

## ふれあい館 男性限定ヨガ

男性限定のヨガを開催しています。完全予約制となりますので、期日までにお申し込みください。

## 肉体改造メンズヨガ

筋トレとストレッチを融合させたヨガです。健康的な体作りをしていきましょう！

■日時 毎週火曜日  
午後7時～7時50分

■申込期限  
前々日の日曜日 午後4時

## Men'sヨガ

初めての方も、体が硬い方でも大丈夫です。安心してご参加ください。

■日時 毎週水曜日  
午後7時～7時50分

■申込期限 当日の午後4時

## 共通事項

■場所 ふれあい館多目的室

■対象者 高校生以上の男性

■定員 8名

■受講費 1回につき800円  
※レッスン後にプラス110円で入浴施設を利用できます。

■持ち物 ハンドタオル、ヨガマット(お持ちの方)  
※更衣室はありませんので、運動しやすい服装でお越しください。

## ■問い合わせ先

ふれあい館 ☎(47)1122



詳細はこちら

こどもの人権110番  
電話相談・LINE相談

宇都宮地方法務局と栃木県人権擁護委員連合会では、子どもをめぐるさまざまな人権問題へ積極的に取り組むことを目的に、電話相談を実施しています。

8月27日(水)から1週間を、全国一斉こどもの人権相談強化週間として、こどもの人権問題に詳しい人権擁護委員が、時間を拡大して相談に応じます。また、LINEによる人権相談も実施します。悩みをもつ児童・生徒、保護者の方がいましたら、お気軽にご相談ください。相談無料、秘密は厳守します。

■日時 8月27日(水)～9月2日(火)

午前8時30分～午後7時

※土日は午前10時～午後5時。

※期間以外も平日午前8時30分から午後5時15分まで電話相談を受け付けています。

## ■相談先

こどもの人権110番(フリーダイヤル) ☎0120(007)110



LINEでの相談はこちらから

## とちぎ就活フェス

就職活動中の学生及び若年者に向けて、合同企業説明会を実施します。参加企業は約50社です。

■日時 8月29日(金)

午後1時～3時30分

■場所 ライトキューブ宇都宮  
(宇都宮市宮みらい1-20)

## ■対象者

- ・大学、短大、高専、専修学校等の卒業予定者
- ・卒業後3年以内または35歳以下の求職者

■申込期限 8月25日(月) 午前9時

■主催 栃木労働局・ハローワーク・栃木県・宇都宮市

## ■問い合わせ先

(株)ワークエントリー  
栃木事業部

☎028(612)8643

詳細はこちら

奨学金の返還支援  
「とちぎ未来人材応援事業」

県内企業などへの就職を希望する大学生などに、奨学金の返還を支援しています。

## ■対象者

大学3年生(6年制の場合は5年生)、大学院修士課程1年生、短期大学1年生、高等専門学校4年生、専門学校1年生(1年制は除く、3年制は2年生、4年制は3年生)

■申込期限 11月25日(火)

■その他 助成金額や応募方法などはホームページでご確認ください。

## ■問い合わせ先

栃木県労働政策課

☎028-623-3224



県ホームページ

## 月総額8万円台～

大切なご家族を  
近くで安心の暮らしへ。  
まずはお気軽にご相談ください！

〒307-0053 茨城県結城市新福寺2-7-2

軽費老人ホーム(自立型ケアハウス)

フローレンス結城

TEL 0296-32-2234

下野市役所から車で30分

広告

広告

遺言

相続

贈与

<講師>

相談相談あんしんプラザ

行政書士

細見愛子

お申込・お問合せ

一般社団法人

お気軽に電話を！

## あんしん相続セミナー

参加無料

<日時> 8/10日 PM1:30～3:00  
(開場 1:00)

<テーマ>

今日から始めるあなたの終活

<会場>小山城南市民交流センター

小山市東城南4-1-12 ゆめまち2階会議室

相続相談あんしんプラザ

☎0285-38-9550

無料相談

実施中

予約制