

参加者を募集します

クリスマスケーキを作ろう

親子の楽しい食育教室

問い合わせ 利根町総務課市民係 ☎内線288

今年のクリスマスは手作りケーキで楽しいときを過ごしましょう。初心者でも簡単にできるスポンジケーキを作ります。ぜひ、ご参加ください。

講師 食生活改善推進員(利根分会)  
対象 幼児、小学生とその保護者  
定員 各回10人(先着順)  
参加費 1組600円  
※ケーキのトッピングは持参してください

とき 12月24日(火)、25日(水)  
①午前9時②午前10時③午後1時30分④午後2時30分  
申し込み 12月6日(金)から利根町総務課市民係へ



初心者・シニア大歓迎！カービングスキーを楽しんでみませんか

市民スキー教室

問い合わせ NPO法人沼田市体育協会、体育課体育係(市民体育館内) ☎9444

とき 来年1月18日(土)、19日(日)午前9時～午後3時  
ところ たんばらスキーパーク(送迎バスあり)  
講師 市スポーツコーチ、市スキークラブ員  
対象 小学校3年生以上の市民  
定員 20人(先着順)  
受講料 無料(保険料大人1850円、子ども800円とります)

申し込み 1月8日(水)までに所定の用紙に保険料を添えて市民体育館、または白沢町・利根町教育支所へ  
※受付時間は、午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)



勤労青少年体育センター スポーツ教室

問い合わせ 勤労青少年ホーム ☎240135



とき 午前10時～11時30分  
ところ 勤労青少年ホーム、勤労青少年体育センター  
対象 市内在住の人  
受講料 無料(傷害保険は任意加入)  
申し込み 12月11日(水)から20日(金)までに勤労青少年ホームへ  
※受付時間は、午前9時～午後8時(土・日曜日を除く)  
※申し込みは先着順で、定員になり次第締め切ります

曜日	教室名	とき	講師	定員
月	ダンベル体操とリズムダンス	1月27日～3月17日(全8回)	塩野 明美さん	70人
火	ソフトエアロビック	1月28日～3月25日(全8回)	うすねニューススポーツクラブ 横坂 留美さん	50人
木	卓球	1月23日～3月13日(全8回)	本多 加代子さん	30人
金	テニス	1月31日～3月28日(全8回)	東宮 邦夫さん	20人
	中国式健康体操	1月31日～3月28日(全8回)	阿部 昌一さん	

勤労青少年ホーム 短期教養講座 & 短期スポーツ教室

問い合わせ 勤労青少年ホーム ☎240135



とき 午後7時～9時  
ところ 勤労青少年ホーム、勤労青少年体育センター  
対象 市内に在住、または在勤している30歳未満の人  
※定員に満たない場合は30歳以上の人も受講できます  
受講料 無料(教材費は受講者負担)  
申し込み 12月2日(月)から27日(金)までに教材費を添えて勤労青少年ホームへ  
※受付時間は、午前9時～午後8時(土・日曜日、祝日を除く)  
※申し込みは先着順で、定員になり次第締め切ります

曜日	教室名	とき	講師	定員	教材費
月	パドルテニス	1月20日～3月17日(全9回)	大島 一克さん	20人	300円
	中国語		白雪梅さん	15人	1,600円※
火	バドミントン	1月14日～3月18日(全9回)	沼田バドミントンクラブ 志賀 英一さん	20人	500円※
	ヨガとインド舞踊		高澤 妙子さん	30人	1,050円※
水	英会話初級	1月15日～3月12日(全9回)	カンポー・ダーレンさん	15人	無料
	テニス		沼田テニス協会 東宮 邦夫さん	20人	1,000円
	フラダンス		佐藤 とし江さん		
木	英会話中級	1月16日～3月13日(全9回)	マクナリー・ブレンダンさん	15人	無料
	書道		戸丸 香堂さん	20人	
	いきいきエアロビック		うすねニューススポーツクラブ 小野里 順子さん		
金	シルバーアクセサリー	1月10日～3月14日(全9回)	橋本 明彦さん	6人	2,800円
	卓球	1月17日～3月14日(全9回)	沼田利根卓球協会 風間 忠さん	30人	300円

※新規の人のみ

市民体育館 スポーツ教室

問い合わせ 体育課体育係(市民体育館内) ☎9444

申し込み 各教室ともに受講料を添えて午前8時30分から午後5時15分までに市民体育館、または白沢町・利根町教育支所へ(土・日曜日、祝日を除く)



教室名	とき	講師	定員	受講料(保険料含む)	申込期限
テニス教室	1月8日から3月12日までの毎週水曜日 午前10時～11時30分(10回)	太田 東宮 木場 あや子さん 邦夫さん 義文さん	40人	2,850円	1月6日(月)
ソフトテニス教室	1月9日から3月13日までの毎週木曜日 午前10時～11時30分(10回)	高野 須田 春子さん 和子さん			1月7日(火)
卓球教室	1月14日から3月11日までの毎週火曜日 午前10時～11時30分(8回)	小林 和田 三郎さん 幸雄さん		2,650円	1月9日(木)

※各教室の保険料は大人1,850円、子ども800円です。また、教室で希望者が5人以上集まれば、短期保険(800円)に加入できます

参加者を募集します