

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)

講座・教室名	日時・会場	対象	定員	費用	申込み・問合せ(☎)など	
第12回市民講座 「今、もしもの時を考える」	9月14日 午後1時～4時 ●市民会館	市民	なし	無料	直接会場へ	北海道行政書士会 函館支部(22-0736)
㊦就職のためのパソコン 「エクセル8回コース」	10月4日～11月22日の金曜日(全8回) 午後6時半～8時 ●女性センター	市内在住の 就職準備中の男女	6人 (抽選)	無料	9月3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カ月～未就学) ※パソコンは筆記用具持参 ※陶芸はタオル・エプロン持参 ※料理教室はエプロン・三角巾 ・布巾持参 ※バス旅行は動きやすい服装 で手袋・あれば小さいスコッ プ・飲料水・昼食持参
㊦粘土をこねこねカップ作り 「初歩の陶芸2回コース」	10月11・18日(全2回) 午後1時半～3時半 ●女性センター	市内在住・在勤の 男女	10人 (申込順)	教材費 1,500円	9月12日午前10時から 電話または直接申込み	
㊦秋穫れ野菜のボルシチ&グラタン 季節の料理教室「秋」	10月16日 午後6時半～8時半 ●女性センター		36人 (申込順)	教材費 1,200円	9月7日午後6時から 電話または直接申込み	
㊦親子で体験バス旅行 「どんぐり植樹ツアー」	10月6日 午前10時～午後3時 ●大船遺跡	親子	20組 (申込順)	1人 1,000円	9月4日午前10時から 電話または直接申込み	
家族のための認知症介護講座 「認知症の介護について」	9月20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	直接会場へ	高齢福祉課(21-3081)
赤十字救急法(心肺蘇生・止血 ・AEDなど)体験セミナー	9月14日 午後1時～3時半 ●あいよる21	高校生以上	20人 (申込順)	無料	9月11日までに電話で、日赤函館市地区事務局 (地域福祉課内・21-3255)	
㊦市民健康教室 「めまいについて」	9月4日 午後7時 ●乃木町会館(乃木町4-45)	市民	なし	無料	直接会場へ	健康増進課(32-1515)
㊦市民健康教室 「涙目について」	9月17日 午後2時 ●百寿会館(上野町36-4)					
㊦健口(けんこう)教室	9月10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)
自殺予防講演会 うつ病の理解 ～認知行動療法を学ぶ～	9月23日 午前10時～正午 ●中央図書館	市民	なし	無料	直接会場へ	障がい保健福祉課 (21-3077)
精神保健ボランティア養成講座	9月18日～10月16日の水曜日(全5回) 午後6時～8時 ●総合保健センター	18歳以上の方	30人 (申込順)	無料	電話で、函館地方精神保健協会事務局 (障がい保健福祉課内・21-3077)	
精神保健家族セミナー 「函館市内社会資源見学」	9月25日 午前10時～午後4時 ●総合保健センター	精神障がい者(主に統合 失調症)を抱える家族	20人 (申込順)	無料	9月10日までに 電話申込み	函館地域生活支援センター (54-6757)
㊦母子福祉センター 「エクセル表計算2級教室」	10月22日～12月5日の火・水・木曜日(全20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	12人 (申込順)	教材費・ 検定料実費	9月6日午前9時～13日に電話で母子福祉センター (あいよる21内・27-8047) ※託児要予約	
両親学級	9月13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 以降の妊婦とその夫・家族	25組 (申込順)	無料	電話申込み	母子保健課(32-1533)
㊦稲刈り体験会	9月29日 午前10時～正午 ●道南四季の杜公園	小学生以上 (小学生は保護者同伴)	50人 (申込順)	無料	8月29日から電話申込み	道南四季の杜 公園管理事務所 (34-3888) ▷日程等は変更の場合あり
㊦星座観察会 ～秋の夜空を見てみよう～	10月5日 午後6時半～8時半 ●道南四季の杜公園		各20人 (申込順)		9月5日から電話申込み	
㊦秋の野鳥観察会 ～渡り鳥を見つけてよう～	10月20日 午前10時～正午 ●道南四季の杜公園	18歳以上の方	9月20日から電話申込み			
普通救命講習	10月2日・9日・16日・23日・30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。	
和室でのマナー講座と 奉行所見どころ案内	9月7日 午後1時半 ●箱館奉行所	中学生以上	15人 (申込順)	入館料	9月7日までに電話申込み	箱館奉行所(51-2864)
函館市内に迎える土方歳三と 新選組の足跡	9月28日 午後1時半 ●中央図書館	高校生以上	150人 (申込順)	無料	9月2日～28日に 電話申込み	
㊦初心者弓道教室	10月3日～12月26日の月・木曜日(全20回) 【午前】10時～11時半【午後】6時半～7時半 ●千代台公園弓道場	中学生以上	15人 (申込順)	1月3,000円 (他保険料等)	9月27日までに 電話申込み	千代台公園弓道場 (53-4322(休水曜日))
㊦ドラジェフラワーと ラッピング体験講座	10月1日～11月19日の火曜日(全4回) 午後1時～3時 ●亀田公民館	市内在住・在勤の 成人	10人 (申込順)	教材費1作品 1,000円予定	9月1日午前9時から 電話申込み	亀田公民館 (41-2445(休月曜・祝日))
㊦子どもだってボランティアは楽しい どきどきボランティア講座	10月6日 午後0時半～5時半 ●ふるる函館	小中学生	50人 (申込順)	500円 程度	9月25日午前9時～10月 3日に電話申込み	ふるる函館 (23-5961(休月曜・祝日))
㊦魚屋さんが教える 「男の料理!さばいて醤油漬け・他」	9月26日 午後1時半～3時半 ●亀田福祉センター	60歳以上の男性	10人 (申込順)	教材費等 1,200円	9月3日午前9時から 電話申込み	亀田福祉センター(42-7023(休月曜日)) ※料理は、あれば使い慣れた万能包丁 ・エプロン・三角巾・手拭・食器拭き タオル・持ち帰り用タッパ持参 ※ストレッチ・エクササイズ・ヒップホ ップは、飲料水・運動靴・タオル持参 ※ストレッチ・エクササイズ両方への 申込みは不可 ※ストレッチは託児あり
㊦お気軽体操ストレッチ 「後期コース」	10月4日～3月21日の金曜日(全12回) 午前10時～11時 ●亀田福祉センター	18歳以上の 初心者	60人 (申込順)	2,400円	9月7日午前9時から 電話申込み	
㊦わくわくエクササイズ 「後期コース」	10月4日～3月21日の金曜日(全12回) 午前11時半～午後0時半 ●亀田福祉センター	18歳以上の方	60人 (申込順)	2,400円	9月8日午前9時から 電話申込み	
㊦元気にヒップホップ!	9月14日・28日(全2回) 午前10時～11時半 ●亀田福祉センター	小学生	15人 (申込順)	無料	9月3日午前9時から 電話申込み	
㊦ベリーダンス9月教室	9月14日・21日・28日 午後7時15分 ～8時15分 ●青年センター	市民	20人 (申込順)	各回 800円	電話申込み	青年センター (51-3390(休水曜日))
㊦めざせそば職人! 手打ちそば親子体験教室	9月28日 午前10時～正午 ●青年センター	小学生と保護者 (子ども2人以上も可)	5組 (申込順)	1,500円		
㊦9月のまなびっと体験講座 「一緒に体操しませんか!」	9月8日 午前10時～正午 ●地域交流まちづくりセンター	市民	15人 (申込順)	無料	9月7日までに電話申込み	地域交流まちづくりセンター (22-9700)