

**市民卓球教室**

**日時** 5月9日から30日までの毎週木曜日 全4回 午後7時30分～9時30分  
**会場** シルクドーム  
**講師** 市卓球連盟  
**対象** 卓球初心者  
**内容** 卓球の技術の基本  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 室内用運動靴、運動する服装、卓球の道具(持っている方)  
**申込** 4月9日(火)から電話又は直接左記へ  
 ★体育課 ☎25-1152



**市民弓道教室**

**日時** 5月10日から6月11日までの毎週火・金曜日 全10回 昼の部 午前10時～11時30分、夜の部 午後7時～8時30分  
**会場** 弓道場

**市民弓道連盟**

**対象** 高校生以上の市内又は児玉郡内在住・在勤・在学者  
**内容** 弓道の初歩  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 1,000円  
**用意** 運動する服装  
**申込** 4月9日(火)から電話又は直接左記へ  
 ★体育課 ☎25-1152

**早朝テニス教室**

**日時** 5月12日から6月30日までの毎週日曜日 全8回 午前7時～9時  
**会場** 若泉テニスコート  
**講師** 市テニス協会員  
**対象** 高校生以上の市内在住・在勤・在学者  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 3,000円(協会員2,500円)  
**用意** 運動する服装、テニスシューズ・ラケット  
**申込** 4月9日(火)から電話又は直接左記へ  
 ★体育課 ☎25-1152



**市民バドミントン初心者及び、レベルアップ教室**

**日時** 5月16日から6月13日までの毎週木曜日 全5回 午前10時～正午  
**会場** 市民体育館  
**講師** 日本体育協会公認指導員他  
**対象** 初心者～中級者  
**内容** バドミントンの基礎技術の習得とレベルアップ  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 1,000円  
**用意** 室内用運動靴、運動する服装、ラケット  
**申込** 4月9日(火)から電話又は直接左記へ  
 ★体育課 ☎25-1152



**市民弓道大会**

**日時** 5月18日(土) 受付 午前8時30分～  
**会場** 弓道場  
**対象** 市内在住者、県北各弓道連盟招待選手  
**内容** 近の一般(3段以下の)

**市民グラウンドゴルフ教室**

**日時** 5月6日から27日までの毎週月曜日 全4回 午前9時～  
**会場** 若泉運動公園第2グラウンドC・D  
**講師** 市グラウンドゴルフ協会指導員  
**対象** 市内在住・在勤・在学者  
**定員** 30名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 運動する服装  
**申込** 4月30日(火)までに電話



**市民ターゲットボードゴルフ教室**

**日時** 5月11日から25日までの毎週土曜日 全3回 午前9時～  
**会場** 本庄総合公園陽だまりの丘TBGコース  
**講師** 全日本TBG協会認定指導員  
**対象** 市内在住・在勤・在学者  
**定員** 30名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 運動する服装、汗拭き用タオル、飲み物  
**申込** 4月25日(木)までに電話又は直接体育課(☎25-1152)へ  
 ★本庄市TBG協会・神戸 ☎24-2465



**市民タートルボードゴルフ教室**

**日時** 5月13日から6月3日までの毎週月曜日 全4回 午前9時～正午  
**会場** 市民体育館  
**講師** 日本体育協会公認指導員他  
**対象** 初心者～中級者  
**内容** バドミントンの基礎技術の習得とレベルアップ  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 1,000円  
**用意** 室内用運動靴、運動する服装、ラケット  
**申込** 4月9日(火)から電話又は直接左記へ  
 ★体育課 ☎25-1152

**市民登山教室**

**日時** 5月18日から6月1日までの毎週土曜日 全3回 午後1時30分～4時30分  
 ※25日は実技研修で陣見山に登ります。  
**会場** エコーピア会議室  
**講師** 市山岳協会指導員  
**対象** 市内在住・在勤・在学者(登山未経験者も歓迎)  
**内容** 登山に必要な基礎知識と技術の習得を目指し、座学及び実技を行う  
**定員** 15名(先着順)  
**費用** 1,000円  
**用意** 筆記用具  
 ※実技の日は、運動する服装、屋食、飲み物、敷物、雨具、帽子、手袋、履き慣れた運動靴等  
**申込** 5月10日(金)までに電話又は直接左記へ  
 ★体育課 ☎25-1152



**公民館**

◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みはいずれも午前8時30分からです。  
 ※費用のかかる講座のキャンセルは、費用を負担していただく場合があります。  
**掲載の全公民館事業が「はにぼんチャレンジ」対象事業**

**本庄公民館 ☎24-7383**

**◆本庄人物伝く本庄の偉人たちの活躍**  
 本庄市に関係する偉人について詳しく学んでみませんか。  
**日時** 5月22日(水)・6月5日(水)・19日(水) 全3回 午後1時30分～3時  
 ※1日のみの受講も可。  
**講師** 柴崎 起三雄 先生  
**定員** 15名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 筆記用具  
**申込** 4月12日(金)から電話又は直接公民館へ(土・日は連絡不可)

**◆ワード基礎講座**

ワードの基礎を学び、案内文を作りましょう。

**◆エクセル基礎講座**

エクセルの基礎を学び、連絡網を作りましょう。  
**日時** 5月13日から6月3日までの毎週月曜日 全4回 午後1時～4時  
**場所** はにぼんプラザ  
**講師** 南 徳美 先生  
**定員** 20名(先着順)  
**費用** 2,000円  
**用意** パソコン(無ければ貸出も可能)、USBメモリ  
**申込** 4月18日(木)から電話又は直接公民館へ(土・日は連絡不可)

**◆骨盤調整ストレッチ教室**

骨盤を中心に全身のゆがみを整えるやさしい体操です。腰痛や不調を解消し心も身体もスッキリ爽やかになります。  
**日時** 5月8日(水)・22日(水)



**藤田公民館 ☎22-2332**

**◆透明感あふれる魔法のインテリア ハーバリウム教室**  
 母の日、又は自分のプレゼントに「ギフトケース付ハーバリウム」はいかがですか。  
**日時** 4月24日(水) 午後1時30分～3時  
**講師** 山梨 きく江 先生  
**定員** 10名(先着順)  
**費用** 3,000円  
**用意** はさみ  
**申込** 4月9日(火)午後1時30分から電話又は直接公民館へ(金・土・日は連絡不可)



**◆初めての野鳥写真教室**  
 野鳥との出会いを通して撮影の基本を学び、その楽しさにふれます。  
**日時** 5月23日(木) 午後1時30分～3時30分  
**講師** 砂永 一行 先生  
**定員** 12名(先着順)  
**費用** 無料  
**用意** 筆記用具  
**申込** 4月17日(水)午後1時30分から電話又は直接公民館へ(金・土・日は連絡不可)