

生涯学習・スポーツ

パソコン初心者講座

問町公民館 電話(57)4177

公民館では、初心者の方を対象にパソコン講座を開講します。今年はやワードで年賀状づくり、エクセルで会計表作成など楽習しますのでぜひご参加ください。
日・内容 プログラム参照(全3回)

◎パソコン初心者講座プログラム

回	日時	内容
1	11月8日(木) 9時30分～12時	開講式 ワードの基礎・チラシの作成
2	11月15日(木) 9時30分～12時	年賀状の作成・イラスト挿入
3	11月29日(木) 9時30分～12時	エクセルの基礎・会計表作成 閉講式

※内容変更の場合があります。

講師 のぎパソコンクラブ会員
対町 在住在勤者 **定** 先着12人
料 300円(テキスト代)
 ※USBメモリーは各自で準備してください。

所 町公民館 第4研修室

主催 野木町公民館

協力 のぎパソコンクラブ

申 10月10日(水)～18日(木)

受講料を添えて町公民館へ

野木歴史文化伝承会協働講座 歴史・暮らし講座 小山氏の滅亡と日の御前

問町公民館 電話(57)4177

「日の御前」という人物を知っている人が野木町にどれほどいるのでしょうか?初めて聞く名前かもしれません。

今回の講座で、小山氏の滅亡と深い関わりがあった、「日の御前」にスポットをあてて講座を開催いたします。

日 10月21日(日) 13時30分～

所 町公民館

対町 在住在勤者

講師 軽部 重夫 氏
(野木歴史文化伝承会員)

定 先着30人

料 無料

申 10月4日(木)～11日(木)

町公民館へ来館または電話にて申し込み

女性力アップセミナー

問町公民館 電話(57)4177

今年「健・美」をテーマに2種類のプログラムをご用意しました。

日・内容 プログラム参照

◎女性力アップセミナープログラム

日時	内容
11月8日(木) 13時30分～15時	デュークズウォーキング(1)「姿勢を良くしてスタイルアップ!」 講師: デューク更家公認ウォーキングスタイリスト 筒深 旭人 氏
11月15日(木) 13時30分～15時	デュークズウォーキング(2)「歩きをととのえ健康アップ!」 講師: デューク更家公認ウォーキングスタイリスト 筒深 旭人 氏
11月20日(火) 10時30分～12時	骨盤体操(1)「筋肉トレーニングで体感を鍛え、腰痛予防・体質改善①」 講師: (財)日本スポーツクラブ協会運動指導認定委員 児矢野 弘之 氏
12月4日(火) 10時30分～12時	骨盤体操(2)「筋肉トレーニングで体感を鍛え、腰痛予防・体質改善②」 講師: (財)日本スポーツクラブ協会運動指導認定委員 児矢野 弘之 氏
12月6日(木) 13時30分～15時	デュークズウォーキング(3)「歩きで体力レベルアップ!」 講師: デューク更家公認ウォーキングスタイリスト 筒深 旭人 氏
12月18日(火) 10時30分～12時	骨盤体操(3)「筋肉トレーニングで体感を鍛え、腰痛予防・体質改善③」 講師: (財)日本スポーツクラブ協会運動指導認定委員 児矢野 弘之 氏

所 町公民館
定 各回30人
対町 在住在勤者
申 10月17日(水)～30日(火) 直接公民館窓口で申し込み。
 18日(木)より電話受付可能。
 ※内容は変更となる場合もありますのでご了承ください。

スポーツ



○公民館の受付は、第3月曜日・祝日を除く8時30分～17時
 ○元気の出るスポーツクラブの受付は第3月曜日、土日祝日を除く9時～17時

元気の出るスポーツクラブのぎ事業 第3回野木バウンドテニス ジュニア親善交流大会

問野木BTCジュニア

岡田 晶子 電話(23)2666

日 11月4日(日) 9時30分～17時

所 町体育センター

対町 内在住および近隣の小中学生経験者

定 先着40人

種 目

シングルス戦、団体チーム対抗戦

料 クラブ会員 500円

非会員 700円

※当日徴収

持ち物 運動のできる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

※バウンドテニスラケット(貸出あり)

申 10月5日(金)～12日(金)

問い合わせ先へ