

高久小学校放課後児童クラブ指導員募集

高久小学校放課後児童クラブ（学童保育にこにこクラブ）では、指導員を募集しています。

（保育士・教員等の資格がある方歓迎）

■勤務時間 4~5時間 ■勤務要件 週1~4日勤務可能な方

※詳しくはクラブまでお問い合わせください。

■申込み・問合せ 学童保育にこにこクラブ ☎64-5541



町社会福祉協議会職員採用試験

町社会福祉協議会では、平成30年度に採用する職員を募集します。

▼職種および採用予定人員

一般事務 1名

▼職務内容

社会福祉協議会業務

※具体的な業務内容は、採用後に決定します。

▼受験資格

・昭和63年4月2日以降に生まれた者で、高等学校卒業または同等以上の学力を有する者（平成30年3月卒業見込みを含む）

・採用までに普通自動車運転免許を有する者
※次の者は受験できません。
・日本国籍を有しない者
・未成年被後見人または被保佐人
・禁固以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの者
・日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入了した者



栃木県市町村総合事務組合職員採用試験

栃木県市町村総合事務組合では、平成30年度に採用する職員を募集します。

▼職種および採用予定人員

一般事務 若干名

▼受験資格

平成30年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方

▼第一次試験

・日 時 12月15日(金)予定

・場 所 ゆめプラザ・那須
・内 容 教養試験、適応性検査

▼第二次試験

・日 時 12月15日(金)

・場 所 ゆめプラザ・那須
・内 容 面接試験

▼第三次試験

・日 時 11月19日(日)

・場 所 栃木県自治会館
・内 容 教養試験(高等学校卒業程度)、適応性検査

▼試験案内・申込書

・那須町社会福祉協議会で配布します。

・郵送で請求する場合は、封筒の表

に「職員採用試験申込書請求」と朱書きし、120円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（角形2号）を同封してください。

▼受付期間

10月2日(月)～31日(火)

・午前8時30分～午後5時15分

(土日・祝日を除く)

・郵送の場合は、10月31日(火)必着です。

・日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、またはこれに加入了した者

▼申込み・問合せ

那須町社会福祉協議会 地域福

祉係 ☎(2)5133

〒329-3215那須町大字寺子乙2566-1

午前8時20分～正午

▼第一次試験

・日 時 11月26日(日)

表記

お詫びと訂正

広報那須9月号の掲載記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。

○10ページ「デマンド交通の利用方法が変わります」広谷地行き

行きの便 到着予定期刻

誤「15：30」→正「15：00」

○11ページ「長寿者番付」西

誤「鈴木 よ志江」さん→正「田中 よ志江」さん

○31ページ「ご寄付・善意ありが

とうございました」

誤「豊岡 金子 光雄 様」→正「富岡 金子 光雄 様」

毎年恒例の 最大イベント 那須九尾まつり

9月24日(木)余笠川ふれあい公園で、第15回那須九尾まつりを開催しました。好天にも恵まれ、約4万8千人が来場し九尾にちなんだ催し物や模擬店を楽しみました。



九尾絵画コンクール表彰式

最優秀賞は左から渡辺蒼依さん(黒田原小6年)、大森春音さん(那須高原小1年)、平山いのりさん(高久小4年)
※中学生の部は西海石夢帆さん(那須中央中1年)が受賞しています。

那須和牛と全国の地ビールを堪能！



8月26日(土)余笠川ふれあい公園で、2回目となる那須地ビーフ祭り2017を開催しました。

那須和牛600グラムと生野菜のバーベキューSET 100組は事前申込みで完売し、家族連れや職場の仲間らが那須和牛に舌鼓を打ち、会場内ではいたるところから日本各地の地ビールを楽しむ「乾杯！」の声が聞こえました。



感謝状が贈呈されました

9月14日(木)那須ロープウェイで、消防協力者に対する感謝状贈呈式が行われました。8月10日午後4時過ぎに那須岳登山道で発生した救急救助の際、消防署への通報と営業時間外にロープウェイを運行し、傷病者と隊員の搬送の支援を行ったことに対するもので、那須消防署長から那須ロープウェイ営業所の江田所長に感謝状が手渡されました。

りんどう咲く那須岳を歩きました

9月13日(水)、田代友愛小学校4・5年生52名が那須登山を行いました。峠の茶屋をスタートし、峰の茶屋で休憩しながら茶臼岳山頂を目指しましたが、途中強い風が吹いていたため、牛ヶ首を経由して下山。抜けるような青空の下、りんどう咲く登山道を元気な笑顔で歩ききました。



田んぼでフリマイン高瀬

日 時 10月29日(日) 午前10時～
場 所 高瀬地区町道
内 容 いなご取り大会、いなご跳び大会、野菜即売など
問 合 せ (74)3631

日 時 10月29日(日) 午前10時～
場 所 高瀬地区町道
内 容 いなご取り大会、いなご跳び大会、野菜即売など
問 合 せ (74)3631
委 員 会 渡 辺 隆 夫
問 合 せ (74)0897

みんなの店開店8周年 記念セール

日 時 10月6日(金)・7日(土)
午後5時～9時、8日(日) 午前10時～午後4時
場 所 黒田原駅前通り商店街
内 容 倉庫での映画上映など
※8日は駅前通り通行止め
問 合 せ 黒田原駅前映画祭
(72)01208 (金子書店)

日 時 10月6日(金)・7日(土)
午後5時～9時、8日(日) 午前10時～午後4時
場 所 黒田原駅前通り商店街
内 容 倉庫での映画上映など
※8日は駅前通り通行止め
問 合 せ 黒田原駅前映画祭
(72)01208 (金子書店)

10月～11月

イベント情報

新たに地域おこし協力隊員が1名加わりました

平成29年9月1日から、新たに「那須町地域おこし協力隊」として1名の女性隊員が加わることになりました

新任協力隊員の紹介

ほそだ
細田

みお
美緒

出身地 山口県

私は、9月から新たに地域おこし協力隊として任命された細田美緒です。主人が那須町に住んでいたことから、以前から頻繁に那須を訪れていましたが、協力隊着任を機に那須町に定住することになりました。私もこうして那須町で暮らすことができるようになつたことをとても嬉しく思つております。

私が那須町に一番魅力を感じていることは、牛乳と乳製品がとても美味しいということです。以前に、主人が住んでいた家の近所の酪農家さんから分け合っていただいた牛乳は、今まで飲んだどの牛乳よりも美味しいものでした。

那須町に来るまでは東京都内でパン職人をしていたので、いつかこの地のおいしい牛乳や乳製品を生かしたパン屋さんをひらきたいという夢を持つています。

パンづくりを通して食材に対する関心が高まりました。狩猟で得た天然の野生鳥獣の食肉を食材として利用し、食材に感謝する事業を地域おこし協力隊の活動にしていきたいと考えています。現在

は、このジビエ事業の実現に向け、狩猟免許の取得に励んでおり、今後は、様々な方法を模索していく、地域おこし協力隊としてどのような活動が有効なのか、町の方々の話を聞きながらじっくり考えていただきたいと思います。

那須の豊かな自然と美しい酪農風景を楽しみながら、農業全体に関わる様々な活動をしていく予定です。どこかでお会いしたら、どんなことでも良いので、ぜひお話を聞かせてください。

2年半と短い任期になりますが、どうぞよろしくお願いします。

早いもので、那須に来て3回目の秋を迎えました。今年の夏は多くのイベントが開催され、私もたくさんのイベントに参加させていただきました。たくさんのイベントに参加し、さらに刺激を受けています。

その中でも東京国際フォーラムで開催された「ものづくり匠の祭典2017」というイベントでは、国際フォーラムという大きな会場で行われたイベントであつたため、たくさんの方が参加し、多くの方に篠を知つて、触れてもらえる良い機会になつたように思います。

イベント会場では、体験・実演・販売を行いました。イベントに参加いただいた方が一番驚いていたことは、材料の作り方でした。一本一本、篠を「口」指で力を

くりの職人さんに出会う機会が増えました。ジャンルや何を作っているかに関係なく、一つのことを極めた人たちは本当に恰好よく、たくさんの刺激を受けます。篠だけではなく、他のものにも触れる事で新しいアイディアや新しい素材、新しい仲間などもたくさんできました。



全国的に日本のものづくりを残していくこうとする動きも目立つようになり、私も良いものを丁寧に作る方たちの糧になつていければと思います。

活動レポート Vol.22

中村
舞子



▼問合せ
ふるさと定住課定住促進係
☎ 029-6955

りすがりの方の目を引くことができるか、どのように使い方を説明すると分かりやすいのかなど、イベントに参加することで多くのことが学べ、成長するきっかけになりました。

みんなの広場

きらり！ まちの主役

No.33



ロイヤルリゾート
那須マイスタークラブ
会長
林 洋一さん

ロイヤルリゾート那須マイスタークラブは、那須検定一級合格者10名によって構成されており、町の観光事業がさらに発展するよう、観光パンフレットの作成やイベントの企画等に携わっています。大沢にお住まいの林 洋一さん（67）は、クラブの会長として活動するほか、那須高原ガイドクラブにも所属。休日は殺生石や那須温泉神社の近辺を案内しながら、観光客に那須の魅力を伝えています。

相鉄の分譲地内で、奥さまとともにペンションを営む林さんは、平成元年に千葉県銚子市から本町に移住。那須与一などの歴史に興味を持ち、講座や教室に通い、教養を深めています。観光ガイドの際は、相手の反応を見ながら、その人が住んでいる地域の歴史を引き出しながら進めてくださいました。

ロイヤルリゾート那須マイスタークラブでは昨年から「那須の自然・歴史・観光講座」を開催しています。マイスタークラブの会員や地元ボランティアが講師を務め、町内各地の史跡や資料館を巡り、街並みを歩く体験型の講座のこと。町内だけでなく近隣市町からの参加者もあり、取材時は民俗資料館内の展示物を熱心に見学していました。皆さんも林さんとともに、那須の歴史を学んでみてはいかがですか。

◇短歌

青空に風仙葛風に揺れ
風仙割れば三つのハート
沈みゆく秋の入日は家々の
窓に当たりて灯をともす

◎今月の遊行柳の投句は該当作品がありませんでした。

◇俳句

赤とんぼ見上ぐる空の深さかな
庭めぐる秋の朝風踵から
晩年のいまを多彩に秋暑し
蜩や作務衣の僧の遠会釈
残暑なき今日も異常の日の続く
赤とんぼ見上ぐる空の深さかな
寺を訪ふ裏参道の秋の風
迷ひ込み羽群青の秋の蝶
秋の風慈母観音に縋る子等
草に触れ草に沈みし秋の蝶
寺を訪ふ裏参道の秋の風
迷ひ込み羽群青の秋の蝶

諸草のあをに生かさる彼岸花
朽ちるもの咲くものもあり曼珠沙華
天界に広げて群るる曼珠沙華
八溝嶺を借景にして曼珠沙華
赤とんぼ畦の色彩含み舞ふ
手品師の飛べない鳩や夏の果
夏惜むさんさ踊りの遠太鼓
朽ちてなほ直立不動の曼珠沙華
川の音聞きつつ崩る彼岸花

那須文芸

稻沢	塩島	山口	生石
芳子	恵子	中島	慶子
		渡邊	那実
		深山	輝
		鮎瀬	
		松浦	秀文
		井出かへい	
		須釜	嘲子
		田部井清子	
		齋藤	照代
		仲川	光風
		平岡	かず子
		垣内	孝雄
		大島	昇
		津久井知子	
		角田富美子	
		田中	
		思樓	

「広報那須」に広告を掲載しませんか

■広告の大きさと掲載料

1号広告 縦5cm 横17cm 20,000円
2号広告 縦5cm 横8cm 10,000円

■掲載方法

掲載希望発行日の2カ月前までに申込みをし、下版原稿を作成・提出してください。

■問合せ 総務課 広報広聴係

☎72-6901

那須文芸への出句について

出句は楷書でお願いします。判別できない場合は掲載になりませんのでご注意ください。

また、電話番号の記入をお願いします。

■締切り 10月16日(月)

■俳句の送付先

〒329-3222 那須町大字寺子丙3-166
田中 義郎 ☎72-5044

■短歌の送付先

〒329-3292 那須町大字寺子丙3-13
総務課広報広聴係 ☎72-6901

マイタウンまつり2017

「もっと Cross ~第三章~ 来れば体感 ホスピタルワールド」

■日 時 10月14日(土)午前10時～午後3時

■場 所 那須赤十字病院

■内 容

- 医療機器体験、調剤体験、検査血管年齢測定、栄養相談、がんと生活、かかりつけ医推進案内
 - ドクターカー、救急車の展示、エアーテント展示
 - 演奏会（大田原女子校吹奏楽部）
 - 講演会（長期療養者の就労支援）
 - 模擬店、炊き出し
- 問合せ 那須赤十字病院 総務課
☎ 0287-23-1122(代表)

9月1日から小児救急支援病院の当番病院が変更になりました

水曜の当番病院が国際医療福祉大学病院から菅間記念病院に変更になりました。

曜日	小児救急支援病院
日	那須赤十字病院
月	国際医療福祉大学病院
火	那須赤十字病院
水	菅間記念病院
木	那須赤十字病院
金	国際医療福祉大学病院
土	国際医療福祉大学病院

■問合せ 保健センター ☎ 72-5858

毎年10月は「がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン期間」

がんは昭和56年より国内の死因の第一位であり、平成26年には37万人（死亡者の3人に1人）が、がんで亡くなっています。ここ30年ほど、心臓病と脳卒中の死亡率は横ばいで推移しているのに対し、がんの死亡率は増え続けています。町では、胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・乳がん検診・子宮がん検診・前立腺がん検診を実施しており、費用の一部を助成しています。

がんは自覚症状がなく進行することが多いため、早期発見・治療がその後の人生を大きく変えることもあります。医療技術も進歩しておりますがんは決して治らない病気ではありません。

そのためには早期発見がとても大切になってしまいます。

今年度も町でがん検診を実施しております。がん検診をまだ受けない方は、この機会にぜひ受けてみてはどうでしょうか。

広報、ホームページをご覧になりお申込みください。

▼申込み・問合せ 保健センター
☎ 72-5858



がんを防ぐための新12か条	
①たばこは吸わない	②他人のたばこの煙をできるだけ避ける
③お酒はほどほどに	④バランスのとれた食事を
⑤塩辛い食品は控えめに	⑥野菜や果物は不足にならないよう
⑦適度に運動	⑧適切な体重管理
⑨ウイルスや細菌の感染予防と治療	⑩定期的ながん検診を
⑪身体の異常に気がついたらすぐ受診を	⑫正しいがん情報でがんを知ることから



▼定員 先着15名
▼参加費 360円
▼問合せ 保健センター
☎ 72-5858

※希望者のみ、ご自宅の味噌汁かスープの塩分測定も実施します。
50cc程度、容器に入れてご持参ください。



「男性のための
「キッズ」
料理教室
スタート」

市民公開講座

「認知症をよく知ろう」「う

「認知症とのつきあい方」
那須都市医師会では、次のとおり市民公開講座を開催します。

▼日 時 10月29日(日) 午前11時
45分～午後3時

▼場 所 大田原市総合文化会館
(大田原市本町1-3-3)

▼内 容 ○認知症に関する健康相談 午後
0時15分～1時45分

○講 演 午後2時～3時

・内 容 「四大認知症の紹介」
○認知症の原因は1つだけでは
ありません

・講 師 福井俊哉先生
福井俊哉先生

○入場料 無料

▼問合せ 那須都市医師会
☎ 0287-23-8647



見えづらさをサポートします!
お役立ち講座

見て困るなど、見え方でお困りの方やそのご家族など、どなたでもお気軽にお越しください。

▼日 時 11月26日(日)
午前10時～午後3時

▼場 所 国際医療福祉大学M棟
(栃木県大田原市北金丸260
0-1)

▼内 容 ○講演 「盲導犬の歩行や生活について」(東日本盲導犬協会
西原健司氏)

○音声パソコン、拡大読書器、デイジー再生機、ルーペ、音声時計などの紹介

○盲導犬やガイドヘルプの体験、サウンドテープルテニスや簡単クッキング、行政の相談コーナーなど

○会場内にはガイドがいます。
那須塩原駅から会場まで直通バスがあります。軽食(有料)も準備しています。

▼内 容 ○その他ビデオ上映など
▼入場料 無料

▼問合せ 【事前の問合せ】
那須塩原市社会福祉協議会
☎ 0287-37-5122

養育里親になりませんか

養育里親とは、保護者のいない児童または何らかの理由で保護者が養育できない児童を自分の家庭に迎え入れ、愛情を込めて養育くださる方のことです。養育期間は、①児童の社会的自立が可能となるまで②保護者が児童を引き取れるようになるまでなど、児童の状況に応じて異なります。

養育里親となるためには、原則6日間の研修を受講していただきます。
※詳しくはお問い合わせ下さい。

▼問合せ 栃木県北児童相談所
☎ 0287-36-1058

子育て相談支援

子育て等に関わる悩み相談を子育て支援センター相談員が行います。平日にお出かけできない方などはお気軽にご利用ください。

■日 時 10月21日(土)午前9時30分～午後4時
■場 所 子育て支援センター
■内 容 子育て不安・子どもの発達に関することなど
■問合せ 子育て支援センター ☎ 71-1137
※別日のご希望があるときは、ご相談ください。

那須町「にこにこ子育てママメール」のご案内



安心して出産や子育てができるように、おなかの赤ちゃんやお子さんの成長の様子とあわせて、子育てに関するアドバイスやサービスなど、タイムリーな情報を配信しています。妊婦(と家族)の方や乳幼児(3歳未満)の保護者の方は、ぜひ登録してください。

右のQRコードを読み取り、空メールを送信してください。一両日中に確認メールが届きますので、内容を確認の上登録してください。

■問合せ こども未来課こども政策係 ☎ 72-6959

○にこママメール
(プレママ)



○にこママメール
(子育て)



休日当番医診療 のお知らせ

◎「かかりつけ医」（日頃から相談している医師）を持ちましょう。

◎病気につかつたら、昼間のうちに病院などで受診するよう心がけましょう。

(夜間) 毎日 受付時間…午後6時30分から
診療時間…午後7時から午後9時30分まで

期	(昼間) 診療時間…午前9時から午後5時まで						
	日	月	火	水	木	金	土
11月5日(日)	大島内科小児科医院	滝田メディカルクリニック	なすのクリニック	渡部医院	黒磯病院	中川医院	見川医院
11月3日(金)	那須赤十字病院	大田原市中田原本館	那須塩原市本町	那須塩原市共鑿社	那須塩原市大原間	那須塩原市高砂町	那須塩原市大字湯本
10月29日(日)	那須塩原市錦町	那須塩原市本町	那須塩原市共鑿社	那須塩原市大原間	那須塩原市高砂町	那須塩原市大字湯本	那須塩原市大字湯本
10月22日(日)	4-20	9-26	83-24	1-40	1-40	1-27	2-12
10月15日(月)	62-01-10-06	62-00-39-06	60-52-92	65-35-11	62-09-61	62-00-40	76-22-04
10月9日(月)	5-6-6-3	5-6-6-3	5-2-1	5-3-5	5-0-9	5-0-4	5-2-0
10月8日(日)	4-3-3	4-3-3	4-1-1	4-5-5	4-1-1	4-0-0	4-4-4

*変更になる場合がありますので事前に電話で確認してください。

保健センターだより

保健センター ☎ 72-5858

事業	期日	場所	時間および対象者
子育て・栄養	4か月児 診	保健センター (ゆめプラザ・那須内)	(受付時間) 13:00～13:20 29.5.16～29.6.27生まれの方
	10か月児 診		(受付時間) 13:00～13:20 28.11.18～29.1.19生まれの方
	1歳6か月児 診		(受付時間) 12:45～13:20 28年3月・4月生まれの方
	乳幼児相談		(受付時間) 10:00～10:30
	ママと赤ちゃんのリフレッシュ教室		(受付時間) 9:30～9:45 (対象) 生後2～3か月の赤ちゃんとママ
	食事相談		(午前の部) 10:00～ (午後の部) 13:30～ (予約制)
成人の健康	総合健診	保健センター (ゆめプラザ・那須内)	(受付時間) 8:30～10:00 (健診項目) 特定健診、基本健診、胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、乳がん、子宮頸がん、肝炎ウイルス、骨粗しょう症(女性のみ)
	生活習慣病健診	千振公民館	(受付時間) 8:30～10:00 (健診項目) 特定健診、基本健診、胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、肝炎ウイルス
		保健センター (ゆめプラザ・那須内)	

※2歳児歯科検診、2歳6か月児歯科検診、3歳児健診については
11月号広報でお知らせいたします。

子育て支援センター (ゆめプラザ・那須内)

○わくわくキッズルームの予定

「親子にこにこたいむ」(要予約・託児あり)

- 日 時 10月18日(水)
午前10時30分～11時30分
■内 容 簡単クック
■対 象 乳幼児とその保護者
■持ち物 エプロン、三角巾

「リフレッシュ教室」(要予約)

- 日 時 10月25日(水)
午前10時15分～11時45分
■内 容 ベビーマッサージ
ママさんの交流会
■対 象 乳幼児とその保護者
■持ち物 バスタオル、飲み物(お子さま用)

「おはなし宝箱」

- 日 時 11月1日(水)
午前10時～11時
■内 容 劇団ピノキオによる人形劇
■場 所 黒田原第2保育園(現地集合)
■対 象 乳幼児とその保護者

「わんぱくれんじやー」

- 日 時 11月8日(水)
午前10時30分～11時30分
■内 容 七五三袋作り
■対 象 乳幼児とその保護者

子育て支援センター ☎ 71-1137 Fax 72-6887

■休 館 日 火曜日・祝日・年末年始

■利用時間 午前9時～午後5時

土曜日・日曜日も開館していますので、お気軽に遊びにきてください。



那須歴史探訪館 テーマ展Ⅲ 「オーディオの歴史」好評開催中



エジソン以来の「音の記録」と

「再生装置」を展示中です。10

枚を超えるレコード・ジャケットは、それ自体が芸術鑑賞に堪え得るものばかりです。展示してあるレコードは、鑑賞することもできます。マッキントッシュのアンプとJBLのスピーカーが臨場感あふれる音を再現してくれます。また、蓄音器で聴くレコードは懐かしさを感じさせてくれます。

みなさまの思い出の一枚や、懐かしいステレオに会いに来てください。

▼主な展示品

蓄音器、アンサンブルステレオ、真空管アンプ、SP・LPレコード、マッキン・ツツ・ショウ（アンプ）・JBL（スピーカー）

▼レコード鑑賞

アンプによるSP・LPレコードの鑑賞、クラシック・ジャズ・歌謡曲・童謡・落語・浪曲など

約300枚

▼期間 10月29日(日)まで

※月曜日は休館日

▼観覧料 大人200円（20名以上上の団体100円）、中学生以下無料

※M割参加館のチケット（半年以

内のもの）は半額。

☆第3日曜日「家庭の日」は、親子（中学生以下）連れでの入館

が無料になります。次代を担う子どもたちに歴史のおもしろさ

を伝えるチャンスとして、来館ください。

☆次回予告

・特別展「能の世界」秋の寂寥感漂う『遊行柳』を中心に展示する予定です。10月31日(火)

・「探訪館感謝祭」開催

11月11日(土)入館料無料

▼問合せ 那須歴史探訪館

☎747-0007

高原公民館

○バードウォッチング教室

水辺の鳥や山野の鳥と一緒に観察してみませんか。

▼日程 11月18日(土)

▼時間 午前9時～正午

▼場所 矢の目ダム周辺

▼講師 河地辰彦先生

三森繁先生

▼対象 町内在住の方（小中学生も可）

▼定員 20名

※申込み多数の場合は抽選となります。

▼受講料 無料

▼持ち物 双眼鏡・野鳥図鑑

※数量限定で貸出し可能です。

▼締切り 10月31日(火)

※参加者に後日詳細を通知します。

▼申込み・問合せ 高原公民館

☎763-7664

(毎週火曜日・全5回)
▼時間 ○Aコース（初心者）：午後4時～5時

○Bコース（中級者）：午後5時30分～6時30分

○Cコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Dコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Eコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Fコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Gコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Hコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Iコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Jコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Kコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Lコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Mコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Nコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Oコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Pコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Qコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Rコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Sコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Tコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Uコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Vコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Wコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Xコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Yコース（上級者）：午後5時～6時30分

○Zコース（上級者）：午後5時～6時30分

○AAコース（上級者）：午後5時～6時30分

○BBコース（上級者）：午後5時～6時30分

○CCコース（上級者）：午後5時～6時30分