

スポーツ

市民体育館

☎027-265-0900

□アーチェリー初心者
日時 9月3日、24日の水曜4回、午後6時30分～8時30分
対象 小4以上、先着15人
費用 2,160円(中学生以下は660円)

大渡温水プール・トレーニングセンター

☎027-253-7811
□保守点検などで休館
保守点検と水抜き清掃のため、

Table with 3 columns: コース, 曜日・時間, 定員. Rows include 年長～小2, 小学生, レディース, 高年者(50歳以上), 平泳ぎ, 中級一般, パタフライ, 親子.

大渡温水プールは9月9日(火)から25日(木)まで、トレーニング室・軽スポーツ室は9月9日(火)から11日(木)まで休館します。

水泳教室

□水泳教室
期日 10月6日(月)～12月15日(月)の各コース8回
コース・時間など上表のとおり
対象 (初級) クロールで25分泳げない人(中級) 4泳法で25分以上泳げる人(バタフライ) クロールで50分以上泳げる人(親子) 3歳～年中と保護者(各抽選)

費用 2,000円(小学生以下は1,000円、親子は2,000円)と施設使用料
☎8月31日(日)(必着)までに往復ハガキで(各コース1人1通)。

コース・曜日(第2希望まで)・住所・氏名・年齢(学年)・電話番号・泳力を記入し、〒371-0854大渡町二丁目3-11・大渡温水プールへ

みやぎふれあいの郷
☎027-283-8633
□やさしいヨガ
日時 9月5日(金)・12日(金)・19日(金)・26日(金)・10月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)、午前10時30分～11時30分
対象 一般、先着各20人
☎当日会場へ直接

その他 申込者が10人未満の場合は中止
☎8月28日(木)(必着)までに往復ハガキで。講座名・住所・氏名・職業・電話番号・託児希望の場合は子どもの人数・性別・年齢を記入し、〒371-0300岩神町三丁目1-1・総合教育プラザ内勤労女性センターへ

赤城少年自然の家

☎027-287-8227
□自然体験プログラム「あかぎ探検!あかぎンジャー」
期日 9月6日(土)～7日(日)(1



中央公民館

子育てママを応援します 家庭教育学級「はぐはぐ教室」

中央公民館で「はぐはぐ教室」を開催。コーチング、ヨガなどの子育て講座をとおして、ママ友づくりや育児の情報交換をします。1歳以上の託児もできます。
日時 10月2日～11月20日の木曜8回、午前10時～11時30分
会場 前橋プラザ元気21
対象 市内在住か在勤で1歳～就学前の子どもを持つ親、25人(抽選)
費用 材料費
☎9月10日(水)までに往復ハガキで。住所・氏名(ふりがな)・電話番号・託児を利用する場合は子どもの名前(ふりがな)・性別・生年月日・アレルギーの有無などを記入し、〒371-0023本町二丁目12-1・中央公民館「はぐはぐ教室係」へ
㊦同館 ☎027-210-2199

その他の施設

テニス

日時 9月10日～10月15日の水曜6回、午後7時～9時
会場 三俣テニスコート
対象 中学生以下を除く、30人(抽選)
費用 3,000円
☎8月31日(日)(必着)までに往復ハガキで(1人1通)。教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒371-0816上佐鳥町460-7・市民体育館(☎027-265-0900)へ

スポーツで障害者が交流

障害者の体力維持を目的にスポーツ大会を開催します。徒競走や車椅子競争、輪投げ、フライングディスクなど多彩な競技を実施。スポーツをとおして相互交流を深めましょう。
日時 10月5日(日)午前9時30分～午後2時30分
会場 宮城体育館
対象 市内在住の障害者(身体障害者・療育・精神障害者保健福祉手帳を所持している人)と介護者など
☎9月1日(月)までに障害福祉課 ☎027-220-5713へ

おおさる山乃家

☎027-285-6151
いかだ乗りやドラマ缶風呂体験などを行う「ゆこうよ森へ・日帰り自然体験」を開催します。
日時 9月7日(日)・14日(日)、午前9時30分～午後4時
対象 中学生以下と保護者、先着各40人
費用 1人1,030円
☎住所・氏名・学年・性別・電話番号を記入し、同館へフアクス(☎027-289-0173)で

とっさに使える女性の護身術

女性武術研究家の飯田真弓さんを講師に、介護や日常生活に役立つ、女性のための護身術講座を開催します。
日時 9月23日(火)午後1時～4時
会場 総合福祉会館
対象 市内在住・在勤・在学の

スポーツ大会情報

- 弓道・高校生(9月13日(土)、市民体育館)
●まえばしスイム&ラン(9月14日(日)、敷島水泳場と周辺コース)
●バドミントン・個人ダブルス(10月5日(日)、市民体育館)
●ゲートボール(9月20日(土)、利根川大渡緑地)
●弓道・一般(10月13日(月)、市民体育館)



詳しくは市民体育館(☎027-265-0900)に問い合わせるか、本市ホームページをご覧ください。

講座

前橋テルサ

☎027-231-3943

□フィットネス&カルチャースクール
講座名・期日 (はじめてのワード2013(パソコン持ち込み) 8月30日(土) (はじめてのエクセル2013(パソコン持ち込み) ヘビジネスでの話し方 報・連・相の仕方) 9月6日(土) (自分のペースでワード&エクセルを復習しよう!) 9月20日(土)
㊦同館へ

児童文化センター

☎027-224-2548

□子ども公園環境教室「子ども公園の自然を調べよう」
日時 9月14日(日)午後1時～3時
対象 2歳以上、先着30人
☎9月6日(土)～13日(土)に同館へ

勤労女性センター

☎027-230-9098

□特別講座「ひめトレ(骨盤底筋エクササイズ)」
日時 9月25日・10月9日・23日の木曜3回、午後6時30分～8時30分
対象 市内在住か在勤の勤労女性、20人(抽選)
費用 1,000円
託児 3歳以上の未就学児

泊2日)
対象 小1～中3、先着24人
費用 5,400円

自然体験プログラム「親子サバイバルキャンプ」

期日 9月13日(土)～14日(日)(1泊2日)
対象 小1以上、先着24人
費用 中学生以下5,400円、高校生以上5,940円
☎以上の2つは同館へ

2時間でわかるNPOの基礎

NPO基礎セミナーを開催。実際に活動している人の体験談やNPO法人の設立、運営方法について学びます。
日時 9月6日(土)午後6時～8時
会場 前橋プラザ元気21内市民活動支援センター
対象 一般、先着30人
☎8月30日(土)までに同センター ☎027-210-2196へ

パソコン技術を就職の武器に

ワードとエクセルの基礎を学ぶ「スキルアップパソコン初級講座」を開催します。
日時 10月1日～12月17日の水曜12回、午後6時30分～8時30分
会場 前橋プラザ元気21
対象 市内在住でパソコンの基本操作ができる求職者、15人(抽選)
費用 教材費
☎9月12日(金)(必着)までに往復ハガキで。住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、市役所産業政策課「パソコン初級講座係」 ☎027-898-6985へ