



# 7・8月 開館・イベントカレンダー

| 7月                |                           |      |                                      |           |                |    |
|-------------------|---------------------------|------|--------------------------------------|-----------|----------------|----|
| 日                 | 月                         | 火    | 水                                    | 木         | 金              | 土  |
| 1                 |                           | 休    | 2 ストレッチ&ヨガ⑨<br>エアロ&ダンス⑨              | 3 リズム体操⑨  | 4 イキイキフィットネス⑨  | 5  |
| 6                 | 7 書道⑨<br>健康体操⑨<br>筋力アップ⑨  | 8 休  | 9 ストレッチ&ヨガ⑩<br>エアロ&ダンス⑩              | 10 リズム体操⑩ | 11 イキイキフィットネス⑩ | 12 |
| 13                | 14 書道⑩<br>健康体操⑩<br>筋力アップ⑩ | 15 休 | 第2期自主講座受付期間 7月13日(日)~7月19日(土) ※火曜を除く |           |                |    |
| 20<br>午前中<br>家庭の日 | 21 祝日<br>休                | 22 休 | 23                                   | 24        | 25             | 26 |
| 27                | 28                        | 29 休 | 30                                   | 31        | 6              |    |

| 8月                |                           |      |    |    |             |    |
|-------------------|---------------------------|------|----|----|-------------|----|
| 日                 | 月                         | 火    | 水  | 木  | 金           | 土  |
| 7                 |                           |      |    |    | 1           | 2  |
|                   |                           |      |    |    | 第1期自主講座支払期間 |    |
| 3                 | 4                         | 5 休  | 6  | 7  | 8           | 9  |
| 10                | 11 祝日<br>休                | 12 休 | 13 | 14 | 15          | 16 |
| 17<br>午前中<br>家庭の日 | 18                        | 19 休 | 20 | 21 | 22          | 23 |
| 24<br>31          | 25 書道①<br>健康体操①<br>筋力アップ① | 26 休 | 27 | 28 | 29          | 30 |



通し番号⇒

発行 栃木市勤労者総合福祉センター



# きんぞう新聞

暮らし広がる

愛も広がる

想像がふくらむ

# KINSOU

WELOVETECHIGICITY

## 令和7年度第2期自主講座申込期間

7月13日(日)~19日(土) ※休館日15日(火)を除く

| 講座名         | 曜日 | 期間         | 時間          | 定員  |
|-------------|----|------------|-------------|-----|
| 初めての書道      | 月  | 8/25~11/17 | 10:00~11:30 | 20名 |
| 健康体操        |    |            | 17:00~18:30 | 50名 |
| 筋力アップ       |    |            | 19:00~20:30 | 50名 |
| ストレッチ&ヨガ    | 水  | 9/3~11/12  | 17:00~18:30 | 30名 |
| エアロ★ダンス     |    |            | 19:00~20:30 | 50名 |
| リズム体操       | 木  | 9/4~11/6   | 10:00~11:30 | 50名 |
| イキイキ☆フィットネス | 金  | 9/5~11/7   | 10:00~11:30 | 50名 |

□申込は原則ご本人様ご来館でお願い致します

□電話での受付は対応しておりません

□定員を超えた講座は抽選とさせていただきます

□受講料は全10回で1500円(保険料込) 教材費は別途

□講座は基本一人一講座

□対象は市内在住・在勤



# サマーエコジョイキャンペーン

に参加しよう！

## 短冊風鈴に願いを込めよう！

ペットボトルを再利用して作った風鈴に絵付け&短冊に願い事を書いてみよう！

1F ロビーにて開催しています！

キャンペーンは6月～7月7日(七夕)までとなります。参加賞がございます。作品はキャンペーン中、ロビーにかざらせもらえたら嬉しいです♡  
材料がなくなりしだい、終了となります(\*^^\*)



熱中症に気をつけましょう！水分補給を忘れずに、  
体調がすぐれない時は、無理せずお休みすをとる事も大切です。みんなで暑い夏を乗りきろう！

# 0円BOXはじめました！

気軽にはじめる、楽々リサイクル

あなたにとって‘不要なもの’はだれかにとって‘必要もの’かも。洋服、絵本、食器など捨てるには勿体ないもの、そんな品物を0円BOXにお入れください。BOXの中の品物がほしい方は、ご自由にお持ち帰り下さい。



譲る側も、受け取る側もみんなが笑顔になれる活動です。ご協力宜しくお願い致します(^^♪



## 栃木市勤労者総合福祉センター

- ◇所在地 栃木県栃木市今泉町1-2-1
- ◇TEL 0282-27-7140
- ◇アドレス info@kinsou-tochigi.jp
- ◇休館日 火曜・祝日
- ◇開館時間 午前9時～午後21時(日曜日は17時まで)

