

健康でたくましく（スポーツ・レクリエーション）

親子体育教室	
分 類：①全般	
日 付：9/29～12/22（火曜 全10回） 時 間：16:00～17:00	
会 場：函館サーモン・まるなまアリーナ （函館アリーナ）	定員
対 象：3歳以上の未就学児とその保護者	30組 60名
費 用：5,000円 ※保護者1名につきお子さま2 名の場合7,000円	
申 込：9月14日(月)からアリーナ 窓口のみにて再募集	HP
問合せ：函館サーモン・まるなまアリーナ （函館アリーナ） Tel：57-3141	

自立・生きがい教室 簡単筋トレ&ストレッチ		選択
分 類：②健康体操・ストレッチ		
日 付：10/6(火)～3/2(火) 全6回 時 間：18:30～20:00		
会 場：函館市総合福祉センター （あいよる21）	定員	
対 象：母子・父子家庭の父母および寡婦	12名	
費 用：無料		
申 込：電話または窓口で受付中（申 込順）		HP
問合せ：母子・父子福祉センター Tel：27-8047		

シニア健康づくり教室 「ゆるトレーニング」	
分 類：②健康体操・ストレッチ	
日 付：10/7, 11/11（水）全2回 時 間：13:30～14:30	
会 場：函館市総合福祉センター （あいよる21）	定員
対 象：満60歳以上	50名
費 用：無料	
申 込：9/10（木）9:30～ 電話または窓口で（申込順）	HP
問合せ：老人福祉センター Tel：23-5997	

シニア健康づくり教室 「シニアのフィットネス」	
分 類：②健康体操・ストレッチ	
日 付：10/14（水） 時 間：13:30～14:30	
会 場：函館市総合福祉センター （あいよる21）	定員
対 象：満60歳以上	25名
費 用：無料	
申 込：8/5（水）9:30～ 電話または窓口で（申込順）	HP
問合せ：老人福祉センター Tel：23-5997	

シニア健康づくり教室 「楽しく踊って健康づくり」	
分 類：②健康体操・ストレッチ	
日 付：10/28, 11/25（水）全2回 時 間：13:30～14:30	
会 場：函館市総合福祉センター （あいよる21）	定員
対 象：満60歳以上	50名
費 用：無料	
申 込：10/1（木）9:30～ 電話または窓口で（申込順）	HP
問合せ：老人福祉センター Tel：23-5997	

シニア健康づくり教室 「タオル体操」	
分 類：②健康体操・ストレッチ	
日 付：11/4, 12/2（水）全2回 時 間：13:30～14:30	
会 場：函館市総合福祉センター （あいよる21）	定員
対 象：満60歳以上	50名
費 用：無料	
申 込：予約不要・直接会場へ	HP
問合せ：老人福祉センター Tel：23-5997	

シニア健康づくり教室 「リズムエクササイズ」	
分 類：②健康体操・ストレッチ	
日 付：11/19(木)	
時 間：13:30～14:30	
会 場：函館市総合福祉センター (あいよる21)	定員
対 象：満60歳以上	50名
費 用：無料	
申 込：予約不要・直接会場へ	HP
問合せ：老人福祉センター Tel：23-5997	

シニア健康づくり教室 「無理なく運動・笑顔で健康」	
分 類：②健康体操・ストレッチ	
日 付：2/24, 3/3(水) 全2回	
時 間：13:30～14:30	
会 場：函館市総合福祉センター (あいよる21)	定員
対 象：満60歳以上	50名
費 用：無料	
申 込：予約不要・直接会場へ	HP
問合せ：老人福祉センター Tel：23-5997	

美ボディGET！ バレトン ～ソールシンセシス～		選択
分 類：②健康体操・ストレッチ		
日 付：火曜日(月3～5回)		
時 間：19:15～20:15		
会 場：青年センター		定員
対 象：市内在住・在勤の一般		25名
費 用：700円		
申 込：電話または窓口で(申込順)		HP
問合せ：青年センター Tel：51-3390		

痩せやすい、老けにくい カラダをつくる！ バランスコーディネーション		選択
分 類： ②健康体操・ストレッチ		
日 付：金曜日(月2回)		
時 間：15:30～16:30		
会 場：青年センター		定員
対 象：市内在住・在勤の一般		14名
費 用：700円		
申 込：電話または窓口で(申込順)		HP
問合せ： 青年センター Tel：51-3390		

ひめトレ&やさしいヨガ		選択
分 類： ②健康体操・ストレッチ		
日 付：金曜日(月2回)		
時 間：14:00～15:00		
会 場：青年センター		定員
対 象：市内在住・在勤の女性		15名
費 用：700円		
申 込：電話または窓口で(申込順)		HP
問合せ： 青年センター Tel：51-3390		

心身からリラックス ヨガ教室		選択
分 類： ②健康体操・ストレッチ		
日 付：金曜日(月3回)		
時 間：19:15~20:15		
会 場：青年センター	定員	
対 象：市内在住・在勤の一般	24名	
費 用：700円		
申 込：電話または窓口で(申込順)	HP	
問合せ： 青年センター Tel：51-3390		

夜活！体幹トレーニング		選択
分 類：②健康体操・ストレッチ		
日 付：土曜日(月2回)		
時 間：19:15～20:15		
会 場：青年センター		定員
対 象：市内在住・在勤の一般		23名
費 用：700円		
申 込：電話または窓口で(申込順)		HP
問合せ： 青年センター Tel：51-3390		

体調改善！歪みを整える 背骨コンディショニング		選択
分 類：②健康体操・ストレッチ		
日 付：日曜日(月1回)		
時 間：10:15～11:15		
会 場：青年センター		定員
対 象：市内在住・在勤の一般		40名
費 用：700円		
申 込：電話または窓口で(申込順)		HP
問合せ：青年センター Tel：51-3390		

健康でたくましく（スポーツ・レクリエーション）

幼児の水遊び教室（第3回）	
分 類：③水泳	
日 付：11/25(水)～2/3(水) 全10回 時 間：15:00～16:00	
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員
対 象：4歳以上の未就学児（令和2年4月2日～令和4年4月1日生）	30名
費 用：3,500円(別途保険料400円)	
申 込：10/14(水)～10/23(金) ネット・窓口並行受付 ※詳細はホームページ等をご覧ください	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452	



幼児の水遊び教室（第4回）	
分 類：③水泳	
日 付：2/10(水)～3/24(水) 全6回 時 間：15:00～16:00	
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員
対 象：4歳以上の未就学児（令和2年4月2日～令和4年4月1日生）	30名
費 用：2,100円(別途保険料240円)	
申 込：12/29(火)～1/8(金) ネット・窓口並行受付 ※詳細はホームページ等をご覧ください	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452	

少年少女わんぱく水泳教室(第4回) 第1部・第2部		選択
分 類：③水泳		
日 付：11/7(土)～12/20(日) 全12回 時 間：第1部 13:30～14:30 第2部 14:30～15:30		
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員	
対 象：小学生	各50名	
費 用：4,200円(別途保険料480円)		
申 込：9/26(土)～10/5(月) ネット・窓口並行受付 ※詳細はホームページ等をご覧ください	HP	
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452		

少年少女わんぱく水泳教室(第5回) 第1部・第2部		選択
分 類：③水泳		
日 付：12/26(土)～2/13(土) 全12回 時 間：第1部 13:30～14:30 第2部 14:30～15:30		
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員	
対 象：小学生	各50名	
費 用：4,200円(別途保険料480円)		
申 込：11/14(土)～11/23(月) ネット・窓口並行受付 ※詳細はホームページ等をご覧ください	HP	
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452		

少年少女わんぱく水泳教室(第6回) 第1部・第2部		選択
分 類：③水泳		
日 付：2/20(土)～3/28(日) 全11回 時 間：第1部 13:30～14:30 第2部 14:30～15:30		
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員	
対 象：小学生	各50名	
費 用：3,850円(別途保険料440円)		
申 込：1/9(土)～1/18(月) ネット・窓口並行受付 ※詳細はホームページ等をご覧ください	HP	
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452		

少年少女4泳法 マスターコース(第3回)		選択
分 類：③水泳		
日 付：12/20(日)～3/28(日) 全10回 時 間：10:30～11:45		
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員	
対 象：小学3年生～中学3年生	20名	
費 用：3,500円(別途保険料400円)		
申 込：11/8(日)～11/17(火) ネット・窓口並行受付 ※詳細はホームページ等をご覧ください	HP	
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452		

きっちり4泳法 ナイトコース(第3回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 10/21(水)~12/23(水) 全10回 時 間 : 18:30~20:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	15名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 9/9(水)~10/14(水)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

きっちり4泳法 ナイトコース(第4回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 1/13(水)~3/24(水) 全10回 時 間 : 18:30~20:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	15名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 12/2(水)~12/23(水)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

きっちり4泳法 マスターコース(第5回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 11/9(月)~12/16(水) 全10回 時 間 : 10:30~12:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 10/19(月)~11/2(月)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

きっちり4泳法 マスターコース(第6回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 12/21(月)~2/3(水) 全10回 時 間 : 10:30~12:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 12/2(水)~12/16(水)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

きっちり4泳法 マスターコース(第7回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 2/8(月)~3/24(水) 全10回 時 間 : 10:30~12:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 1/20(水)~2/3(水)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

市民水泳教室(第5回) 午前の部・午後の部	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 11/6(金)~12/15(火) 全10回 時 間 : 午前の部 10:30~12:00 午後の部 18:30~20:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	午前40名 午後30名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 10/13(火)~10/27(火)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

健康でたくましく（スポーツ・レクリエーション）

市民水泳教室(第6回) 午前の部・午後の部	選択
分 類：③水泳	
日 付：12/18(金)～2/2(火) 全10回 時 間：午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	
会 場：三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象：満18歳以上	午前40名 午後30名
費 用：5,000円(別途保険料400円)	
申 込：12/1(火)～12/15(火)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：(函館市民プール) Tel：52-7452	

市民水泳教室(第7回) 午前の部・午後の部	選択
分 類：③水泳	
日 付：2/9(火)～3/26(金) 全10回 時 間：午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	
会 場：三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象：満18歳以上	午前40名 午後30名
費 用：5,000円(別途保険料400円)	
申 込：1/19(火)～2/2(火)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：(函館市民プール) Tel：52-7452	

ゆっくりゆっくり水泳教室(第6回)	選択
分 類：③水泳	
日 付：12/3(木)～1/28(木) 全10回 時 間：13:30～14:30	
会 場：三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象：満18歳以上	20名
費 用：5,000円(別途保険料400円)	
申 込：11/9(月)～11/26(木)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：(函館市民プール) Tel：52-7452	

ゆっくりゆっくり水泳教室(第7回)	選択
分 類：③水泳	
日 付：2/4(木)～3/25(木) 全10回 時 間：13:30～14:30	
会 場：三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象：満18歳以上	20名
費 用：5,000円(別途保険料400円)	
申 込：1/14(木)～1/28(木)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：(函館市民プール) Tel：52-7452	

サタディナイトコース(第3回)	選択
分 類：③水泳	
日 付：10/31(土)～1/16(土) 全10回 時 間：19:30～20:40	
会 場：三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象：満18歳以上	30名
費 用：5,000円(別途保険料400円)	
申 込：9/26(土)～10/24(土)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：(函館市民プール) Tel：52-7452	

サタディナイトコース(第4回)	選択
分 類：③水泳	
日 付：1/23(土)～3/27(土) 全10回 時 間：19:30～20:40	
会 場：三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象：満18歳以上	30名
費 用：5,000円(別途保険料400円)	
申 込：12/19(土)～1/16(土)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：(函館市民プール) Tel：52-7452	

チャレンジコース(第5回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 11/11(水)~12/18(金) 全10回	
時 間 : 12:00~13:15	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	45名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 10/28(水)~11/6(金)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

チャレンジコース(第6回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 12/25(金)~2/10(水) 全10回	
時 間 : 12:00~13:15	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	45名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 12/4(金)~12/18(金)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

チャレンジコース(第7回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 2/17(水)~3/26(金) 全10回	
時 間 : 12:00~13:15	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	45名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 1/29(金)~2/10(水)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

バラエティコース(第4回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 1/15(金)~3/26(金) 全10回	
時 間 : 10:30~12:00	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 11/27(金)~12/18(金)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

市民水泳50教室(第4回)	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 1/18(月)~3/29(月) 全9回	
時 間 : 12:00~13:15	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	20名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 11/30(月)~12/28(月)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

函館水泳指導員会 スイミングスクール	選択
分 類 : ③水泳	
日 付 : 通年 土曜日	
時 間 : 18:00~19:30	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 小, 中, 高校生	なし
費 用 : 週1回 月2,500円 (保険料は会負担)	
申 込 : 電話	
問合せ : 函館水泳指導員会事務局(松下) Tel : 080-3237-0710	

健康でたくましく（スポーツ・レクリエーション）

函館スイミングクラブ水泳教室 （初心者コース，育成Aコース，育成B コース，競泳コース，成人コース）	
分 類：③水泳	
日 付：コースにより異なる	
時 間：	
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員
対 象：幼稚園年中～一般	
費 用：月会費3,000～5,000円 （コースにより異なる。傷害 保険料は別途必要）	なし
申 込：詳しくは電話でお問い合わせ ください。	
問合せ：函館スイミングクラブ事務局（渡部） Tel：53-7479	

ウォーターピクスナイト教室 （第3回）		選択
分 類：④水泳（アクアピクス等）		
日 付：10/21(水)～12/23(水) 全10回		
時 間：20:00～20:40		
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員	
対 象：満18歳以上		
費 用：4,700円(別途保険料400円)	40名	
申 込：9/9(水)～10/14(水)		HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452		

ウォーターピクスナイト教室 （第4回）		選択
分 類：④水泳（アクアピクス等）		
日 付：1/13(水)～3/24(水) 全10回		
時 間：20:00～20:40		
会 場：三和防災アクアウイングプール （函館市民プール）	定員	
対 象：満18歳以上		
費 用：4,700円(別途保険料400円)	40名	
申 込：12/2(水)～12/23(水)		HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ：（函館市民プール） Tel：52-7452		

JOYFIT24LITE函館海岸町 「幼児コース・ジュニアコース 2ヵ月おためし会員募集中」	
分 類：③水泳	
日 付：【幼児コース】 全24回 【ジュニアコース】 全8回 受講日は登録する月によって変わります。	
時 間：【幼児コース】 週3回（火・水・金） 15:00～15:50 【ジュニアコース】 週1回 ①（平日）16:10～17:20 ②（平日）17:20～18:30 ③（土曜）9:50～11:00 ④（土曜）13:50～15:00 ⑤（土曜）15:00～16:10 ※①～⑤の中から予め時間と曜日を 固定とする	
会 場：JOYFIT24LITE函館海岸町	定員
対 象：【幼児コース】 満2歳6ヵ月から未就学児まで 【ジュニアコース】 満3歳から中学生まで	
費 用：入会金2,200円→0円 登録料3,300円→0円 幼児8,580円→4,400円 ジュニア週1回9,130円→ 4,400円 ※すべて税込表示となっております。 ※会費の特典は初月・翌月分 のみ対象となります。 ※継続する場合は3ヵ月目会 費より通常料金となります。	
申 込：2026年9月1日（火）10:00申 込受付開始 ※お手続きはフロント窓口にて承 ります 【フロント受付可能時間】 平日：10:00～21:00 土日祝：10:00～18:00 ※毎月15日と月末最終日はメン テナンス日のため受付不可 ※月会費は全て引落となるため、 通帳・届出印・キャッシュカード をお持ちのうえお手続きください	HP
問合せ：JOYFIT24LITE函館海岸町 Tel：0138-41-4100	

ウォータービクス教室(第5回)	
分 類 : ④水泳(アクアビクス等)	選択
日 付 : 11/6(金)~12/15(火) 全10回 時 間 : 13:30~14:30	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,400円(別途保険料400円)	
申 込 : 10/13(火)~10/27(火)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

ウォータービクス教室(第6回)	
分 類 : ④水泳(アクアビクス等)	選択
日 付 : 12/18(金)~2/2(火) 全10回 時 間 : 13:30~14:30	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,400円(別途保険料400円)	
申 込 : 12/1(火)~12/15(火)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

ウォータービクス教室(第7回)	
分 類 : ④水泳(アクアビクス等)	選択
日 付 : 2/9(火)~3/26(金) 全10回 時 間 : 13:30~14:30	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	30名
費 用 : 5,400円(別途保険料400円)	
申 込 : 1/19(火)~2/2(火)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

水中ウォーキング教室(第6回) 昼の部	
分 類 : ④水泳(アクアビクス等)	選択
日 付 : 12/3(木)~1/28(木) 全10回 時 間 : 12:00~13:15	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	50名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 11/9(月)~11/26(木)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

水中ウォーキング教室(第7回) 昼の部	
分 類 : ④水泳(アクアビクス等)	選択
日 付 : 2/4(木)~3/25(木) 全10回 時 間 : 12:00~13:15	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	50名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 1/14(木)~1/28(木)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

水中ウォーキング教室(第4回) 夜の部	
分 類 : ④水泳(アクアビクス等)	選択
日 付 : 1/7(木)~3/25(木) 全10回 時 間 : 18:30~19:45	
会 場 : 三和防災アクアウイングプール (函館市民プール)	定員
対 象 : 満18歳以上	20名
費 用 : 5,000円(別途保険料400円)	
申 込 : 11/26(木)~12/17(木)	HP
三和防災アクアウイングプール 問合せ : (函館市民プール) Tel : 52-7452	

健康でたくましく（スポーツ・レクリエーション）

ジュニア室内サッカー教室 	
分 類：⑤球技	
日 付：10/9～12/18（月・金曜 全10回） 時 間：16:15～17:15	
会 場：函館サーモン・まるなまアリーナ （函館アリーナ）	定員
対 象：小学1年生～3年生	30名
費 用：3,500円	
申 込：9月14日(月)からアリーナ 窓口のみにて再募集	HP
函館サーモン・まるなまアリーナ 問合せ：（函館アリーナ） Tel：57-3141	

ミニバスケット教室 	
分 類：⑤球技	
日 付：10/13～12/17（火・木曜 全10回） 時 間：16:15～17:15	
会 場：函館サーモン・まるなまアリーナ （函館アリーナ）	定員
対 象：小学4年生～6年生	30名
費 用：3,500円	
申 込：9月14日(月)からアリーナ 窓口のみにて再募集	HP
函館サーモン・まるなまアリーナ 問合せ：（函館アリーナ） Tel：57-3141	

初心者弓道教室		選択
分類：⑥弓道		
毎週火曜 日付：[Ⅲ期] 2/2～7/27 (全24回) 時間：午前の部 10:00～12:00 夜の部 18:30～20:30		
会場：千代台公園弓道場		定員
対象：中学生以上		若干名
費用：回 [月謝]3,000円/月 [道場使用料]150円～75円/ [スポーツ傷害保険料]2,000円～800円/年度		
申込：[Ⅲ期]1/4 (火) ～1/29 (金) [電話受付※]10:00～20:30 ※受付は電話のみ (水曜日休館)		HP
問合せ：千代台公園弓道場 Tel：0138-53-4322		

自立・生きがい教室 リラックスヨガ(夜間)		選択
分 類：⑧その他		
日 付：10/14(水)～3/10(水) 全6回		
時 間：18:30～20:00		
会 場：函館市総合福祉センター (あいよる21)		定員
対 象：母子・父子家庭の父母および寡婦		12名
費 用：無料		
申 込：電話または窓口で受付中（申込順）		HP
問合せ： 母子・父子福祉センター Tel：27-8047		

自立・生きがい教室 フィットネス		選択
分 類：⑧その他		
日 付：10/15(木)～3/18(木) 全6回 時 間：18:30～20:00		
会 場：函館市総合福祉センター (あいよる21)		定員
対 象：母子・父子家庭の父母および寡婦		12名
費 用：無料		
申 込：電話または窓口で受付中（申込順）		HP
問合せ：母子・父子福祉センター Tel：27-8047		

