

講座・教室案内

◎は「まなびっと広場」選択科目です。
 ㊦は施設の休館日です。

●あいよる21＝総合福祉センター（22-6262・若松町33-6）
 ●ふるる函館＝青少年研修センター（23-5961・谷地頭町5-14）
 ●Gスクエア＝函館コミュニティプラザ（35-4000・本町24-1 シェスタハコダテ4階）

講座・教室名	日時・会場	対象	定員	費用	申込み・問合せ(☎)など	
G-sq大学 クリエイティブ学科 「デザイナーの話を聞いて、ゆるキャラを作ってみよう！」	11月8日 午後7時～8時半 ●Gスクエア	高校生以上	20人 (申込順)	無料	11月5日までに電話申込み Gスクエア(35-4000)	
㊦自立男子の料理教室 家事男(カジオ)の台所②	12月2日・9日 午後1時半～3時半(連続2回) ●女性センター	市内在住・在勤の男性	各24人 (申込順)	各1,200円	11月7日午前10時から電話または直接申込み 11月17日午前10時から電話または直接申込み 女性センター(23-4188) ※託児要予約(6か月～未就学)	
㊦世界で人気の料理「韓国」編 「参鶏湯(サムゲタン)」を作ろう!	12月18日 午後6時～8時 ●女性センター	市内在住・在勤の男女				
運動教室	初めてのエアロビクス	12月6日～1月31日の水曜日(全8回) 午前10時～11時 ●健康増進センター	18歳以上の市民	各50人 (抽選)	各1,600円	11月6日・8日～12日の午前9時～正午・午後1時～4時半・午後5時半～8時半に健康増進センター(総合保健センター4階)で直接申込み ※12日の受付は午後4時半まで
	初心者のための健康体操教室	12月6日～1月31日の水曜日(全8回) 午後2時～3時 ●健康増進センター				
	簡単ヨガ教室	12月1日～1月19日の金曜日(全8回) 午前10時～11時 ●健康増進センター				
	ゆったりストレッチ教室	12月1日～1月19日の金曜日(全8回) 午後2時～3時 ●健康増進センター				
	初心者のためのトレーニングマシンコース	①12月6日～1月31日の水曜日(全8回) 【午前】9時15分【午後】1時15分 ②12月1日～1月19日の金曜日(全8回) 【午前】9時15分【午後】1時15分 ●健康増進センター				
もの忘れカフェ「楽しい朗読会」	11月18日 午前1時半～2時10分(読み語りの会) 午後2時15分～3時半(懇談) ●あいよる21	市民	なし	無料	直接会場へ(入退場自由) 函館認知症の人を支える会(27-4060・木曜午前10時～午後3時)	
だれでも認知症カフェ 講話「笑って脳活性化! シナプソロジー」 体験会「あたまの健康チェック」	11月30日 午後1時半～3時半 ●ふらっとDaimon	市民	なし	無料	直接会場へ(入退場自由) 高齢福祉課(21-3081)	
第30回函館市糖尿病教室	11月11日 午後1時半～4時 ●ホテル函館ロイヤル	市民	なし	無料	直接会場へ 函館糖尿病懇談会(高橋清仁クリニック内・40-5100)	
㊦母子・父子福祉センター 「ワード2級・3級教室」	1月10日～2月23日の火・水・木曜日(全22回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21	母子・父子家庭の親、寡婦の方(配偶者のいない方)	12人 (申込順)	教材費・検定料 3,500円程度	11月1日午前9時～26日に電話申込みへ 母子・父子福祉センター(あいよる21内・27-8047) ※託児要予約	
難病患者さんのためのサポート教室	11月11日 午後1時～3時 ●総合保健センター	神経難病の患者さんとその家族	なし	無料	11月8日までに電話申込み 保健予防課(32-1539)	
両親学級	11月10日 午後1時半～3時半 ●総合保健センター	妊娠4か月以降の初妊婦とその夫・家族	25組 (申込順)	無料	電話申込み 母子保健課(32-1533)	
家庭から排出される生ごみ減量化促進のため「食材使い切り料理教室」	11月21日 午前10時～午後1時 ●総合保健センター	市民	30人 (申込順)	無料	11月1日午前8時45分から電話申込み 環境推進課(51-0798) ※託児要予約	
就職につながるパソコン講座 ①ワード②エクセル ③パワーポイント④エクセル活用	①11月7日②11月8日・14日 ③11月15日④11月21日 午後1時～5時 ●北海道国際交流センター	15～39歳の求職中の方	各7人 (申込順)	無料	各講座開講日の2日前までに電話申込み はこだて若者サポートステーション(22-0325)	
親子でクッキング 「魚と野菜の食育セミナー」	①11月11日②11月12日 午前10時～午後1時 ●総合保健センター	小学生と保護者	各15組 (申込順)	無料	11月1日午前8時45分から電話申込み 農林水産部企画調整課(21-3349)	
果物を使ったお菓子教室 「キッズのフルーツ☆クリスマス」	12月3日 午前10時～午後1時 ●総合保健センター	小学3～6年生と保護者	20組 (申込順)		11月13日午前8時45分から電話申込み	
㊦羊毛フェルト体験会 ～まんまるサンタボール～	12月2日 午前10時半～午後0時半 ●道南四季の杜公園	18歳以上の方	15人 (申込順)	教材費等 1,500円程度	11月2日から電話申込み 道南四季の杜公園(34-3888)	
㊦しめ飾りづくり体験会 ～公園のステを使って～	12月3日 午前10時～正午 ●道南四季の杜公園		30人 (申込順)	教材費等 800円程度	11月3日から電話申込み	
㊦ガーデニング講座 迎春アレンジメント ～華やかに迎えるお正月～	12月27日 午前10時～正午 ●サン・リフレ函館	市民	20人 (申込順)	教材費等 3,500円程度 ※	11月27日から電話申込み 住宅都市施設公社(40-3605) ※200円割引の場合あり	
定期普通救命講習	11月1日・8日・15日・29日 午後1時半～4時半 ●消防本部	市民	20人 (申込順)	無料(テキスト希望者は150円)	電話で消防本部救急課(27-0099)へ ※実技を行うため動きやすい服装で参加ください	
縄文体験定期講座 「秋の縄文染め」	11月5日 午後1時～4時 ●縄文文化交流センター	市民	20人 (申込順)	700円	電話申込み 縄文文化交流センター(25-2030 ㊦月曜日)	
㊦SPレコードを聴いてみよう!	11月25日 午後1時半～2時半 ●市立函館博物館	市民	15人 (申込順)	無料	直接会場へ 函館博物館(23-5480 ㊦月曜日)	
㊦「マット運動に挑戦」 前転・後転・側転をマスターしよう!	11月25日・12月9日(全2回) ①午前のコース 10時～11時半 ②午後のコース 1時～2時半 ●亀田福祉センター	小学生	各10名 (申込順)	無料	11月2日午前9時から電話申込み 亀田福祉センター(42-7023 ㊦月曜日) ※マット運動は上靴・飲料水・タオル持参、運動しやすい服装(デニム・スカート不可)	
㊦親子で作る「動く折り紙」	11月26日 午前10時～11時半 ●亀田福祉センター	小学生と保護者	10組 (申込順)	材料費 500円	11月4日午前9時から電話申込み	
㊦楽しく陶芸♪ 好きな器をつくろう!	11月20日 午前10時～正午 ●函館市青年センター	市民	10人 (申込順)	教材費等 2,500円	電話または直接申込み 函館市青年センター(51-3390 ㊦水曜日)	
㊦漁師直伝! 浜の母さん料理教室 浜鍋編	11月25日 午前10時～正午 ●函館市青年センター	16歳以上の市民	12人 (申込順)	教材費等 1,800円		
NPO・NGOのタマゴ育成事業 環境教育プログラム 「プロジェクト・ワイルド」 エドゥケーター養成講習会 (本編・水辺編資格認定)	11月5日 午前9時半～午後5時 ●ふるる函館	18才以上の方	30名 (申込順)	①資格認定受講者 10,000円 ②講座体験希望者 3,000円	電話または電子メール申込み ふるる函館(23-5961) ☒info@fururu.or.jp ㊦月曜・祝日	
㊦ふるる函館わくわくキャンプ(日帰り) [外国人とポットラック②～クリスマス会～]	12月9日 午後1時～4時 ●ふるる函館	小学生(保護者同伴可)	50人 (申込順)	500円	11月19日午前8時45分から電話または電子メールで申込み	
㊦子どもの広場(体育室で遊ぼう)	11月23日 午前10時～11時半 ●亀田青少年会館	未就学児童と保護者	なし	無料	直接会場へ 亀田青少年会館(41-4383 ㊦月曜日)	
㊦もちつき大会	12月2日 午前10時～正午 ●亀田青少年会館	小学生と保護者	50人 (申込順)	1人200円	電話または直接申込み	