

講座・教室案内

●は「まなびっと広場」選択科目です。
 休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）

講座・教室名	日時・会場	対象	定員	費用	申込み・問合せ ☎ など	
①就職のためのパソコン「ワード」	6月7日～7月26日の金曜日(全8回) 午後6時半～8時 ●女性センター	市内在住で就職準備中の男女	6人(抽選)	無料	5月8日午前10時～午後5時に電話または直接申込み	
②はこだての「ツウ」な魅力探し「まちあるき探検隊」夜コース	6月29日 午後6時～8時 ●女性センター	市内在住・在勤の男女	20人(申込順)	無料	5月9日午前10時から電話または直接申込み	
③力を合わせてパン作り「パパとクッキング」	6月15日 午後1時半～4時 ●女性センター	市内在住・在学の小学生と男性保護者	12組24人(申込順)	1組1,000円	5月11日午前10時から電話または直接申込み	
相談事業 悩みを話して、聞いて、こころを整理「離婚とDVの話」	6月10日 午後1時半～2時半 ●女性センター	市内在住・在勤の女性	10人(申込順)	無料	5月14日午前10時から電話または直接申込み	
女性精神科医による「女性のためのこころとからだの相談」	6月19日 午後2時～4時 ●女性センター		4人(申込順)		5月16日午前10時から電話または直接申込み	
④市民健康教室「骨粗しょう症について」	5月9日 午後2時 ●美原町会館(美原3-5-16)	市民	なし	無料	直接会場へ	
家族のための認知症介護講座	5月17日 午前10時～正午 ●総合保健センター	認知症の方を介護している家族	なし	無料	健康増進課(32-1515) 高齢福祉課(21-3081)	
パソコン要約筆記ボランティア養成講座	6月12日～7月24日の水曜日(全6回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21	18歳以上の市民	40人(申込順)	教材費実費	電話か電子メールで講座名・氏名・住所・電話番号・年齢を身体障害者福祉団体連合会(26-8156)shinsho2011@purple.plala.or.jp(休月曜・祝日)	
精神保健家族セミナー「統合失調症の学習」	5月29日 午後1時半～3時半 ●総合保健センター	精神障がい者(主に統合失調症)の家族	20人(申込順)	無料	電話申込み 函館地域生活支援センター(54-6757)	
⑤母子福祉センター手編み教室(初級編)	6月12日～11月27日の第2・4水曜日※8月は第3・4水曜日(全12回)午後6時半～8時半 ●あいよる21	母子家庭の母または寡婦の方	20人(申込順)	教材費実費	5月9日午前9時から電話で母子福祉センター(あいよる21内・27-8047) ※託児要予約	
⑥運動教室	初めてのエアロビクス	6月5日～7月24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	5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 ※6日・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	6月5日～7月24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	6月7日～7月26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	6月7日～7月26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ーンコース	①6月5日～7月24日の水曜日(全8回) 【午前】9時15分【午後】1時15分 ②6月7日～7月26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				
⑦両親学級	5月10日 午後1時半～3時半 ●総合保健センター	初産を迎える妊娠4カ月以降の妊婦と夫・家族	なし	無料	電話申込み 母子保健課(32-1533)	
⑧健口(けんこう)教室	5月21日 午後1時半～3時 ●総合保健センター	40歳以上の方	20人(申込順)	無料	電話申込み 口腔保健センター(56-8148)	
⑨公園活用講座 五稜郭公園～初夏の五稜郭公園を写そう～	6月6日 午前10時～正午 ●五稜郭公園	市民	各20人(申込順)	500円※ 教材費等2,000円※	5月7日から電話申込み 住宅都市施設公社(40-3605) ▽日程等は変更の場合あり ※200円割引の場合あり	
⑩ガーデニング講座 ハンギングバスケット～吊るして 掛けて 楽しむ～	6月6日 午後2時～4時 ●見晴公園					
⑪定期救急講習 普通救命講習	6月5日・12日・19日・26日 午後1時半～4時半 ●消防本部	市民	各20人(申込順)	無料	電話で、消防本部救急課(27-0099) ※実技を行うため動きやすい服装で参加ください	
⑫学芸員こぼれ話「函館博物館の民族資料」	5月19日 午後1時半～3時 ●函館博物館	市民	15人(申込順)	無料	5月2日午前9時から電話申込み	
⑬美術鑑賞会 蠣崎波響	5月26日 午後1時半～2時半 ●函館博物館		10人(申込順)		5月15日午前9時から電話申込み	
⑭くらしの講座	5月21日～8月20日の第3火曜日(全4回) 午後2時～3時半 ●函館市公民館	市内在住・在勤の方	20人(申込順)	無料	5月7日午前9時から電話申込み	
⑮陶芸教室	①5月29日～6月19日の水曜日(全3回)②6月6日～7月4日の水曜日(全3回)③6月28日～7月19日の金曜日(全3回)午前10時～正午 ●函館市公民館		各5人(申込順)	教材費1,500円予定	5月15日午前9時から電話申込み	
⑯コーラス入門講座	6月5日～7月10日の水曜日(全6回) 午後1時半～3時半 ●函館市公民館		20人(申込順)	無料	5月22日午前9時から電話申込み	
⑰初歩のきもの着付教室	5月16日～10月24日の木曜日(全16回) 午前10時～正午 ●亀田公民館	市内在住・在勤の女性	25人(抽選)	無料	5月9日午前10時～10時半に直接申込み	
⑱押し花基礎講座	5月17日～6月21日の金曜日(全4回) 午前9時～11時半 ●亀田公民館	市内在住・在勤の方	10人(申込順)	教材費3,000円予定	5月1日午前9時から電話申込み	
⑲心いきいき体いきいき「いきいき教室」	5月28日～8月27日の最終火曜日(全3回)午後1時半～3時半 ●亀田公民館		20人(申込順)	無料	5月14日午前9時から電話申込み	
⑳腰痛・肩こりにも効く！骨盤矯正ストレッチ教室	6月3日・10日・17日・24日 午前10時～11時 ●青年センター	市民	12人(申込順)	各回800円	電話申込み	
㉑美しくびれを手に入れる！ペリーダンス6月教室	6月1日・8日・22日・29日 午後7時15分～8時15分 ●青年センター		20人(申込順)			
㉒初級盆栽講座 植え替えを楽しもう！	5月26日 午前10時～正午 ●亀田福祉センター	18歳以上の方	10人(申込順)	200円	5月3日午前9時から電話申込み 亀田福祉センター(42-7023(休月曜))	
㉓環境&エコな まなびっと講座～サクラを学ぼう！講座～	5月6日 午前10時～正午 ●五稜郭公園	市民	25人(申込順)	無料	5月2日までに電話申込み 地域交流まちづくりセンター(22-9700)	