

# 参加者募集



勤労青少年ホームでは、短期  
教養講座と短期スポーツ教室の  
受講生を募集します。ぜひ、参  
加してみませんか。

**ところ** 勤労青少年ホーム、勤  
労青少年体育センター(白岩  
町)

**対象** 市内在住、または在勤の  
30歳未満の勤労青少年  
※定員に満たない場合は30歳以  
上の人も対象とします

**受講料** 無料(教材費は受講者  
負担)

**申し込み** 土・日曜日を除く、  
12月4日(月)から22日(金)の  
午前9時から午後8時までに、  
教材費を添えて、本人が直接  
勤労青少年ホームへ

曜日	講座・教室名	開講日時	回数	講師	定員(先着順)	教材費
月	バドミントン	1月15日午後7時	全10回	大島一克さん	20人	300円
火	バドミントン	1月16日午後7時	全11回	沼田バドミントンクラブ 佐藤圭さん	20人	500円(新規のみ)
水	英会話初級	1月10日午後7時	全10回	ライオン・ブレイズさん	15人	なし
	ちくちく刺し子	1月17日午後7時	全3回	飯塚咲季さん	10人	3,000円
	ヨガ	1月10日午後7時	全6回	高澤妙子さん	20人	1,080円(新規のみ)
	テニス	1月10日午後7時	全11回	沼田テニス協会 東宮邦夫さん	20人	1,000円
木	フラダンス	1月17日午後7時	全5回	佐藤とし江さん	20人	なし
	英会話中級	1月18日午後7時	全11回	ジョセフ・ジョン・ミルキさん	15人	なし
	書道	1月11日午後7時	全11回	星野青龍さん	15人	1,000円(新規) 500円(継続)
	いきいきエアロビク	1月18日午後7時	全6回	うすねニューススポーツクラブ 須田浩子さん	20人	なし
金	トランポボックス	3月1日午後7時	全5回	うすねニューススポーツクラブ 小野里順子さん	20人	なし
	シルバークセサリー	1月19日午後7時	全8回	橋本明彦さん	6人	3,000円
卓球	1月12日午後7時	全11回	利根沼田卓球協会 風間忠さん	30人	500円	

問い合わせ 勤労青少年ホーム ☎0135

## 勤労青少年ホーム短期教養講座&短期スポーツ教室

## 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 ☎0135

勤労青少年体育センターでは、スポーツ教室の受講生を募集します。

**対象** 市内在住の人

**受講料** 無料

**申し込み** 土・日曜日を除く、12月4日(月)から15日(金)の午前9時から  
午後8時までに、本人が直接勤労青少年ホームへ

※エアロビクは12月5日(火)から受け付け開始。ソフトエアロビクか  
スローエアロビクのどちらかを選択してください



曜日	講座・教室名	開講日時	回数	講師	定員(先着順)
月	ダンベル体操とリズムダンス	1月15日午前10時	全8回	塩野明美さん	70人
火	ソフトエアロビク(ピッチアップ版)	1月23日午前10時	全6回	うすねニューススポーツクラブ 金子浩美さん	35人 (65歳まで)
	スローエアロビク	1月23日午後1時30分	全6回	うすねニューススポーツクラブ 横坂留美さん	25人 (原則60歳以上)
木	卓球	1月25日午前10時	全8回	本多加代子さん	30人
金	テニス	1月19日午前10時	全8回	東宮邦夫さん	20人
	中国健康体操	1月19日午前10時	全8回	阿部昌一さん	20人

## 市民スキー教室

問い合わせ NPO法人沼田市体育協会  
(市民体育館内) ☎9444

初心者、ジュニア、シニアの皆さん大歓迎！  
カービングスキーを楽しんで見ませんか！

**とき** 1月20日(土)、21日(日)

午前9時～午後3時

**ところ** たんばらスキーパーク

**講師** 市スポーツコーチ、市ス  
キークラブ員

**対象者** 小学3年生以上の市民  
**定員** 20人(先着順)  
**費用** 無料(保険料800円)。

無料送迎バス有り  
※リフト代などは別途負担  
**申し込み** 土・日曜日、祝日を  
除く、1月18日(木)までの午  
前8時30分から午後5時15分  
までに、所定の申込用紙で市  
民体育館(白沢・利根公民館  
経由も可)へ



## 健康運動教室 レッツスポーツ!いきいきクラブ

問い合わせ 健康課保健係(保健福祉センター内) ☎内線76204

普段運動をしていない人も、健康のために始めてみませんか?生活習慣病予防のための40代から60代向けの運動教室  
です。スローエアロビクスやストレッチ、有酸素運動、筋トレ、ウォーキングなど仕事や家事で忙しくても、自宅で  
楽しく続けられる運動をご紹介します。

**とき** 1月18日(木)・29日(月)、2月15日(木)、3月1日  
(木)・15日(木)の午前10時～11時30分

**ところ** 保健福祉センター4階ホール

**講師** うすねニューススポーツクラブ運動指導員

**対象** おおむね40～60代(運動制限の指示のない人)

※医療機関を受診している人は、かかりつけ医にご相談の  
上ご参加ください

**定員** 40人(超えた場合は抽選)

**申し込み** 土・日曜日を除く、12月7日(木)から22日(金)  
までの午前8時30分から午後5時15分までに、電話、ま  
たは直接健康課窓口へ



## 体育協会委託スポーツ教室

問い合わせ NPO法人沼田市体育協会(市民体育館内) ☎9444

**申し込み** 土・日曜日、祝日を除く各教室の申込期限までに受講料を持参し、市民体育館(白沢・利根公民館経由可)へ

曜日	教室名	実施期間	回数	講師	定員(先着順)	受講料	申込期限
火	卓球教室	1月9日～2月27日 午前10時～11時30分	8	磯部正雄さん 新木一二さん	40人	2,650円 (保険料含む)	1月4日 (木)
水	テニス教室	1月10日～2月28日 午前10時～11時30分	8	東宮邦夫さん 太田あや子さん	40人	2,650円 (保険料含む)	1月5日 (金)
木	ソフトテニス教室	1月11日～2月22日 午前10時～11時30分	7	根岸明宏さん 須田和子さん	40人	2,550円 (保険料含む)	1月9日 (火)