

# 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		
☉魚をまるごとおろしてみよう！ [旬の魚のさばき方]	6月4日 午後2時半～4時半 ●女性センター	市内在住・在勤の男女	24人 (申込順)	教材費 1,200円	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)		
☉はこだての「ツウ」な魅力探し [まちあるき探検隊]	6月21日 午後6時～8時 ●女性センター		20人 (申込順)		5月9日午前10時から 電話または直接申込み ※魚のさばき方は、エプロン・三角巾・布巾持参 ※まちあるきは、飲料水・筆記用具を持参し、動きやすい服装で ※パソコンは筆記用具持参		
☉就職のためのパソコン 「ワード」	6月6日～7月25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	電話または直接申込み		
女性の精神科医による 「女性のためのこころからの相談」	6月4日 午後2時～4時 ●女性センター	市内在住・在勤の女性	4人 (申込順)		5月7日午前10時から 電話または直接申込み		
☉健口(けんこう)教室	5月16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)		
ヘルスメイト(食生活改善推進員)養成講座	5月21日～7月9日の水曜日、6月3日(全9回) 午前10時～正午 ●総合保健センター	講座終了後にボランティア活動ができる市民	30人 (申込順)	教材費等 1,988円	健康増進課 (32-1515)		
転ばない！身体づくり教室 (転倒予防・介護予防教室)	①6月4日～10月8日の水曜日②6月10日～10月14日の火曜日(全10回) 午前10時～正午 ●総合保健センター	65歳以上の方(要介護・要支援の方を除く)	各25人 (申込順)	無料	電話申込み 高齢福祉課 (21-3081)		
家族のための認知症介護講座 「認知症とは？」	5月23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		直接会場へ		
パソコン要約筆記 ボランティア養成講座	6月4日～7月9日の水曜日(全6回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21	パソコンで文字入力ができる18歳以上の方	40人 (申込順)	無料	電話または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28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)		
両親学級	5月16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	25組 (申込順)	無料	電話申込み 母子保健課 (32-1533)		
☉公園活用講座 見晴公園 ～野草を巡る春の散策～	5月22日 午前10時～正午 ●見晴公園	市民	20人 (申込順)	無料	電話申込み 住宅都市施設公社 (40-3605) ※200円割引の場合あり		
☉昭和公園健康講座 ～自分の体力を知ろう！健康遊具でエクササイズ～	5月25日 午前9時～正午 ●昭和公園		50人 (申込順)				
☉ガーデニング講座 ベジタブルガーデン	5月29日 午後2時～4時 ●大野農業高等学校		20人 (申込順)			教材費等 2,500円程度※	4月30日から電話申込み
☉ガーデニング講座 ハーブを育てて活用	6月12日 午後2時～4時 ●亀田福祉センター		30人 (申込順)				5月12日から電話申込み
☉田植え体験会	6月1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	5月1日から電話申込み 道南四季の杜公園 (34-3888)		
定期普通救命講習	6月4日・11日・18日・25日 午後1時半～4時半 ●消防本部	市民	各20人 (申込順)	無料(テキスト希望者は137円)	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		
☉宇宙と天体シリーズ 「春の星座を見てみよう」	5月23日 午後6時半～8時半 ●函館博物館	小学生と保護者	15人 (申込順)	50円	5月8日午前9時から 電話申込み 函館博物館 (23-5480(休月曜日))		
☉美術鑑賞会 蠣崎波響	5月24日 午後1時半～2時半 ●函館博物館	市民	10人 (申込順)	無料	5月14日午前9時から 電話申込み		
☉郷土の歴史教室	6月19日 午前10時～11時半 ●函館市公民館	市内在住・在勤の成人	50人 (申込順)	無料	5月29日午前9時から 電話申込み 函館市公民館 (22-3320(休月曜・祝日))		
☉家庭教育学級～親子体操	5月10日～7月19日の土曜日(全6回) 午前10時～11時 ●亀田公民館	市内在住の親子(子どもは4歳まで)	10組 (申込順)	無料	5月2日午前9時から 電話申込み		
☉初歩のきもの着付教室	5月15日～10月30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8日午前10時～10時半に 直接申込み 亀田公民館 (〒041-0811富岡町1-18-3、41-2445(休月曜・祝日)) ※着付教室は着物持参		
☉ピースクラフト体験講座	6月6日～7月18日の第1・3金曜日(全4回) 午後2時～4時 ●亀田公民館	市内在住・在勤の成人	10人 (申込順)	教材費 5,000円程度	5月9日午前9時から 電話申込み		
☉子ども絵画教室	6月14日～9月27日の第2・4土曜日(全8回) 午後1時半～3時半 ●亀田公民館	市内在住・在学の小学生	20人 (申込順)	教材費 3,000円程度	5月23日午前9時から 電話申込み		
☉パソコン入門講座	6月10日・24日・7月8日・29日・8月5日・26日 午前10時～午後4時 ●亀田公民館	市内在住・在勤の成人	各10人 (抽選)	教材費 1,000円程度	5月30日までに往復はがきで申込み(消印有効)		
☉アウトドア体験いっぱい！ 函館山探検&お泊り会	5月24日午後1時半～25日午前10時半(1泊2日) ●ふるる函館	小中学生	60人 (申込順)	3,000円程度	5月13日午前9時～5月22日に電話申込み ふるる函館 (23-5961(休月曜・祝日))		
☉はこだて国際交流 おやつパーティー	6月8日 午前10時～午後0時半 ●ふるる函館		50人 (申込順)	500円程度	5月27日午前9時～6月5日に電話申込み		
☉石川久美子の陶芸教室 ランチプレートを作ろう！	5月26日 午前10時～正午 ●青年センター	市民	10人 (申込順)	教材費等 2,500円	電話申込み 青年センター (51-3390(休水曜日))		
☉骨盤矯正ストレッチ教室	5月20日・27日 午前10時～11時 ●青年センター		各20人 (申込順)	800円			
☉子どもチャレンジ教室 「ゴスペルに挑戦」	5月24日 午前10時～11時半 ●亀田福祉センター	小学生	25人 (申込順)	無料	5月2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)) ※来館申込不可 ※ペビーマッサージはバス タオル・フェイスタオル持参		
☉ペビーマッサージ教室	5月21日[午前]10時～11時[午後]2時半～3時半 ●亀田福祉センター	生後1カ月～ハイハイまでの子と母	各12組 (申込順)	教材費等 500円	5月3日午前9時から 電話申込み		
☉5月のまなびっと体験講座 親子で函館山散策	5月25日 午前10時～正午 ●地域交流まちづくりセンター	親子	10組 (申込順)	教材費等 500円	4月28日～5月18日に 電話申込み 地域交流まちづくりセンター (22-9700)		
☉初心者のための 読み聞かせ講座	6月9日～7月14日の月曜日 午後2時～4時 ●中央図書館	市民	36人 (申込順)	無料	5月20日午前9時半～26日午後5時に電話申込み 中央図書館 (35-6801(休水曜日))		
☉郷土の歴史講座 「松前藩の決断」	5月17日 午後2時～4時 ●中央図書館		なし		直接会場へ		