

青少年活動センター「トライ東」(今泉町)の教室

トライ東 ☎ (663) 3155

▼申込開始 2月6日午後2時 3月6日午後2時 4月6日 5月6日 6月20日午後7時 6月28日午後6時。

▼申込方法 1当日、直接、トライ東へ2
～7電話で、トライ東 ☎ (663) 3155へ。

▶トライ東
HP URL



教室名・内容	日 時	対象・定員・費用
1ひとりで、みんなで楽しく勉強・運動・遊ぼう トライスタディールーム 基本は自習形式。高校生・大学生や大人がそばに居てくれます	6月1・8・15・22・29日 午後4時～7時 途中入退室可	市内在住の小中学生
2産後セルフケア体験会 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ワークなど	6月23日(木) 午前10時～11時30分	市内在住の令和4年1月20日～4月20日に出生した女性とその乳児 先着10組 1,000円(参加費)
3親子でスキンシップ体操 バランスの良い体を目指し、運動能力を高める	6月28日(火) 午前10時～11時30分	市内在住の未就学児とその保護者 先着10組 500円(参加費)
4心とからだのためのチューニングyoga ヨガの基本を学び、ストレスに負けない心を育てる	7月16日～8月20日の原則、 毎週土曜日、全6回 午前10時30分～正午	市内在住か通勤通学する高校生～39歳の人 先着10人 500円(参加費)
5はじめてのドラム教室 ドラム演奏の体験	7月30日(土) 午前10時30分～正午	市内在住か通学する中学生～高校生 先着5人 500円(参加費)
6はじめての資産運用 貯蓄の必要性や投資信託などについて学ぶ	8月20・27日(土) 午後2時～3時30分 全2回	市内在住か通勤通学する高校生～39歳の人 先着10人 500円(参加費)
7メンズスキンケア 基本的なスキンケアを学び、肌の悩みを解決する	9月3・10日(土) 午後6時～7時30分 全2回	市内在住か通勤通学する高校生～39歳の人 先着10人 1,500円(参加費)

各種スポーツ教室

市スポーツ振興財団 ☎ (663) 1611

▼会場 1|2|3|7清原体育館(清原工業団地) 4～6ブレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館)。
▼申込期限 6月10日。

▼申込方法 宇都宮スポーツナビ(HP)URL6
の申し込みフォームに必要事項を入力。
▼その他 5託児あり。

▶宇都宮
スポーツナビ
HP URL6



子ども向け

教室名・内容	日 時	対象・定員・費用など
1速くならう かけっこ塾 正しいフォームや、スタートの方法を身に付ける	7月7・14・21日 午後5時30分～6時20分 全3回	小学生 抽選50人 1,200円(参加費)
2ジュニア卓球 ラケットの握り方やボール慣れから始める	7月13・20・27日、8月3・10・17日 午後5時15分～6時45分 全6回	小学4～6年生 抽選30人 2,400円(参加費)

大人向け

教室名・内容	日 時	対象・定員・費用など
3卓球(硬式・ラージ) ラケットの持ち方から丁寧に指導	7月13・20・27日、8月3・10・17・24・31日 午後7時～8時30分 全8回	16歳以上の人 抽選30人 4,000円(参加費)
4ボディメイク・ヨガ 運動量の多いヨガで筋力アップを目指す	7月20・27日、8月3・17・24日 午後7時～8時 全5回	16歳以上の人 抽選40人 2,500円(参加費)
5ヨガ ヨガの呼吸法と基本エクササイズ	7月21・28日、8月4・18・25日 午前9時40分～10時40分 全5回	16歳以上の人 抽選50人 2,500円(参加費) 託児料2,000円
6フラダンス フラダンスの魅力を感じて体験する	7月22・29日、8月5・19・26日 午前9時40分～10時40分 全5回	16歳以上の人 抽選40人 2,500円(参加費)
7ファイティングエクササイズ 格闘技系エアロビクスでストレス解消	7月22・29日、8月5・19・26日 午前10時～11時 全5回	16歳以上の人 抽選40人 2,500円(参加費)

環境学習センター（茂原町）の講座

環境学習センター ☎ (655) 6030

- ▼申込期限 6月15日（消印有効）。
- ▼申込方法 往復はがきの往信に希望講座名・参加者全員の
 ①・学年を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、〒321-0126茂原町777-1、環境学習センターへ。
 複数講座に申し込み可。ただし、はがき1枚につき1講座。

3人または1家族まで。同一講座に複数枚の申し込み不可。

- ▼その他 定員を超えた場合は公開抽選。定員に満たない場合、締切日の1週間後午前9時から、電話で受け付け。



▲環境学習センター
 (HP)URL1

講座名・内容	日時・会場	対象・定員
1 専門家と歩く夏の奥日光 講義や現地での観察体験を通して、奥日光の生物多様性の現状や保全について学ぶ	①7月3日(日) 午前10時～正午=環境学習センター ②7月10日(日) 午前10時～午後3時=奥日光(日光市) 全2回	小学生以上 抽選20人
2 クリーンパーク茂原でキノコを探そう クリーンパーク茂原(茂原町)の林でキノコを探して観察し、生物多様性について学ぶ	7月16日(土) 午前9時30分～正午 環境学習センター	抽選40人

生涯学習センターの講座

成人向け講座

講座名	日時など	対象・定員・費用など	申込
北 子育て家族のための気持ちが伝わるコミュニケーション講座 自己肯定感を高める方法や、人間関係が良くなる話し方、考え方を具体例を使って学ぶ ④ 1006469	7月4・11日(月) 午前10時～正午 全2回	市内在住か通勤する小学生までの子どもを持つ保護者 抽選16人 おおむね8カ月以上の未就学児託児あり	6月17日(必着)までに、直接またははがき、Eメール(④・年齢・子どもの年齢・託児希望の場合は、子どもの氏名・生年月日を明記)で、〒320-0072若草3丁目12-25、北(④) ☎ (621) 7745、✉u47090004@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
南 宇都宮再発見講座 映画・テレビドラマのロケ地を映像で見て、宇都宮の街の魅力を再発見する ④ 1016463	7月7・14日(木) 午前10時～11時30分 全2回	市内在住か通勤通学する18歳以上の人 抽選20人	6月15日(必着)までに、直接またははがき、Eメール(④・年齢を明記)で、〒321-0107江曾島2丁目4-23、南(④) ☎ (645) 0006、✉u47090003@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
中央 金曜まなび塾「県都ミヤモノ・マチ・ヒトの創り人」 専門家から現代社会の知識を学び、生活を楽しく過ごすヒントを探る ④ 1006450	7月8日～12月23日の原則 金曜日 午前10時～正午 全10回	市内在住か通勤通学する18歳以上の人 抽選30人	6月10日(必着)までに、直接またははがき、Eメール(④・年齢を明記)で、〒320-0806中央1丁目1-13、中央(④) ☎ (632) 6331、✉u47090100@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
篠井 地域力アップ教室 篠井の自然を満喫し、デジタルカメラの基礎を学ぶ ④ 1016163	7月13日(水)・8月17日(水)、 午前10時～正午=篠井区 7月23日(土)・11月12日(土)、 午前9時～正午=冒険活動センター 全4回	市内在住か通勤する18歳以上の人 抽選15人	6月3日から、直接またははがき、Eメール(④・年齢を明記)で、〒321-2105下小池町466番地1、篠井(④) ☎ (669) 2515、✉u2223@city.utsunomiya.tochigi.jpへ

青少年向け講座

講座名	日時	対象・定員・費用	申込
中央 親子のワクワク体験講座 アウトドア、組紐作り、ぶるぶる虫工作などの体験を通して親子の絆を深める ④ 1006449	7月9・23日、8月6・20日 午前10時～正午 7月30日午前9時～午後4時 30分は館外学習 全5回	市内在住の小学生とその保護者 抽選18組 実費(材料費など)	6月13日(必着)までに、直接またはEメール(④・年齢・子どもの学校名、学年、性別を明記)で、〒320-0806中央1丁目1-13、中央(④) ☎ (632) 6331、✉u47090100@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
西 わくわくサマースクール 博物館見学や科学実験、プログラミングなどの体験学習を通して他校の生徒と交流を図る ④ 1006460	7月25・27日、28日または29日、8月5・8日、午前10時～正午 全5回	市内に通学する小学4～6年生 抽選20人 500円(材料費など)	6月15～30日(必着)に、はがきまたはEメール(④・学校名・学年・保護者氏名を明記)で、〒320-0046西一の沢町17-32、西(④) ☎ (648) 7480、✉u47090002@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
南 夏休み小学生講座 他の学区の児童と交流し、工作や自由研究などに生かす ④ 1016453	7月27日、8月2・5日 午前10時～11時30分 全3回	市内在住の小学4～6年生 抽選15人	6月15日(必着)までに、直接またははがき、Eメール(④・学校名・学年を明記)で、〒321-0107江曾島2丁目4-23、南(④) ☎ (645) 0006、✉u47090003@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
南 プログラミング入門講座 自分で作ったロボットを動かす ④ 1016454	①7月28日(木) ②7月29日(金) 午前10時～正午	①市内在住の小学1～3年生 ②市内在住の小学4～6年生 各抽選15人	6月15日(必着)までに、直接またははがき、Eメール(④・学校名・学年を明記)で、〒321-0107江曾島2丁目4-23、南(④) ☎ (645) 0006、✉u47090003@city.utsunomiya.tochigi.jpへ