(未成年者要同伴)・20名〉千手ヶ浜	11/26(日) 8:45～11:40	定員になり次第締め切り 1,000円(別途低公害バス運賃)	栃木県立日光自然博物館 〒321-1661 日光市中宮祠 2480-1 TEL: 0288-55-0880 FAX: 0288-55-0850 https://www.nikko-nsm.co.jp/ 日光自然博物館 HP より 事前申し込み

県南:健康・スポーツコース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 肌にやさしい植物油 で作る石けんⅡ (1回)	自然由来の材料を使った石鹸づくりを行ない、肌の健康についての基礎事項を学ぶ。 講師:アロマセラピーインストラクター 前田行代 氏〈どなたでも・20名〉 みかも山緑の相談所 講習室	11/5(日) 10:00~12:00	講座開始の1か月前から募集 定員になり次第締め切り 1,000円	みかも山公園 緑の相談所 〒329-4308 栃木市岩舟町下津原 1747-1 TEL:0282-55-7733 FAX:0282-55-5666 https://www.park-tochigi.com/mikamo/ 電話 来所 HPより

県南:文化・教養コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 季節の押し花① 押し花でクリスマス (1回)	押し花で作ったクリスマスツリーやリースに、リボン、長靴、ベルなどのクリスマスアイテムをアレンジデザインする可愛い押し花額づくりです。(出来上がりサイズ:220×168mm) 【講師】今井美砂子(押し花インストラクター) 【持ち物】なし 〈どなたでも・20名〉 みかも山公園 香楽亭	11/12(日) 10:00~12:00	講座開始日の1か月前から 2,400円	みかも山公園 香楽亭 〒327-0813 佐野市黒袴町 621 TEL:0283-24-6152 FAX:0283-24-6198 電話・直接香楽亭へ
2	【一般】 牛肉料理 (1回)	ホルスタインの赤身牛を使った牛肉料理。赤身牛と相性の良いハーブを使います。 【講師】前田智恵子(カフェ経営) 【持ち物】エプロン、バンダナ、タオル、タッパー 〈どなたでも・20名〉 みかも山公園 香楽亭	11/19(日) 10:00~12:00	講座開始日の1か月前から 2,200円	みかも山公園 香楽亭 〒327-0813 佐野市黒袴町 621 TEL:0283-24-6152 FAX:0283-24-6198 電話・直接香楽亭へ
3	【一般】 大人の陶芸教室「電動ロクロ&釉掛け」 (2回/連続受講)	赤土を使い、1回目は電動ロクロで形を作り、2回目は素焼きされた作品に好きな顔料や釉薬を使って色や模様をつけます。(作品焼成は30×30cmの板にのる2個まで)*作品は後日引き取り 【持ち物】汚れても良いタオルと服装(爪は短く) 講師:陶芸家 高野邦子、公園スタッフ 〈両日参加可能な大人・12名〉 ぱなばな工房	1回目 10/11(水)、 9:30~11:30/ 13:00~15:00 (選択) 2回目 11/8(水) 9:30~11:30 (全員)	9/11(月)9:00~ (先着順) 2,000円 (初回時徴収)	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大字 国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 電話もしくは管理事務所にて申込み
4	【一般】 秋野菜くらぶ (2回/連続受講)	ダイコンやキャベツなどの種まきや苗植えを行ない、収穫までを体験してもらいます。 【持ち物】帽子、タオル、飲み物、長靴、軍手、合羽、マスク*小雨決行 講師:公園スタッフ 〈両日参加可能な4歳~小学生・48名(各時間16名)〉 受付・説明:ぱなばな工房、 活動:なかよし農園	9/2(土)・ 11/4(土) 9:00~10:15 10:30~11:45 13:30~14:45 時間共通	8/2(水)~8(火) 500円 (初回時徴収)	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大字 国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 E-mail:wanpaku@park-tochigi.com 電子メールにて申込み(個人抽選制)

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
5	【一般】 どんぐりの森ぐるり (2回/各回受講)	秋の森ではまだカエルや虫たちも見つけられます。自然の中で面白いと感じるものを探す園内ウォークです。 講師:NACS-J 自然観察指導員 合田健二、 森林インストラクター 合田美津子 <どなたでも・各回 12 組> 受付:虹の広場、活動:園内	11/3(金・祝) 13:00~14:00/ 14:30~15:30	当日会場にて (先着順) 無料	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大 字国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 当日会場にて申込み
6	【一般】 クラフトバンドのクリスマスリース (1回)	2色のペーパークラフトバンドを使い、変形四ツ畳という手法を繰り返して、直径 15 cm のリースを編みます。 講師:真木雅子ラタンアートスクール 鈴木恵子 <どなたでも・15 組> ばなばな工房	11/12(日) 10:00~11:30	10/12(木) 9:00~(先着順) 1,000 円	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大 字国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 電話もしくは管理事務所にて申込み
7	【一般】 秋のネイチャーゲーム 「カモフラージュにチャレンジ！」 (1回)	わんぱく公園の自然・風景にとけ込んだ人工物を注意深く探してみよう。君はカモフラージュ(擬態)を見つけることができるかな? *雨天中止 講師:宇都宮ネイチャーゲームの会 <どなたでも・なし> ばなばなのまち西側の林(受付:テント)	11/19(日) 13:00~ 15:00(随時受付)	当日会場にて 無料	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大 字国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 当日会場にて申込み
8	【一般】 冬への贈り物「ハーバルスワッグ」 (1回)	コニファー、ベイ、ティーツリー、ユーカリ、ローズマリーなどを束ね、壁掛けブーケを作ります。冬も室内でハーブの香りを楽しみましょう。*ハーブティーの試飲あり 講師:マロニエハーブスクール 葛山幸子 <どなたでも(親子可)・15 組> ばなばな工房	11/23(木・祝) 10:30~11:45	10/23(月)9:00~(先着順) 1,500 円	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大 字国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 電話もしくは管理事務所にて申込み
9	【一般】 「Xmas リース」づくり (2回/各回受講)	ハート型のシザルアシスト(麻の繊維を巻きつけたブーケの土台)を使用し、松かさやクリスマスオーナメントを飾りつけます。 講師:Kuki フLOWER教室 九鬼真澄 <どなたでも・各回 8 組> ばなばな工房	11/26(日) 10:00~11:30/ 13:00~14:30	10/26(木) 9:00~(先着順) 1,000 円	とちぎわんぱく公園 〒321-0211 下都賀郡壬生町大 字国谷 2273 TEL:0282-86-5855 FAX:0282-86-5860 電話もしくは管理事務所にて申込み
10	【一般】 成人大学講座 (未定回/連続受講)	現代的課題を検証し、幅広く世の中のことを学びます。社会的な課題に対してどう向き合い、取り組んでいくのか受講生が考えるきっかけ作りとなるような内容で構成しています。 <栃木県内に在住または在勤している成人・50名> 足利市教育委員会事務局 生涯学習課 助戸公民館	未定	未定 無料	足利市教育委員会事務局 生涯学習課 助戸公民館 〒326-0043 足利市助戸仲町 453-2 TEL:0284-44-0791 FAX:0284-41-7068 電話・窓口
11	【一般】 足利カレッジ (未定/連続受講)	男女共同参画を目指し、より生き生きと活動するための知識・情報を取り入れ学習する。 <県内在住の成人・未定> 足利市助戸公民館	9月~11月 13:30~15:30 (表記より短くなる可能性有)	8月より定員になり次第締切り 原則無料 (教材費がある場合は別途徴収)	足利市教育委員会事務局 生涯学習課 助戸公民館 〒326-0043 足利市助戸仲町 453-2 TEL:0284-44-0791 FAX:0284-41-7068 電話、来館、申込フォームにて事前申込要

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
12	【一般】 リサイクル施設等見学コンシェルジュ事業 【県南開催】 (1回) ※施設の詳細は、県HPに公開しております。	県民の皆様にもリサイクル施設等を直接見学していただくことで、廃棄物の処理やリサイクル施設等について理解を深めていただく講座です。見学希望に合わせた見学先の提案・調整、見学先でエスコートを行います。 〈県民及び県内に所在する事業所・団体など(小学4年生以上。小学生には引率者が必要。)-5組/月(県北、県央、県南合計の定員)〉 見学先として登録されている施設	随時開催(開催日時については、申込者との調整により決定。)	12/22(金)まで 無料(現地集合・現地解散。ただし、見学当日までに各自、傷害保険等に加入をお願いします。) 1グループ5名以上から受付。	栃木県 環境森林部 資源循環推進課 〒320-8501 宇都宮市埴田1丁目1番20号 TEL:028-623-3228 FAX:028-623-3113 E-mail: puragomizero@pref.tochigi.lg.jp 栃木県 環境森林部 資源循環推進課に郵送、FAX 又は Eメールでお申し込みください。

県南:地域活動コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 学校支援ボランティア養成講座 (ふれあいランドボランティア) (5回/連続受講)	地域から受講生を募り、知的障害のある子どもや特別支援教育についての理解を深める機会とする。 講師:社会福祉協議会職員、本校職員等 持ち物:筆記用具、上履き、飲み物 〈高校生以上・20名程度〉 栃木県立足利中央特別支援学校	7/22、 9/2・30、 11/18、12/2 土曜日 10:00~12:00 (受付:9:45~)	6/1(木)~7/7(金) ※定員に達し次第、募集を終了します。 無料 ※保険代で初回のみ350円必要。	栃木県立足利中央特別支援学校 〒326-0005 足利市大月町 871-3 TEL:0284-41-1185 FAX:0284-42-7553 E-mail:guest211-11@tochigi-edu.ed.jp https://www.tochigi-edu.ed.jp/ashikagach-uotoku/nc3/ メール・電話 ※メール様式は本校ホームページよりダウンロードできます。
2	【一般】 令和5年度 ボランティアスクール (4回/連続受講)	講話や障害の疑似体験、実際の支援体験を通して、本校児童生徒や障害児・者を支援するボランティア育成の講座 〈障害児・者へのボランティア活動に興味がある一般の方・15名〉 栃木県立栃木特別支援学校	7/1(土) 9:30~12:00 9/9(土) 9:30~12:00 11/18(土) 時間未定 12/9(土) 9:30~12:00	5/9(火)~6/9(金) 無料	栃木県立栃木特別支援学校 〒328-0067 栃木市皆川城内町1053番地 TEL:0282-24-7575 FAX:0282-25-1703 5/9(火)~6/9(金)までに電話にてお申し込みください。

県南:能力・自己開発コース

No.	講座名(回数)	概要・参加対象・定員・会場	開催日時	募集期間・受講料等	連絡先・申込方法
1	【一般】 初心者の為のパソコン講座 (3回/各回受講)	10/8:写真をきれいに並べたアルバムを作ろう 12/2:ワードで年賀状を作ろう 1/14:Excelデータを使ってQRコードを作ろう 〈特になし・10名〉 道の駅思川 小山評定館	10/8(日)、 12/2(土)、 1/14(日) 各日とも 13:20～15:30	各講座実施日の1週間前より受付 500円(テキスト・資料代) お釣りのないようにご準備ください。 Microsoft Word 2016、 Microsoft Excel 2016 以上のソフトが入っているパソコンおよびマウスを持参	栃木県メディアボランティア 〒320-0002 宇都宮市瓦谷町1070 (栃木県生涯学習ボランティアセンター内) TEL:080-1277-0365 電話(080-1277-0365)にて、9:00～12:00にお申し込みください。 但し、土・日・祝は、申込できません。また、電話に出られない場合もありますので、ご了承ください。
2	【専門】 アーク溶接特別教育Ⅱ (3回/連続受講)	アーク溶接等の作業に従事するための資格を取得する。(法令に基づいたアーク溶接特別教育の学科及び実技) 〈在職者等(これからアーク溶接作業に従事する方等)・20名〉 栃木県立県南産業技術専門学校	11/7(火)～ /9(木) 9:00～17:00	概ね開講日の10日前まで 定員になり次第締切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による支払	栃木県立県南産業技術専門学校 〒329-4214 足利市多田木町76 TEL:0284-91-0803 FAX:0284-91-0848 電話により申込み後、電子申請による手続きか入校願書を持参または郵送により提出
3	【専門】 第一種電気工事士技能試験準備講習 (3回/連続受講)	技能試験の候補問題を製作しながら、複線図の書き方、施工基本作業、製作の仕方、合格判定基準等を習得する。 〈在職者等(第一種電気工事士技能試験の合格を目指す方等)・10名〉 栃木県立県南産業技術専門学校	11/8(水)～ 10(金) 9:00～16:00	概ね開講日の10日前まで 定員になり次第締切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による支払	
4	【専門】 技能検定準備講習(機械検査2級計画立案等作業試験対策) (4回/連続受講)	計画立案等作業試験の対策として、数学的手法と測定用ゲージ等の活用法を習得し、演習問題により理解度を深める。 〈技能検定受検者、又は同等の知識を有する方等・10名〉 栃木県立県南産業技術専門学校	11/8・15・ 22・29 水曜日 13:30～16:30	概ね開講日の10日前まで 定員になり次第締切り 1人あたり 3,580円 県の収入証紙による支払	
5	【専門】 第二種電気工事士技能試験準備講習Ⅱ (3回/連続受講)	技能試験の候補問題を製作しながら、複線図の書き方、施工基本作業、製作の仕方、合格判定基準等を習得する。 〈在職者等(第二種電気工事士技能試験の合格を目指す方等)・10名〉 栃木県立県南産業技術専門学校	11/27(月)～ 29(水) 9:00～16:00	概ね開講日の10日前まで 定員になり次第締切り 1人あたり 5,040円 県の収入証紙による支払	
6	【一般】 情報処理 (70回/連続受講)	ソフトウェアの操作方法特にExcelを中心とした表計算ソフトの実習。情報処理基礎理論などを学習します。 〈文字入力、マウスなどの基本操作ができ、全商情報処理検定3級合格を目指す方・若干名〉 栃木県立学悠館高等学校	4/14(金)～ 2/29(木) 14:15～15:00 毎週水・金曜日	2/6(月)～3/10(金) 5,003円	栃木県立学悠館高等学校 〒328-8558 栃木市沼和田町2番2号 TEL:0282-20-7073 FAX:0282-24-9299 受講案内に添付された往復はがきでお申し込みください。