



# 自主学習教室のご紹介



栗野公民館では現在17の自主学習教室が活動しています。今回はその中から2つの教室をご紹介します。参加者を募集していますので、興味のある方はお気軽に見学にお越しください。

## 栗野英会話教室

毎週火曜日 10:00～11:30



本教室は英会話に興味のある初心者（17名）が、中嶋 ジャネット ケイ先生のご指導により学習しています。

学習は初心者用教科書「SIDE by SIDE」にそって、ゆっくり楽しくがモットーです。また、ハロウィンやクリスマスパーティー等親睦行事もありますので、ぜひ一度ご見学ください。

## 栗野太極拳教室

毎週水曜日 19:30～21:00



栗野太極拳教室では、素手で行う簡化二十四式太極拳をはじめ、剣、短棍を使う型も練習しています。太極拳の動きは、普段はあまり行わない動作を伴う独特のもので、その動作は武術の型らしく、攻撃や防御の意味を持っています。初めのうちは少し難しく感じるかもしれませんが、練習を続けていけば、出来るようになります。まずは型を覚え、次に体重の移動や呼吸を意識して行うことで、全身を使う有酸素運動として基礎代謝の向上や体幹を鍛えることができます。ゆったりした運動で、健康を維持したい方、まずは見学してみてください。お待ちしております。

各自主学習教室についてのお問い合わせは 栗野公民館（22-0902）へ。

※各教室の実施日は、都合により変更になる場合がありますので、ご了承ください。

## 栗野地区グラウンドゴルフ大会 中村八重子さん(野坂)が総合優勝



### 入賞者の成績(敬称略)

※数字は最終打数、丸内の数字はホールインワンの数

#### 女子の部

|    |             |    |   |
|----|-------------|----|---|
| 1位 | 中村八重子(野坂)   | 70 | ② |
| 2位 | 林紀代美(野神)    | 73 | ① |
| 3位 | 谷本由美子(市野々)  | 75 | ① |
| 4位 | 山本知子(ひばりヶ丘) | 75 |   |
| 5位 | 堂上かづえ(榎林)   | 81 |   |

#### 男子の部

|    |           |    |   |
|----|-----------|----|---|
| 1位 | 米山昭夫(御名)  | 74 | ③ |
| 2位 | 山田徹夫(市野々) | 76 | ② |
| 3位 | 源田正夫(市野々) | 76 | ② |
| 4位 | 奈部征二(新和2) | 76 | ① |
| 5位 | 大庭俊和(飴生野) | 78 | ① |

栗野コミュニティ運営協議会主催の「栗野地区グラウンドゴルフ大会」が7月31日、リラ・グリーンで開かれました。大会には80代までの男女80人が参加。競技は32ホールのストロークプレーで行われ、最終打数70の成績をおさめた野坂の中村八重子さん(写真上=前列中央)が総合優勝しました。