

令和8(2026)年度 「生涯学習推進月間学習ガイド 2026」

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。

複数地域：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】 リサイクル施設等 見学コンシェルジュ事業 (1回)	県民の皆様のリサイクル施設を直接 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。 毎月先着5組まで 〈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/月まで〉 見学先として登録されている22施設 ※施設の詳細は、県HPで公開中で す。	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)	申込みは12/18(金) まで、見学は 1/29(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 保険等に参加を願 いします。) 1グループ5名以上 から受け付けます。	栃木県 環境森林部 資源循環推進課 〒320-8501 宇都宮市塙田1丁目 1番20号 TEL:028-623-3228 FAX:028-623-3113 希望日の30日前ま でに、栃木県 環境 森林部 資源循環推 進課のEメール:pur agomizero @perf.tochigi.lg.jpへ お申し込みください。

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】 市民公開授業「総合講 義-超高齢社会で認知 症と向き合う」 (8回/連続受講)	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 について考えます。 〈栃木県在住の方・50名〉 国際医療福祉大学 大田原キ ャンパス	9/30(水)～ 11/18(水) 毎週水曜日 18:00～19:30	7/27(月)～8/21(金) 3,000円 ※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)。	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 の窓口を持参、郵送 またはFAXにて申 込。
2	【一般】 市民公開授業「総合講 義(現代社会をどう見る か)」 (7回/連続受講)	「現代社会をどう見るか」を共 通のテーマとして、外部の著名 人や本学所属の経験豊富な教 員が、専門的知見を通して講 義を行います。 〈栃木県在住の方・50名〉 国際医療福祉大学 大田原キ ャンパス	9/28(月)～ 1/8(月) 原則月曜日 16:20～17:50 ※授業日程 は変更となります。 現在調 整中	8月より開始予定 無料 ※全7回の講義です が、1回からでも可能 です。	
3	【一般】 蓮の染色 (1回)	蓮の花托を使って染色体験を します。アースカラーの落ち着いた 色味の作品ができあがります。 持ち物:軍手、軍手の上からは める事の出来る厚手のゴム手 袋(お湯の中に手を入れるので 熱さ対策用)バスタオル(作品 を乾かすのに使用します) 〈どなたでも 小学生以下のか たは保護者同伴・20名〉 那須野が原公園緑の相談所 講習室	11/15(日) 10:00～12:00	10/15(木)9:00～定員 になり次第しめきり 受講料:2,200円 受講料等は予告なく 変更する事がありま す。	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/ 直接窓口・電話・ホ ームページ

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
4	【一般】 リングバスケットで冬の寄せ植えづくり (1回)	季節の花を使ってリングバスケットに寄せ植えを作ります。 持ち物:持ち帰り用袋や箱等 〈どなたでも・5名〉 那須野が原公園緑の相談所 講習室	11/18(水) 10:00～12:00	10/18(日)9:00～定員 になり次第締め切り 受講料:2,500円 受講料等は予告なく 変更する事があります。	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/ 直接窓口・電話・ホームページ
5	【一般】 冬を彩る寄せ植えづくり (1回)	季節の花を使って寄せ植えを作ります。 持ち物:持ち帰り用袋や段ボール等 〈どなたでも・10名〉 那須野が原公園緑の相談所 講習室	11/18(水) 11:00～12:00	10/18(日)9:00～定員 になり次第締め切り 受講料:2,500円 受講料等は予告なく 変更する事があります。	
6	【一般】 写真教室(Ⅱ) (1回)	那須野が原公園内を撮影しながら、構図の取り方や撮影テクニックを学びます。 持ち物:カメラ(デジタル、フィルム不問)携帯電話のカメラでも可 〈どなたでも・20名〉 那須野が原公園緑の相談所 講習室	11/21(土) 9:00～12:00	10/21(水)9:00～定員 になり次第締め切り 受講料:100円 小雨決行	
7	【一般】 冬のオーナメントづくり (1回)	木の実などを使って、冬を飾る作品を作ります。 〈どなたでも・10名〉 那須野が原公園緑の相談所 講習室	11/27(金) 10:00～12:00	10/27(火)9:00～定員 になり次第締め切り 受講料:1,500円 受講料等は予告なく 変更する事があります。	
8	【一般】 森の香りのクリスマス ガーランド作り (1回)	森の素材を使ってクリスマスガーランドを作ります。 持物:作業が出来て汚れても 良い服装・靴、作業用手袋、飲 物等 ※お好みのオーナメントがあれば ご用意いただいても結構で す。 〈栃木県内在住の方・12名〉 栃木県民の森 森林展示館	11/29(日) 9:30～11:30	10/31(土)～ 11/13(金) 1,500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
9	【一般】 秋の星座観望会 (22回/各回受講)	プラネタリウム等で秋の星座について解説します。その後、実際の星空を眺めながら秋の四辺形を目印に星座を探します。さらに、望遠鏡で秋の星座内にある天体の観望もします。毎年人気の土星も見られます。雨天・曇天の場合はプラネタリウム解説および映像での天体観望となります。 〈どなたでも(中学生以下は保護者同伴)・各回20名〉 大田原市ふれあいの丘天文館	10/30(金)、 11/1(日)・ 3(火)・5(木)・ 6(金)・10(火) ～15(日) 18:10～19:30、 19:40～21:00	定員になり次第締め 切り 大人 300円、小中 学生 100円	

県北：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】 那須平成の森ハイク～1日じっくり森林散策 (3回/各回受講)	春夏秋、普段は使っていない道も含めて1日たっぷりハイキングします。 晴れていればお昼ご飯は木漏れ日の中でいただきます！ じっくり歩くと、なんだかいつもより森の中が不思議に見えてきます。 〈登山道の急峻な坂道を登り降りできる小学生以上 ※最少催行人数2名・各回8名〉 那須平成の森フィールドセンター	10/3(土)、 11/7(土)、 12/4(金) 9:30～ 15:00	開催日3日前まで 大人 6,000円、中学生 4,500円(中学生以下、保護者同伴必須) ※当日の天候やコンディションにより、実施内容は変更になる可能性がありますので予めご了承ください。	那須平成の森 フィールドセンター 〒325-0302 那須郡那須町高久丙3254 TEL:0287-74-6808 FAX:0287-74-6809 https://nasuheisei-f.jp/ 電話または予約サイトにて受付
2	【一般】 森の博士養成講座～石オタクと読み解く、那須平成の森～ (1回)	本プログラムでは、植物の生態観察を入り口とし、その土台となる地形・地質から水環境を、インフラ調査のスペシャリストで、自他ともに認める“石オタク”の長谷川怜思さんと共に、科学的なアプローチで解明していきます！ 〈各回15人(小学生4年生以上)※中学生以下は保護者同伴必須 ※連続参加の方を優先、単発参加の方は抽選とさせていただきます。・15名〉 那須平成の森フィールドセンター	11/22(日) 9:30～ 15:00	開催日3日前まで おひとり1,000円 ※当日の天候によっては実施内容を変更する場合があります。 ※荒天時は中止となります。	※電話による申し込みは9時～17時の間に受け付けております。 ※電話予約が優先されます、インターネットからお申し込みの際はあらかじめご了承ください。 (受信後、空き状況を確認させていただき翌日にスタッフから返信メールが届きます)

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】 アーク溶接特別教育2 (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、労働安全衛生法で定められた特別教育です。(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学校	11/4(水)～6(金) 9:00～ 17:00	ホームページで告知 1人あたり 5,040円 詳しくはHPをご覧ください。	栃木県立県北産業技術専門学校 〒325-0001 那須町高久甲 5226-24 TEL:0287-64-4000 FAX:0287-64-5445 https://www.tochigi-it.ac.jp/kenhoku/ 電話で直接お申込みください
2	【専門】 第一種電気工事士技能試験準備講習2 (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学びます。 〈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〉 栃木県立県北産業技術専門学校	11/11(水)～13(金) 9:00～ 16:00	ホームページで告知 1人あたり 5,040円 詳しくはHPをご覧ください。	
3	【専門】 低予算で作るRaspberry Piを利用した工場IoT(入門) (2回/連続受講)	IoTの基礎、センサーの利用やリモートI/O(Pico W・Pico W-PLC)を学びます。 実習機器：Raspberry Pi Pico W、三菱電機製FX5UJ、MicroPython、GX-Works3 〈PLCの基本操作ができる方、又は同等の技能を有する方等・10名〉 栃木県立県北産業技術専門学校	11/19(木)～20(金) 9:00～ 16:00	ホームページで告知 1人あたり 5,040円 詳しくはHPをご覧ください。	

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】 特別展展示解説 (2回/各回受講)	展示担当者による特別展「糸を紡ぐ人びとー那須地域の集落を考えるー」の展示解説を行います。 〈どなたでも・各回20名程度〉 那珂川町なす風土記の丘資料館	10/10(土)、 11/3(火・祝) 各回とも 13:30～	申込不要 無料 〒324-0501 那須郡那珂川町小川 3789 TEL:0287-96-3366 FAX:0287-96-3340 E-mail:nasufudoki@gmail.com 電話・FAX・メールにて受付	那珂川町なす風土記の丘資料館

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】 ヒップホップ入門 基礎 (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。初心者向け 〈初めて・初心者向け 小学校低学年～小学校中学年対象・20名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/2～3/19 金曜日 18:30～ 19:30	9/1(火)～ 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
2	【一般】 ヒップホップ初中級 (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。経験者・中学生以上 〈上級者向け 中学生～大人・25名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/2～3/19 金曜日 20:00～ 21:00	9/1(火)～ 30,000円	
3	【一般】 健康ヨガ (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)	10/14～ 3/24 第2・4水曜日 19:00～ 20:30	9/1(火)～ 18,000円	
4	【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)	10/14～ 3/24 第2・4水曜日 14:00～ 15:30	9/1(火)～ 18,000円	
5	【一般】 マインドフルネスヨガ (12回/連続受講)	体の感覚や呼吸に集中して「いまここ」を大切にしながらヨガポーズをとります。レッスンの最後には「眠りのヨガ」とも言われるヨガニドラでリラックスします。 〈どなたでも・16名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/8～3/25 木曜日 10:30～ 11:50	9/1(火)～ 18,000円	
6	【一般】 作新 心と身体の 健康講座 (6回/連続受講)	暮らしを彩り、人生100年時代を元気に過ごすため、「心」と「身体」の健康について学ぶ文化教養講座です。 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が、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。この講座では、神経・生理心理学とスポーツ心理学の視点から「心」について学ぶと共に、「心」を支える「身体」を健康に保つための運動を体験・学習していただきます。 〈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	10/30～ 12/4 毎週金曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～9/15(火) 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 https://www.city.utsunomiya.lg.jp/event/shogaigakushu/kagayaki/ko-uza/index.html 申込フォーム・FAX・はがき・直接

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
7	【一般】 はじめてのヨガで ストレッチ① (連続受講) レベル:入門	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(60～70代)・12名〉 市民情報センター	10/1～2/4 (木・全13回) 10:00～11:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 7,725円 教材費 275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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より7日前ま で…各講座開講日3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
8	【一般】 はじめてのヨガで ストレッチ② (連続受講) レベル:入門	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(60～70代)・12名〉 市民情報センター	10/1～2/4 (木・全13回) 11:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 7,725円 教材費 275円	
9	【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スリキリ～! 講師:なかむらしほみ 〈一般・17名〉 市民情報センター	10/2～2/26 (金・全15回) 10:00～11:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 7,610円	
10	【一般】 笑顔で脳活リズム 体操 (連続受講) レベル:入門	膝が痛くても大丈夫!頭を使って ゆるりと動くだけで筋力、血流UP 講師:佐藤弘子 〈高齢者(60才以上)・8名〉 市民情報センター	10/2～2/19 (金・全10回) 10:00～11:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,400円 教材費 200円	
11	【一般】 週末のストレッチ ヨガ (連続受講) レベル:入門	ゆったりとしたヨガをベースに無理 なく動き心身ともにリラックス 講師:星野敦子 〈一般・13名〉 市民情報センター	10/2～1/8 (金・全12回) 19:30～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 8,830円 教材費 170円	
12	【一般】 社交ダンスで認知 症リスクは76%減 少Ⅰ (連続受講) レベル:入門	認知症予防に役立つ社交ダンス 理論に基づいた身体の動かし方 講師:世古宗弘一 〈一般・4名〉 市民情報センター	10/3～12/19 (土・全8回) 16:00～17:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 14,100円 教材費 80円	
13	【一般】 社交ダンスで認知 症リスクは76%減 少Ⅱ (連続受講) レベル:入門	認知症予防に役立つ社交ダンス 理論に基づいた身体の動かし方 講師:世古宗弘一 〈一般・4名〉 市民情報センター	10/4～12/20 (日・全6回) 14:00～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 10,800円 教材費 80円	
14	【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・20名〉 市民情報センター	10/5～2/22 (月・全15回) 10:00～11:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 11,000円	
15	【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・20名〉 市民情報センター	10/5～2/22 (月・全15回) 19:00～20:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 11,000円	
16	【一般】 Tomoyoga*若 返りヨガ (連続受講) レベル:入門	股関節から整えて 年齢を超えて 輝ける体づくりをお手伝いします 講師:川田知子 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/5～2/8 (月・全10回) 13:00～14:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 7,500円	
17	【一般】 ピラティス (連続受講) レベル:初級	骨格を整えて代謝UP!健康的に 痩せやすい身体をつくります 講師:真下清美 〈一般・11名〉 市民情報センター	10/5～12/21 (月・全10回) 18:00～19:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,600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】 3B体操でリフレッシュ (連続受講) レベル:入門	運動が苦手でも大丈夫 笑顔で体をほぐしましょう 講師:岩崎順子 〈一般・12名〉 市民情報センター	10/6~2/16 (火・全16回) 10:00~11:30	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 9,700円 教材費 3,900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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より7日前ま で…各講座開講日3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
19	【一般】 らくらく健康体操 (連続受講) レベル:入門	体力に不安を感じたら始めてみませんか?無理なく体力づくり 講師:星野敦子 〈一般(60~70代)・10名〉 菊沢コミュニティセンター	10/7~12/9 (水・全10回) 10:00~11:30	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 7,500円 教材費 500円	
20	【一般】 シニアの音楽体操 (連続受講) レベル:入門	童謡や昭和歌謡を歌ったり、動いたり椅子体操を中心に楽しく体操 講師:星野敦子 〈一般(65~80歳)・12名〉 市民情報センター	10/7~1/13 (水・全13回) 13:00~14:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 7,725円 教材費 275円	
21	【一般】 バレトン (連続受講) レベル:初級	筋トレ、バレエ、ヨガを組み合わせ て楽しくシェイプUP 講師:真下清美 〈一般・11名〉 市民情報センター	10/7~12/9 (水・全10回) 18:00~19:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 6,600円	
22	【一般】 Tomoyoga*若 返らナイト (連続受講) レベル:入門	一日の疲れをほぐしてリセット 快 適な明日を手に入れよう! 講師:川田知子 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/7~2/10 (水・全10回) 19:15~20:45	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 7,500円	
23	【一般】 3B体操(健康体 操) (連続受講) レベル:初級	音楽に合わせ3つの用具を使い 無理なく体力作りができる体操で す。 〈一般・6名〉 東部台コミュニティセンター	10/8~2/25 (木・全10回) 10:00~11:30	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 7,900円 教材費 2,500円	
24	【一般】 はじめてのフラメ 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コ ーヒー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	10/8~2/4 (木・全10回) 13:00~14:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 10,000円	
25	【一般】 やさしいフラメンコ (連続受講) レベル:初級	フラメンコの基礎を学び、セビジャ ーナスを踊りましょう 講師:吉澤じゅりあん 〈一般・7名〉 市民情報センター	10/8~2/4 (木・全10回) 14:00~15:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 10,000円	
26	【一般】 楽しく踊ろうフラメ ンコ (連続受講) レベル:中級	小物、コルドベス(帽子)、アバニコ (扇)を使って、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	10/8~2/4 (木・全10回) 15:00~16:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 10,000円	
27	【一般】 ボーカルヨガ (連続受講) レベル:入門	懐かしの歌を歌って動けばストレ スも吹き飛ばす 笑顔で元気チャ ージ 講師:星野敦子 〈一般・11名〉 市民情報センター	10/13~2/2 (火・全10回) 13:00~14:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 6,620円 教材費 380円	
28	【一般】 カントリーラインダ ンス (連続受講) レベル:入門	カントリーミュージックに合わせ単 独でステップを踏むダンスです 講師:大出鶴二 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/14~2/24 (水・全10回) 18:30~20:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 3,000円 教材費 1,000円	
29	【一般】 スポーツウェルネ ス 吹矢体験教室 (連続受講) レベル:入門	腹式呼吸で精神力、集中力、気力 向上し自律神経改善、健康力上昇 講師:黒川幸昭 〈一般・5名〉 北押原コミュニティセンター	10/16~2/19 (金・全8回) 9:30~11:30	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,000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
30	【一般】 あなたの健康おど り(初心者) (連続受講) レベル:入門	おどりは楽しい脳トレ まずはため しにやってみよう! 講師:吉村 功 〈一般・高齢者・10名〉 市民情報センター	10/21～ 11/18 (水・全5回) 10:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 2,200 円	かぬまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
31	【一般】 新常識! 認知症 の本当の原因 (連続受講) レベル:初級	認知症になる様々な原因について お伝えします 講師:相羽直美 〈一般・20名〉 市民情報センター	10/14～2/17 (水・全6回) 10:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 3,480 円	TEL:0289-63-8360 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より 7 日前ま で…各講座開講日 3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
32	【一般】 スケート教室 (6回/連続受講)	一般の方を対象としたスケート教 室です。転倒して、ぬれてもいい服 装で参加ください。帽子と手袋は 必ずご持参ください。 〈一般男女・10名〉 今市青少年スポーツセンター	11/5・12・19・ 26、12/3・17 木曜日 13:30～14:30	10/2(金)～23(金) 5,000 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Ⅰ (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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/7～ 3/17 第1・3水 曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～ 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】 油絵Ⅱ (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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/7～ 3/17 第1・3水 曜日 14:00～ 16:00	9/1(火)～ 23,760 円	
3	【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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/1～ 3/18 第1・3木 曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～ 23,760 円	
4	【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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/1～ 3/18 第1・3木 曜日 13:00～ 15:00	9/1(火)～ 23,760 円	
5	【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・14名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/13～ 3/23 第2・4火 曜日 18:30～ 20:30	9/1(火)～ 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
6	【一般】 ステンドグラス Ⅰ (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・7名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/3～ 3/20 第1・3土 曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～ 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
7	【一般】 ステンドグラス Ⅱ (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・7名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/3～ 3/20 第1・3土 曜日 13:30～ 15:30	9/1(火)～ 23,760円	
8	【一般】 ハーダンガー 刺繍(火曜日) (6回/連続受 講)	ハーダンガー刺しゅう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たドイリー、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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/27～ 3/23 火曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～ 12,000円	
9	【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・8名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/18～ 3/21 日曜日 14:00～ 17:00	9/1(火)～ 15,400円	
10	【一般】 かおりの芸道 香道古心流 Ⅰ (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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/4～ 3/7 第1日曜 日 13:30～ 16:00	9/1(火)～ 13,200円	
11	【一般】 かおりの芸道 香道古心流 Ⅱ (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〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/14～ 3/10 第2水曜 日 13:30～ 16:00	9/1(火)～ 13,200円	
12	【一般】 ととの薬膳 ごはん (6回/連続受 講)	心身がととのう薬膳を学びます。主に季節のスープと蒸籠などのごはんです。毎日のごはん作りに役立てて食を楽しむ時間にしたいです。お待ちしております。 〈どなたでも・8名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/17～ 3/20 土曜日 17:30～ 20:00	9/1(火)～ 12,000円	
13	【一般】 多肉植物寄せ 植え (6回/連続受 講)	多肉植物の育て方をはじめ、寄せ植えの仕方の基本が学べます。普通の植木鉢だけでなく、可愛いリメイク鉢、リース、タプロー、箱庭へと、楽しみながら上達していくカリキュラムを組んであります。一緒に学びながら素敵な作品を作りましょう。 〈どなたでも・8名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/10～ 3/13 土曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～ 13,200円	
14	【一般】 カルトナー ジュ (6回/連続受 講)	カルトナージュはフランスの伝統手芸です。カットした厚紙を組み立て生地等を使って制作していきます。 〈どなたでも・10名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/6～ 3/9 火曜日 10:00～ 12:30	9/1(火)～ 12,000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
15	【一般】 青少年育成セミナー (1回)	青少年の抱える今日的な課題を踏まえ、青少年を様々な角度から見つめ直し、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、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。 〈どなたでも 青少年育成関係者等・100名〉 栃木県総合文化センター 特別会議室	11/24(火)	1～2 か月前から当日まで 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:028-643-1011 FAX:028-650-5284 https://www.tmf.or.jp/ メール(ikusei@tmf.or.jp) FAXまたは、HPのフォームから
16	【一般】 星をみる会 (6回/各回受講)	当館天文台にある県内最大の 75 cm反射望遠鏡などを使い、月・惑星や星雲・星団・二重星等の天体を観察します。なお、雨天・曇天の場合は、室内で当日の星空やその季節に見える天体について解説します。 〈小学生以上・各回 60 名〉 栃木県子ども総合科学館	10/17(土) 11/7(土) 12/13(日) 1/16(土) 2/7(日) 3/13(土)	開催日のおよそ 1 か月前から 無料 変更がある場合は当館ホームページにてご案内します。	(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 ホームページから事前申込み
17	【一般】 令和 8 年度県民外国語講座「おもてなし英語ボランティア(Ⅱ期)」 (10 回/連続受講)	日本の文化やしきたり、美術、工芸などを紹介できる英語を学びます。 ※当講座は英会話講座ではございません。 〈中学校で学ぶ程度の英語の知識がある方、初級者向け・25 名程度(先着順)※開催最少人数 6 名〉 とちぎ国際交流センター	10/7～ 12/16 毎週水曜日(休講日:1 回予定) 10:30～ 12:00	講座開始日の 1 か月前から 受講料:13,000 円 TIA 個人賛助会員:8,000 円 団体・法人賛助会員:10,000 円 ※教材費別途 2,310 円が必要 ※講座開講後の返金はいたしません。 ※TIA 個人賛助会員(年会費 3,000 円)は、開講日にもご入会いただけます。	(公財)栃木県国際交流協会 〒320-0033 宇都宮市本町 9-14 (とちぎ国際交流センター内) TEL:028-621-0777 FAX:028-621-0951 電話で事前申し込みの上、講座初日に受講料を納入
18	【一般】 秋の中央公園 菊・紅葉写真講座 (1回)	開催予定の菊花展の菊や紅葉など秋にしか見ることのできない中央公園の自然や生き物の撮影講座を行います。 〈どなたでも・24 名〉 栃木県中央公園緑の相談所	11/8(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	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
19	【一般】 冬の庭木の剪定 (1回)	冬に行う樹木の強剪定などの剪定方法を学びます。 〈どなたでも・24 名〉 栃木県中央公園緑の相談所	11/22(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	https://www.t-chuokoen.jp 中央公園緑の相談所 窓口・電話・ホームページ
20	【一般】 クリスマスリースを作ろう (1回)	クリスマスに向けて本格的なクリスマスリースを作製します。 〈どなたでも・24 名〉 栃木県中央公園緑の相談所	11/29(日) 9:00～ 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。 2,000 円	
21	【一般】 デジタル化よもやま話 (1回)	この数年で博物館の様々な資料がデジタル化されています。デジタル化して良かったことや苦労したことを成果物を見ながら紹介します。 〈どなたでも・150 名〉 県立博物館講堂	11/15(日) 13:30～ 15:00	なし 当日参加 無料	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 なし

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
22	【一般】 ひとりで着物を着てみたい！ (連続受講) レベル：入門	着物の着方からお太鼓結びを1人で結べる様に基本から学びます 講師：高田キク 〈女性・5名〉 講師宅(楡木町)	10/17～ 11/14 (土・全5回) 13:30～15:30	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,600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 電話・はがきにてキャンセルは各講座開始日より7日前まで…各講座開講日3日前以降のキャンセルは違約金が発生します。
23	【一般】 変わり結びに挑戦しましょう (連続受講) レベル：初級	お太鼓結びから変化 変わり結びで楽しむ着方 講師：秋澤弘子 〈一般・5名〉 講師宅(東町)	11/14～ 12/19 (土・全5回) 13:30～15:30	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,600円	
24	【一般】 しあわせのリボン刺しゅう(日) (連続受講) レベル：初級	クリスマスの飾りとドアプレートを作ります 講師：平山久子 〈女性(中学生以上)・5名〉 市民情報センター	10/4～2/21 (日・全5回) 14:00～16:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 9,500円 教材費 5,000円	
25	【一般】 しあわせのリボン刺しゅう(火) (連続受講) レベル：初級	クリスマスの飾りとドアプレートを作ります 講師：平山久子 〈女性(中学生以上)・5名〉 市民情報センター	10/6～2/16 (火・全5回) 19:00～21:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 9,500円 教材費 5,000円	
26	【一般】 パッチワークしましょ R8 秋！ (連続受講) レベル：入門	秋冬の素材を使った軽いバックをパッチワークで！ 講師：篠原佳津江 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/8～11/12 (木・全4回) 10:00～12:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 3,840円 教材費 5,000円	
27	【一般】 折り紙 (連続受講) レベル：初級	折り紙の基本を習得して暮しの中で作品を作り楽しむ 講師：寺崎恵美子 〈一般・8名〉 文化活動交流館	10/8～12/17 (木・全6回) 10:00～12:30	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 3,450円 教材費 600円	
28	【一般】 籐(ラタン)編み教室 (連続受講) レベル：初級	オリジナルベースを使った、かごバッグ・小物を作ります 講師：大塚もとみ 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/23～ 12/25 (金・全3回) 19:00～21:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,060円 教材費 15,000円	
29	【一般】 草木染 (連続受講) レベル：初級	絹・ウール・木綿・手持ちの染めたい物を染める 講師：中條美代子 〈一般・8名〉 市民情報センター	10/28～ 11/25 (水・全4回) 10:00～12:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,100円 教材費 1,000円	
30	【一般】 キャンドルづくり (連続受講) レベル：入門	クリスマス期間を彩る蠟燭を楽しむつくりませんか 講師：武藤小百合 〈一般・5名〉 講師宅(銀座)	11/17～12/1 (火・全2回) 14:00～16:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 3,500円 教材費 2,000円	
31	【一般】 アロマコラージュ (水・夜) (連続受講) レベル：入門	天然の香りで香水を創り、切り貼りアートで非日常のひとときを 講師：森澤佳代子 〈一般・6名〉 市民情報センター	10/28～ 11/25 (水・全2回) 19:00～21:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 2,900円 教材費 2,600円	
32	【一般】 アロマコラージュ (木・昼) (連続受講) レベル：入門	天然の香りで香水を創り、切り貼りアートで非日常のひとときを 講師：森澤佳代子 〈一般・6名〉 市民情報センター	10/29～ 11/26 (木・全2回) 13:00～15:00	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 2,900円 教材費 2,600円	
33	【一般】 香りのアトリエ (連続受講) レベル：入門	香りとお洒落を楽しむ私時間 コラージュミニ体験とサシェ作り 講師：森澤佳代子 〈一般・6名〉 東部台コミュニティセンター	11/4～12/2 (水・全2回) 10:00～11:30	はがき：9/2(水)～ 電話：9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 2,450円 教材費 1,500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
34	【一般】 推しの香りをまとう時間 (連続受講) レベル:入門	「推し」「好き」を形に 私だけの 推し香水と推し色クラフト作り 講師:森澤佳代子 〈一般・6名〉 文化活動交流館	11/11～12/9 (水・全2回) 19:00～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 2,900 円 教材費 2,100 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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より 7 日前ま で…各講座開講日 3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
35	【一般】 アロマクラフト (連続受講) レベル:初級	アロマワックスサシェ、季節のイ ンテリアをお好みの香りで手作り 講師:森澤佳代子 〈一般・6名〉 文化活動交流館	11/12～12/3 (木・全2回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 2,900 円 教材費 2,500 円	
36	【一般】 やさしい和菓子づ くり (連続受講) レベル:入門	市販の材料でお店で売ってない 様な和菓子を作る勉強会です 講師:秋澤佳津子 〈一般・5名〉 菊沢コミュニティセンター	10/13～2/16 (火・全6回) 9:30～12:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 16,380 円 教材費 9,000 円	
37	【一般】 美と健康! 簡単 腸活料理教室 (連続受講) レベル:入門	基本の腸活伝授! 簡単オープン 料理と手作り塩麴で食を整える 料理 講師:鈴木なぎ音 〈女性・4名〉 講師宅(坂田山)	10/25～ 11/29 (日・全2回) 10:30～13:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 6,150 円 教材費 3,850 円	
38	【一般】 おいしいパンを焼 いてみませんか! (連続受講) レベル:入門	だれにでも おいしいパンを焼く ことが出来る体験をしてもらう 講師:秋澤佳津子 〈一般・5名〉 栗野コミュニティセンター	10/29～2/25 (木・全5回) 9:30～12:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 13,800 円 教材費 7,500 円	
39	【一般】 アロマ&ミネラル 料理 講座 (連続受講) レベル:入門	アロマ&ミネラルを使ったパーティ ー料理を一緒に作りましょう 講師:秋元紋華 〈一般・6名〉 市民情報センター	11/16～1/18 (月・全3回) 10:30～13:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 2,100 円 教材費 4,500 円	
40	【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 講師:岩崎有紀 〈一般・6名〉 市民情報センター	11/15～ 12/13 (日・全2回) 11:00～14:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 5,200 円 教材費 3,000 円	
41	【一般】 秋から始めるガー デニング教室 (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・6名〉 講師宅(上石川)	10/27～ 12/22 (火・全3回) 14:00～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 3,500 円 教材費 8,400 円	
42	【一般】 ヨーロッパアン ティークデザイン (連続受講) レベル:入門	クリスマスリースやお正月花を制 作しましょう 講師:城野隆子 〈一般・5名〉 市民情報センター	11/8～1/17 (日・全3回) 13:00～15:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 6,060 円 教材費 6,900 円	
43	【一般】 プリザーブドフラ ワーアレンジ (連続受講) レベル:初級	プリザーブドフラワーや造花でア レンジメントをつくりましょう 講師:松本浩美 〈一般・6名〉 市民情報センター	11/21～1/16 (土・全3回) 14:00～16:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 4,700 円 教材費 6,000 円	
44	【一般】 筆ペンで楽しもう (連続受講) レベル:入門	まず 自分宛に 手紙書きしましょ う 講師:青木栄子 〈一般・5名〉 講師宅(中田町)	10/13～12/8 (火・全8回) 10:00～11:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 8,000 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
45	【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	10/31～2/27 (土・全6回) 14:00～16:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,820円 教材費 500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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より7日前ま で…各講座開講日3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
46	【一般】 茶の湯裏千家へ のおさそい 1 (連続受講) レベル:入門	初歩からしっかり勉強して、薄茶 手前の稽古をします。 講師:秋澤佳津子 〈一般・5名〉 講師宅(加園)	10/3～2/27 (土・全11回) 19:00～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 18,500円 教材費 7,700円	
47	【一般】 茶の湯裏千家へ のおさそい 2 (連続受講) レベル:入門	初歩からしっかり勉強して、薄茶 手前の稽古をします 講師:秋澤佳津子 〈一般・5名〉 講師宅(加園)	10/7～2/24 (水・全11回) 19:00～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 18,500円 教材費 7,700円	
48	【一般】 心を通わず一服 のお茶 (連続受講) レベル:初級	一手間かけてお客の心をほぐし 日本の伝統文化にふれてみませ んか 講師:秋澤弘子 〈一般・5名〉 講師宅(東町)	10/17～11/7 (土・全4回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,300円 教材費 2,000円	
49	【一般】 表千家・子供茶道 教室 (連続受講) レベル:入門	基本動作を学びながら、お菓子 を食べ抹茶をいただきます。 講師:秋澤宗孝 〈子供(小・中学生)・3名〉 講師宅(仁神堂町)	11/15～29 (日・全3回) 14:00～16:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,900円 教材費 1,500円	
50	【一般】 茶事のおけいこ へのおさそい (連続受講) レベル:入門	茶道の本来の姿を一汁三菜を通 して理解してもらう 講師:秋澤佳津子 〈一般・5名〉 掬翠園	11/20～2/19 (金・全3回) 10:00～13:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 9,060円 教材費 16,500円	
51	【一般】 描画を楽しむ (連続受講) レベル:入門	デッサン、水彩、油彩等。好きな 描法で好きな”もの”を描く 講師:大塚正美 〈一般・3名〉 講師宅(旭が丘)	10/3～2/20 (土・全10回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 14,200円	
52	【一般】 絵画入門 (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)	10/4～12/20 (日・全10回) 15:30～18:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 9,800円	
53	【一般】 切り絵を楽しむ 1 (連続受講) レベル:入門	切り絵に年令はありません。切り 絵を楽しみましょう 講師:福田 源 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/7～28 (水・全4回) 10:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 2,000円 教材費 2,500円	
54	【一般】 切り絵を楽しむ 2 (連続受講) レベル:入門	切り絵はじめての人歓迎です。 出来上がった作品に満足します よ 講師:福田 源 〈一般・10名〉 市民情報センター	11/6～27 (金・全4回) 19:00～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 2,000円 教材費 2,500円	
55	【一般】 レースドールを楽 しむ (連続受講) レベル:入門	レースドールを飾りましょう! 磁 器焼成人形を作ります。 講師:大貫陽子 〈女性・5名〉 講師宅(戸張町)	11/1～8 (日・全2回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 3,800円 教材費 3,500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
56	【一般】 世界の音楽を聴く 講座 (連続受講) レベル:初級	アジア、アフリカ等世界のポピュラー音楽を聴いて楽しむ講座です。 講師:福田純一 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/31～2/27 (土・全5回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,350円 教材費100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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より7日前ま で…各講座開講日3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
57	【一般】 わらべうたで思い きり音楽あそび (連続受講) レベル:入門	友達と手を繋いだり沢山身体を 使って歌って脳みそも使っちゃおう 講師:佐藤弘子 〈子供(年少～小学生)・12名〉 市民情報センター	10/3～1/16 (土・全2回) 10:00～11:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 2,100円	
58	【一般】 始めてみようボー イストレーニング (連続受講) レベル:入門	声の悩みを解消しませんか? 気 持ちよく歌うコツが学べます 講師:星野敦子 〈一般(3才～シニア)・8名〉 講師宅(東町)	10/10～2/10 (任意・全4 回) 1回1時間	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 9,100円 教材費400円	
59	【一般】 はじめてのミュー ジカル♪ (連続受講) レベル:入門	ダンスと歌とおはなしと。やさしく 楽しくミュージカルしようよ! 講師:佐藤たかこ 〈子供(年長～小1)・5名〉 北押原コミュニティセンター	11/1～12/6 (日・全5回) 9:30～10:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,500円	
60	【一般】 らくらくピアノで認 知症予防 (連続受講) レベル:入門	中高年から始めるらくらくピアノ。 気軽に楽しく脳活レッスン 講師:伊藤小百合 〈一般・5名〉 講師宅(見野)	10/1～12/25 (任意・全5 回) 1回30分	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,400円 教材費1,650円	
61	【一般】 指1本から始め る脳トレピアノR (連続受講) レベル:入門	「できた!」が嬉しい初めてでも 安心。脳が生き生き若返るピアノ 術 講師:佐藤弘子 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/2～11/13 (金・全3回) 11:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 3,600円 教材費50円	
62	【一般】 ひよこさんのピア ノ教室♪ (連続受講) レベル:入門	チャレンジ! 子供のための個別 指導。メソッドで楽しくやる気もUP! 講師:黒川千重子 〈子供(3才～小学生)・7名〉 講師宅(西茂呂)	10/5～1/20 (任意・全5 回) 1回30分	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,700円 教材費500円	
63	【一般】 たのしいピアノ♪ (連続受講) レベル:初級	ひとりひとりに合わせたレッスン で楽しくピアノをひきましょう。 講師:金田初江 〈女性・高齢者・子供(3才～)〉 講師宅(上殿町)	10/10～ 12/31 (任意・全5 回) 1回30分	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,800円	
64	【一般】 リカレント(学び直 し)ピアノ♪ (連続受講) レベル:初級	保育などの教育現場で、ピアノ の不安と一緒に解消しましょう。 講師:金田初江 〈女性・5名〉 講師宅(上殿町)	10/10～ 12/31 (任意・全5 回) 1回30分	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,800円	
65	【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	楽譜の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～70代)・7名〉 講師宅(東町)	10/15～2/15 (任意・全4 回) 1回30分	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 6,900円 教材費600円	
66	【一般】 らくらくピアノで楽 しく脳活 (連続受講) レベル:入門	中高年から始めるらくらくピアノ。 集いながら気軽に脳活レッスン 講師:伊藤小百合 〈一般・10名〉 菊沢コミュニティセンター	11/2～12/21 (月・全5回) 13:00～14:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 3,825円 教材費1,650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
67	【一般】 ギター教室入門 (土) (連続受講) レベル:入門	楽器経験ゼロからスタート。かん たんな曲からあこがれの曲まで 講師:野口 理 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/3～2/20 (土・全 10 回) 19:00～20:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 9,500 円 教材費 500 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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より 7 日前ま で…各講座開講日 3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
68	【一般】 ギター教室(土) (連続受講) レベル:初級	大好きな曲をギターと歌で楽し む。音楽好きあつまれ！ 講師:野口 理 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/3～2/20 (土・全 10 回) 20:00～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 9,500 円	
69	【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ょう。簡 単な秋の曲が吹けるまで 講師:神長紀子 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/7～12/2 (水・全 5 回) 13:30～14:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 5,500 円 教材費 800 円	
70	【一般】 ギター教室入門 (月) (連続受講) レベル:入門	楽器経験ゼロからスタート。かん たんな曲からあこがれの曲まで 講師:野口 理 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/5～2/15 (月・全 10 回) 19:00～20:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 9,500 円 教材費 500 円	
71	【一般】 ギター教室 (月) (連続受講) レベル:初級	大好きな曲をギターと歌で楽し む。音楽好きあつまれ！ 講師:野口 理 〈一般・5名〉 市民情報センター	10/5～2/15 (月・全 10 回) 20:00～21:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 9,500 円	
72	【一般】 エンジョイウクレレ (連続受講) レベル:初級	ウクレレの基礎を学び弾き語り ができるまでを学習します 講師:橋田利夫 〈一般(50 才以上)・10 名〉 市民情報センター	10/13～2/16 (火・全 10 回) 13:00～14:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 4,200 円 教材費 800 円	
73	【一般】 やさしいミニハー プ (連続受講) レベル:入門	膝の上に乗るハーブを弾いてみ ましょう 講師:鈴木薫利 〈一般・3名〉 市民情報センター	11/10～12/1 (火・全 3 回) 13:30～14:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 4,900 円 教材費 50 円 レンタル 1 回 500 円	
74	【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！ 五・七・五・七・七 講師:津吹節子 〈一般・10 名〉 市民情報センター	10/9～2/12 (金・全 5 回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 5,300 円 教材費 200 円	
75	【一般】 良いとこ取り「源 氏物語」 (連続受講) レベル:初級	源氏物語の主な部分を読みま す。「紅葉賀」～「葵」巻まで 講師:石島崇男 〈一般・15 名〉 市民情報センター	10/13～2/9 (火・全 5 回) 10:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 5,300 円 教材費 200 円	
76	【一般】 宮沢賢治の童謡 と詩の会 (連続受講) レベル:初級	作品、おもに童話と詩を読んで、 賢治の生き方を探しましょう 講師:石島崇男 〈一般・20 名〉 市民情報センター	10/19～2/15 (月・全 5 回) 10:00～12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 5,300 円 教材費 200 円	
77	【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 句に詠みましょう！ 講師:中村國司 〈一般・10 名〉 市民情報センター	10/22～2/25 (木・全 5 回) 13:30～15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 5,300 円 教材費 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
78	【一般】 エンジョイ川柳 (連続受講) レベル:初級	川柳と親しみその醍醐味を満喫し 初級から中級・上級へ一歩ずつ 講師:横山弘達 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/27～ 2/16 (火・全5回) 13:30～ 15:30	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,300円 教材費200円	かめまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
79	【一般】 「伊勢物語」の会 (連続受講) レベル:初級	伊勢物語の主な章段を読みます。 最初から二、三段ずつ 講師:石島崇男 〈一般・15名〉 市民情報センター	10/30～2/5 (金・全5回) 10:00～ 12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講7日前まで 5,300円 教材費200円	TEL:0289-63-8360 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より7日前ま で…各講座開講日3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
80	【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	11/1(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 無料	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 FAX:0288-23-0331 電話、来館での申込み
81	【一般】 色づく公園で気分 転換! (1回)	色づく公園を散策しながら、葉や樹皮から何の木か考えます。 〈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	11/14(土) 10:00～ 12:00	開催日の1カ月前(定休日の場合は翌営業日)から前日まで 無料	
82	【一般】 クリスマスリース を作ろう (1回)	モミ、ヒイラギ、ヒマラヤスギなどを使って、クリスマスリースを作ります。初めての方でも気軽に作れます。 〈どなたでも・15名〉 緑の相談所	11/22(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	
83	【一般】 親子でクリスマス リースを作ろう (2回/各回受講)	親子でのクリスマスリース作りです。会話をしながら、楽しくクリスマスリースを作ってください。 〈親子で(保護者同伴必須)・各回8組〉 緑の相談所	11/28(土)・ 29(日) 10:00～ 12:00	開催日の1カ月前(定休日の場合は翌営業日)から当日まで 600円	
84	【一般】 庭木の剪定③「冬 に向けて」 (1回)	冬に向けて、庭木の剪定のしかたを座学と実習によって理解する講座、質問コーナーもあります。 講師:樹木医 栃木宏昭 〈どなたでも・18名〉 井頭公園 緑の相談所	11/8(日) 9:30～11:30	講座1カ月前から 200円	井頭公園 緑の相談所 〒321-4415 真岡市下籠谷 99 TEL:0285-82-4475 FAX:0285-83-8934 E-mail:i- midori01@park- tochigi.com 電話・FAX・メール・ 来館にて
85	【一般】 春まで楽しめるハ ングングバスケット (1回)	壁掛け型バスケットに講師厳選の様々な種類の花を植えこみ、壁を立体的に飾るハングングバスケット作りの講座です。 講師:ハングングバスケット 大鹿千鶴子 〈どなたでも・20名〉 井頭公園 緑の相談所	11/14(土) 10:00～ 12:00	講座1カ月前から 4,700円	
86	【一般】 クリスマスハーバ リウムを作ろう (1回)	ミネラルオイルの入った容器に花材や木の実を向きや配置考えながらディスプレイして、クリスマス用のオブジェを作ります。 講師:とちぎ花センター 大竹広恵 〈どなたでも・18名〉 井頭公園 緑の相談所	11/19(木) 10:30～ 11:30	講座1カ月前から 2,200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
87	【一般】 紅葉の公園を 見て歩こう (1回)	植物の名前の由来やエピソードの説明を受けながら紅葉で色づく公園を散策する。途中の休憩には、講師によるハーブ演奏がある。 講師：森林インストラクター 阿久津瞳 <どなたでも・18名> 井頭公園 緑の相談所	11/22(日) 9:30～11:30	講座1ヵ月前から 200 円	井頭公園 緑の相談所 〒321-4415 真岡市下籠谷 99 TEL:0285-82-4475 FAX:0285-83-8934 E-mail:i- midori01@park- tochigi.com 電話・FAX・メール・来 館にて
88	【一般】 木の実でクリスマスリースを作ろう (1回)	井頭公園で収集した松ぼっくり等の木の実を使い、色鮮やかなクリスマスリースを作ります。ホットボンドを使って接着させるので、誰でも簡単に製作できます。講師：緑の相談員 <どなたでも・18名> 井頭公園 緑の相談所	11/28(土) 9:30～11:30	講座1ヵ月前から 1,200 円	井頭公園 緑の相談所 〒321-4415 真岡市下籠谷 99 TEL:0285-82-4475 FAX:0285-83-8934 E-mail:i- midori01@park- tochigi.com 電話・FAX・メール・来 館にて
89	【一般】 木の実でクリスマスリースを作ろう (1回)	井頭公園で収集した松ぼっくり等の木の実を使い、色鮮やかなクリスマスリースを作ります。ホットボンドを使って接着させるので、誰でも簡単に製作できます。講師：緑の相談員 <どなたでも・18名> 井頭公園 緑の相談所	11/29(日) 9:30～11:30	講座1ヵ月前から 1,200 円	

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】 ライフアップセミナー⑮「こどもの安心感を高めるために」 (1回)	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。 <関心のある方ならどなたでも・対面:10名> 栃木県総合教育センター	11/24(火) 13:15～ 15:45	各回実施日の7日前 まで 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 https://www.tochigi-edu.ed.jp/rainbow-net/ 研修や講座の詳細、申込方法につきましては、Webサイト「とちぎレインボーネット」の「研修案内」で御確認ください。

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> コンセーレ(栃木県青年会館)	10/6～ 3/23 火曜日 18:30～ 20:30	9/1(火)～ 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> コンセーレ(栃木県青年会館)	10/3～ 3/20 土曜日 18:30～ 20:30	9/1(火)～ 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・10名> コンセーレ(栃木県青年会館)	10/8～ 3/18 木曜日 18:30～ 20:30	9/1(火)～ 33,000 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
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・10名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/7～ 3/17 水曜日 18:30～ 20:30	9/1(火)～ 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
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・12名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/2～ 3/19 金曜日 18:30～ 20:30	9/1(火)～ 33,000 円	
6	【一般】 台湾華語会話 (20回/連続受 講)	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、基礎から実践まで学べるクラスです。 〈どなたでも・10名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/7～ 3/17 水曜日 13:30～ 15:00	9/1(火)～ 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)	10/5～ 3/15 月曜日 10:00～ 11:30	9/1(火)～ 20,000 円	
8	【一般】 FP3級対策講 座 (8回/連続受 講)	FP3級取得を目指される方はもちろん、新 NISA や iDeCo などお金に関する知識を身につけたい方お待ちしております。〈どなたでも・10名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/18～ 3/7 日曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～ 16,000 円	
9	【一般】 ギター弾き語り (12回/連続受 講)	ギターのひき語りを始めたい。初心者向けの講座、挫折した人も OK。ギターを持っていない人は初回に選び方を説明します。〈どなたでも・7名〉 アミークス(とちぎ青少年センター)	10/3～ 3/20 土曜日 13:00～ 16:50	9/1(火)～ 10,000 円	
10	【一般】 笑み筋トレ® (12回/連続受 講)	笑顔を作る表情筋の動きやリズム運動、ポジティブな言葉づかいを取り入れたエビデンスのある健康プログラムです。〈どなたでも・12名〉 コンセーレ(栃木県青年会館)	10/4～ 3/7 日曜日 10:00～ 11:30	9/1(火)～ 18,000 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。
11	【一般】 女性のためのこ ころのケア (5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。暴力の様々な形態、トラウマの対処法、より良いコミュニケーションの方法、自尊心などのテーマを取り上げます。 講師:認定NPO法人ウイメンズハウス とちぎ カウンセラー・公認心理師 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)・各回 15名〉 パルティ とちぎ男女共同参画センター	8/27(木)、 9/24(木)、 10/22(木) 11/26(木) 12/10(木) 各回 10:00～ 12:00	各回1週間前までの 申込先着順 無料 満 6 ヶ月～小学校 3 年生までの保育あり (1 回 300 円)	
12	【一般】 男性のための 料理教室 ～簡単、美味し い、お家ごはん ♪(全 2 回) (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。 ①身近な食材でお家ごはん 講師:宮内 澄真子 ②爽やかオリジナルスパイスで作る絶品カレー 講師:沼能 秀典 〈男性・20名〉 パルティ とちぎ男女共同参画センター	10/24(土) 11/7(土) 各回 10:00～ 14:00	8/1(土)～9/29(火) 抽選 2,000 円(2回分の材 料費を含む) 満 6 ヶ月～小学校 3 年生までの保育あり (1 回 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
13	【一般】 パソコン講座 Canva で動画編集入門 (1 回)	Canva で作成できる動画の概要や ショート動画の編集方法を学びま す。 講師: パソコンインストラクター 〈ファイルの保存・コピー・移動など 基本的な PC 操作ができる方・20 名〉 パルティ とちぎ男女共同参画セン ター	11/28(土) 10:00～15:00	8/1(土)～10/27(火) 抽選 2,000 円 満 6 ヶ月～小学校 3 年 生までの保育あり(1 回 300 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	【専門】 産業用ロボット特 別教育(教示)2 (2 回/連続受講)	産業用ロボットの教示作業に従事 するための資格を取得する、労働 安全衛生法で定められた特別教 育です(法令に基づく学科及び実 技)。 〈これからロボット作業に従事し ようとしている方等・10 名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/12(木)～ 13(金) 9:00～16:00	4/1(水)～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 3,580 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 ・電子申請による申 込
15	【専門】 TIG 溶接 (2 回/連続受講)	TIG 溶接の作業要領及び基本作 業を習得する(概要、アルミニウム・ ステンレスの溶接作業)。 〈「アーク溶接特別教育」を修了し た方等・5 名〉 栃木県立県央産業技術専門校	11/19(木)～ 20(金) 9:00～16:00	4/1(水)～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(機械検査 2 級) (2 回/連続受講)	技能検定受験における要素作業 (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。 〈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	11/19(木)～ 20(金) 9:00～16:00	4/1(水)～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】 第二種電気工事 士技能試験準備 講習2 (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、 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	11/25(水)～ 27(金) 9:00～16:00	4/1(水)～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	
18	【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。 〈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	11/26(木)～ 27(金) 9:00～16:00	4/1(水)～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	
19	【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のための 超基礎英会話教室です 講師: 佐藤憲一 〈一般・4 名〉 講師宅(貝島町)	10/3～12/5 (土・全 10 回) 9:00～10:00	はがき: 9/2(水)～ 電話: 9/9(水)～ 各講座開講 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 TEL: 0289-63-8360 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より 7 日前ま で…各講座開講日 3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
20	【一般】 ウルトラ初心者の 英会話プラス (連続受講) レベル: 入門	「ウルトラ初心者」4 期以上の受講 者を対象とした英会話教室です 講師: 佐藤憲一 〈一般・4 名〉 講師宅(貝島町)	10/3～12/5 (土・全 10 回) 10:10～11:10	はがき: 9/2(水)～ 電話: 9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 9,550 円 教材費 450 円	
21	【一般】 キッズイングリッ シュ・ジュニア (連続受講) レベル: 入門	歌・ダンス・ゲーム・会話練習を通 して英語を楽しみながら学ぶ 講師: 佐藤憲一 〈子供(小学3～5 年)・4 名〉 講師宅(貝島町)	10/6～12/15 (火・全 10 回) 17:00～17:50	はがき: 9/2(水)～ 電話: 9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 9,100 円 教材費 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
22	【一般】 みんなで楽しむ英会話 (連続受講) レベル:中級	「ウルトラ初心者」5年以上の受講生の為の、中級英会話です 講師:佐藤憲一 〈一般・4名〉 講師宅(貝島町)	10/7~12/9 (水・全10回) 14:00~15:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 9,550円 教材費 450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 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より7日前ま で…各講座開講日3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
23	【一般】 トラベル英会話 (連続受講) レベル:初級	海外旅行や来日観光客と話せる 英会話をネイティブ講師と学ぶ 講師:荒川シージー 〈一般・10名〉 市民情報センター	10/15~ 12/17 (木・全8回) 11:00~12:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,340円 教材費 1,460円	
24	【一般】 AI時代の英語講座(初級I A) (連続受講) レベル:初級	1分間(約90語)の自己紹介と20 のQ&Aをマスターします 講師:津吹文男 〈一般・8名〉 市民情報センター	11/4~12/2 (木・全5回) 18:40~20:20	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 3,800円	
25	【一般】 親子で楽しく英語 で遊ぼう (連続受講) レベル:入門	歌・音楽・工作で遊びながらネイ ティブ講師と英語を身に付ける 講師:荒川シージー 〈親子(10ヶ月~3才)・8組〉 市民情報センター	11/26~2/25 (木・全10回) 10:00~11:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 6,750円 教材費 1,250円	
26	【一般】 音でつながるベビ ー脳育レッスン (連続受講) レベル:入門	音やリズムに合わせて親子でふれ あいながら赤ちゃんの脳と心を育 む 講師:佐藤弘子 〈親子(4ヶ月~1才)・3組〉 講師宅(松原)	10/1~1/30 (任意・全4 回) 1回40分	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 5,900円 教材費 600円	
27	【一般】 ちびっこリトミック (連続受講) レベル:入門	体を動かしながら音感やリズム感・ 情緒を養い音楽の基礎を育む 講師:星野敦子 〈子供(1才~2才)・4名〉 講師宅(東町)	10/3~11/21 (土・全4回) 14:00~15:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,900円 教材費 600円	
28	【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・ 情緒を養い音楽の基礎を育む 講師:星野敦子 〈子供(3才~6才)・4名〉 講師宅(東町)	10/3~11/21 (土・全4回) 15:00~16:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,900円 教材費 600円	
29	【一般】 ベビー&ママヨガ (連続受講) レベル:入門	ヨガでたくさん体をうごかし育児の 疲れを癒しリラックスとママ友作り 講師:星野敦子 〈親子(4ヶ月~2才)・5組〉 講師宅(東町)	10/6~1/26 (火・全8回) 10:00~11:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 7,500円 教材費 500円	
30	【一般】 はじめてのベビー ヨガ (連続受講) レベル:入門	ベビーヨガで親子で楽しく運動しま しょう 講師:元野里沙 〈親子(4ヶ月~10ヶ月)・4組〉 講師宅(東町)	10/6~12/8 (火・全5回) 10:00~11:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,000円	
31	【一般】 ママの体ケアwith ベビー (連続受講) レベル:入門	赤ちゃんと一緒にできる簡単な運 動で産後の体を整えましょう 講師:元野里沙 〈親子(4ヶ月~10ヶ月)・4組〉 講師宅(東町)	10/6~12/8 (火・全5回) 14:00~15:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,000円	
32	【一般】 はじめまして!ベ ビーマッサージ (連続受講) レベル:入門	ベビーマッサージを通して親子の 絆を深めます 講師:小池ゆかり 〈親子(生後100日まで)・5組〉 市民情報センター	10/23~ 11/27 (金・全3回) 11:00~12:00	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 3,640円 教材費 700円	
33	【一般】 不登校はお母さ んが助ける③ (連続受講) レベル:入門	お母さんのエネルギーを上げて、 家庭で出来る対応を学ぶ 講師:藤平紗栄 〈女性・5名〉 市民情報センター	11/10~ 12/22 (火・全3回) 18:00~19:30	はがき:9/2(水)~ 電話:9/9(水)~ 各講座開講7日前まで 4,000円 教材費 600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
34	【一般】 はじめてのそろばん (連続受講) レベル:入門	習い事で人気！楽しく学んで計算力と集中力、思考力が身につく 講師:星野敦子 〈子供(5才～小学生)・5名〉 講師宅(東町)	11/4～27 (任意・全4回) 17:00～ 18:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 4,900 円 教材費 500 円	かめまマイ・カレッジ 事務局 〒322-0064 鹿沼市文化橋町 1982-18
35	【一般】 CAD講座 (AutoCAD)3 (連続受講) レベル:入門	機械製図を学びながら、AutoCADで図面を描いてみよう！ 講師:長谷川貴志 〈一般(13歳～)・10名〉 市民情報センター	11/7～21 (土・全3回) 9:00～ 12:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 4,500 円 教材費 500 円	TEL:0289-63-8360 電話・はがきにて キャンセルは各講座 開始日より 7 日前ま で…各講座開講日 3 日前以降のキャンセ ルは違約金が発生し ます。
36	【一般】 CAD講座 (AutoCAD)4 (連続受講) レベル:入門	機械製図を学びながら、AutoCADで図面を描いてみよう！ 講師:長谷川貴志 〈一般(13歳～)・10名〉 市民情報センター	2/13～27 (土・全3回) 13:00～ 16:00	はがき:9/2(水)～ 電話:9/9(水)～ 各講座開講 7 日前まで 4,500 円 教材費 500 円	
37	【一般】 さつまいも収穫& 焼き芋ダッチオー ブン体験 (1回)	だいや川公園体験農場で育てた、さつまいもの収穫体験をします。また、収穫したさつまいもをダッチオーブンで焼き芋にしてみましょう。 講師 体験館職員 〈小学生～・10組〉 日光だいや川公園だいや体験館	11/1(日) 9:30～ 11:30	10/1(木)～ 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。)
38	【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。来年の干支「未」を表現し、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	11/8・15・ 29 日曜日 9:30～ 11:30	10/8(木)～ 2,800 円	
39	【一般】 下漬けした白菜を 持ち寄っての キムチ作り体験教 室 (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～・19名〉 日光だいや川公園だいや体験館	11/21(土) 9:30～ 11:30	10/21(水)～ 1,800 円	

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】 笑いで楽しく宇都宮を元気に～”住みます芸人”と考える宇都宮の魅力と可能性～ (6回/連続受講)	宇都宮の良さと魅力を楽しく学びながら、まちづくりや暮らしの未来を考えます。「栃木県住みます芸人」や社会基盤の専門家の語りを通じて、LRT、スポーツ、健康、食、大谷石、観光など多彩なテーマに触れ、世代を超えて地域の絆を深めながら、笑いや交流を通して地域への関心と行動意欲を高める機会にしてみませんか。 〈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)・90名〉 人材かがやきセンター研修室 ※12/1・8 は中央生涯学習センター6 階大ホール	10/27～ 12/8 毎週火曜日 10:00～ 12:00 ※11/3 を除く	9/1(火)～9/15(火) 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 https://www.city.utsunomiya.lg.jp/event/shogaigakushu/kagayaki/kouza/index.html 申込フォーム・FAX・はがき・直接

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
2	【一般】 未来をひらくドローンの世界～宇都宮から広がる空の可能性～ (6回/連続受講)	ドローンは防災・農業・報道など幅広い分野で活用され、地域課題の解決にもつながる技術として注目されています。本講座では、宇都宮市での活用事例を中心にドローンの今とこれからの基礎から学びます。地域の未来をつくるドローンの世界を覗いてみませんか。 〈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)・50名〉 人材かがやきセンター研修室 ※11/21 は館外学習	10/24～ 11/28 毎週土曜日 10:00～ 12:00	9/1(火)～9/15(火) 3,000 円 ※館外学習の費用は別途自己負担 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。	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 https://www.city.utsunomiya.lg.jp/event/shogaigakushu/kagayaki/kouza/index.html 申込フォーム・FAX・はがき・直接

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】 獨協医科大学 公開講座 (1回)	本学の教員による、健康に関する公開講座 【テーマ】 健康なうごけるからだであるために～整形外科医が語るからだの老化と最新治療～ 【持ち物】 筆記用具、はがき(参加券) 〈栃木県民どなたでも・80名〉 栃木市大平健康福祉センター(ゆうゆうプラザ)	11/14(土) 10:00～ 11:30	10/14(水)～ 11/13(金) 先着順で受付し、定員になり次第締切となります。 無料 受講決定のご連絡は参加券(はがき)の発送をもって代えさせていただきます。	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 E-mail: coo@dokkyomed.ac.jp 二次元コード・メール・FAX・はがき
2	【一般】 獨協医科大学 公開講座 (1回)	本学の教員による、健康に関する公開講座 【テーマ】 心臓や血管の病気、手術はこわくない?～小さな傷でここまで治る～ 【持ち物】 筆記用具、はがき(参加券) 〈栃木県民どなたでも・80名〉 栃木市大平健康福祉センター(ゆうゆうプラザ)	11/14(土) 13:00～ 14:30	10/14(水)～ 11/13(金) 先着順で受付し、定員になり次第締切となります。 無料 受講決定のご連絡は参加券(はがき)の発送をもって代えさせていただきます。	 https://forms.gle/S19u1vSk4jQmWQAJ7

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】 特別講演会「戦国末期下野の国衆と城郭」 (1回)	栃木県歴史文化研究会顧問 荒川善夫氏をお招きし、戦国時代末期の下野国の動向について、城の発掘調査成果を盛り込みながら解説していただきます。 〈どなたでも・50名〉 栃木県埋蔵文化財センター研修室	11/8(日)	HP や X(旧 Twitter) で告知 無料 変更になる場合があります。HP や X(旧 Twitter) をご確認ください。	栃木県埋蔵文化財センター 〒329-0418 下野市紫 474 TEL:0285-44-8441 FAX:0285-43-1972 https://tochigimaibun.jp/ お問い合わせフォーム・FAX・はがき
2	【一般】 楽しく くーらふと (11月)【工作講座】 (1回)	クリスマス列車を作ろう はさみ、カッター、ピンセット、新聞紙(作業の下に敷く物)持参 〈どなたでも・先着 10名〉 道の駅思川 小山評定館	11/7(土) 9:30～ 11:30	要予約:講座開催日から 1 週間前～ 1,000 円(材料代) お釣りのないようにご準備ください。 電話にて午前 9 時～午前 12 時までにお申し込みください。ただし、土・日・祝は、申し込み出来ません。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。	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:090-7015-3879

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】 和紙ちぎり絵教室 (6回/連続受講)	本格手漉き和紙を用いて、シキシに絵を描くように和紙をちぎったり剥いたりしながら完成させます。月ごとの習作で趣味として楽しめます。 講師: 中田紀子 〈毎月参加可能な大人・新規若干名〉 ばなばな工房	10/15、11/19、 12/17、1/21、 2/18、3/11 木曜日 10:00～12:00	実施日1カ月前～1 週間前まで 教材実費	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、又は管理事務所にて申込み
4	【一般】 大人の陶芸教室「電動ロクロ & 釉掛け」 (2回/連続受講)	白土を使い、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。 講師: 高野邦子・宮内優希 〈両日参加可能な大人の方・12名〉 ばなばな工房	10/28(水) 9:30～11:30 / 13:00～15:00 (6名ずつ) 11/25(水) 9:30～11:30	9/28(月) 9:00～ 2,000 円(初回徴収)	
5	【一般】 クレイアートの X'mas 飾り (2回/各回受講)	クレイアート(粘土)を使って、壁掛けやツリーのオブジェにもなる可愛いクリスマス飾りを作ります。(大きさ約 16cm) 講師: 水江知子 〈どなたでも・各回 10 名〉 ばなばな工房	11/1(日) 10:00～12:00、 13:00～15:00	10/1(木) 9:00～ 850 円	
6	【一般】 どんぐりの森ぐ るり (2回/各回受講)	大小の木や、林縁や道端の草を見ながら、木の実・草の種子を観察します。生きものにも出会う秋の公園歩きです。講師: 合田健二 〈どなたでも・各回 12 名〉 虹の広場	11/3(火) 13:00～、 14:30～ (各回約 60 分)	10/3(土) 9:00～ 無料	
7	【一般】 秋のネイチャー ゲーム (1回)	ネイチャゲームの一つ、カモフラージュというアクティビティを林の中で行います。 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	11/14(土) 13:00～15:00	申込不要 無料 ※当日直接会場へ	
8	【一般】 ハートのリース 飾り (1回)	ハートの土台に、木の実や飾りを自由にデザインし、クリスマスからバレンタインなど通年で楽しめる壁飾りを作ります。講師: 九鬼真澄 〈どなたでも・12 名〉 ばなばな工房	11/15(日) 10:30～12:00	10/15(木)9:00～ 1,100 円	とちぎ花センター 〒329-4308 栃木市岩舟町下津 原 1612 TEL: 0282-55-5775 FAX: 0282-55-5770 http://www.florence.jp/ 公式HP、チラシで体験内容をご確認の上、電話、公式HPよりお申込みいただけます。
9	【一般】 植物をつかった 体験教室 (各回受講)	季節にあわせた植物を使った寄せ植えやクラフトなど、とちぎ花センターの専門スタッフが土日を中心に日替わりで体験教室を行います。材料はすべてご用意しますので当日は手ぶらで参加できます。 〈どなたでも・各回 15 名〉 とちぎ花センター	10/1(木)～ 3/31(水)の主 な土日中心 10:30～11:30、 13:30～14:30	開始日まで(定員になり次第終了) 600～5,000 円 内容により異なります HP、チラシにて毎月の講座内容をお知らせします。ご確認ください。	

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(11月) (1回)	Excel で家計簿を作ろう Microsoft Word2021、Excel2021、PowerPoint2021 以上のソフトが入っているパソコン・マウス持参 〈どなたでも・先着 14 名〉 道の駅思川 小山評定館	11/7(土) 13:20～ 15:30	要予約：講座開催日から 1 週間前～ 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。	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:090-7015-3879
				電話にて午前 9 時～午前 12 時までにお申し込みください。ただし、土・日・祝は、申し込み出来ません。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】 2 次元機械CAD 基礎 (2 回/連続受講)	AutoCAD の基本的操作を学びます。 (概要、各種コマンド、製図実習等)。 持参品(受講票、昼食、筆記具、上履き(スリッパ等)) 〈在職者(2 次元機械CAD 初心者の方等)・10 名〉県南産業技術専門学校	11/4(水) ～5(木) 9:00～ 16:00	開講日の 14 日前まで 1 人あたり 3,580 円	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 https://www.tochigi-it.ac.jp/kennan/ 電話による申込み後、電子申請
3	【専門】 アーク溶接特別教育 2 (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、労働安全衛生法で定められた特別教育です。(法令に基づく学科及び実技) 持参品(受講票、昼食、筆記具、上履き(スリッパ等)、作業服【長袖】、帽子、安全靴、保護メガネ、防じんマスク) 〈在職者(これからアーク溶接作業に従事する方等)・20 名〉 県南産業技術専門学校	11/11(水) ～13(金) 9:00～ 17:00	開講日の 14 日前まで 1 人あたり 5,040 円 アーク溶接特別教育 1 と同一内容	
4	【専門】 第二種電気工事士技能試験準備講習 2 (3 回/連続受講)	技能試験の候補問題を製作しながら、施工基本作業、製作上のポイントを学びます。 持参品(受講票、昼食、筆記具、上履き(スリッパ等)、受験時使用工具等) 〈在職者(第二種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〉県南産業技術専門学校	11/17(火) ～19(木) 9:00～ 16:00	開講日の 14 日前まで 1 人あたり 5,040 円 第二種電気工事士技能試験準備講習 1 と同一内容	
5	【専門】 半自動溶接 2 (2 回/連続受講)	JIS溶接技能者評価試験(半自動溶接基本級 SA-2F)に必要な知識及び技能を習得します。(学科試験問題解説、溶接作業) 持参品(受講票、昼食、筆記具、上履き(スリッパ等)、作業服【長袖】、帽子、安全靴、保護メガネ、防じんマスク) 〈在職者(「アーク溶接特別教育」修了者で、JIS溶接技能者評価試験受験者、又は同等の技能を有する方等)・5 名〉県南産業技術専門学校	11/18(水) ～19(木) 9:00～ 16:00	開講日の 14 日前まで 1 人あたり 5,040 円 半自動溶接 1 と同一内容	
6	【専門】 技能検定準備講習(機械検査 2 級)1 (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います。 持参品(受講票、昼食、筆記具、上履き(スリッパ等)、関数電卓) 〈在職者(技能検定受検者、又は同等の技能を有する方等)・5 名〉 県南産業技術専門学校	11/18(水) ～19(木) 9:00～ 16:00	開講日の 14 日前まで 1 人あたり 5,040 円 技能検定準備講習(機械検査 2 級)2 と同一内容	