

講座・教室案内

㊦は「まなびつと広場」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
㊦就職のためのパソコン講座「ワード」8回コース	6月5日～7月31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・在勤の求職者	6人(抽選)	無料	5月7日午前10時からHP、電話または直接申込み
多様なあり方、多様な暮らしを育む街に LGBTを学ぶ講座	6月16日 午後6時～8時 ●女性センター	市内在住・在勤の方	36人(抽選)	無料	5月15日午前10時からHP、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)
㊦寝かしつけのテクニックを習得ベビーダンス体験①パパ編	6月20日 午後1時半～3時 ●女性センター	市内在住・在勤の男性保護者と乳児	10組(抽選)	無料	5月19日午前10時からHP、電話または直接申込み
㊦赤十字救急法基礎講習	6月14日 午後1時～5時 ●あいよる21	15歳以上の市民	30人(申込順)	教材費等1,500円	6月4日までに電話申込み 日赤函館市地区事務局(保健福祉部管理課内・21-3255)
赤十字水上安全法救助員Ⅰ養成講習	6月7日・13日・14日(全3回) 6月7日・13日 午前9時～午後5時 6月14日 午前9時～午後5時半 ●市民プール	15歳以上の市民	20人(申込順)	教材費等700円	5月21日までに電話申込み
運動教室	初めてのエアロピクス	6月3日～7月22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)	5月4日・6日～10日の午前9時～正午・午後1時～4時半・午後5時半～8時半(4日・6日・10日の受付は午後4時半まで)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
	初心者のための健康体操教室	6月3日～7月22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5日～7月24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5日～7月24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	①6月3日～7月22日の水曜日(全8回) 【午前】9時15分【午後】1時15分 ②6月5日～7月24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			
～公園で健康づくり～公園すこやかウォーキング+(プラス)!	5月29日【講話】午前10時～10時半【実技】午前10時半～正午 ●五稜郭公園	65歳以上の市民(要支援・要介護認定者および事業対象者を除く)	20人(申込順)	無料	5月20日までに電話申込み 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3日～7月8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	各40人(申込順)	無料	5月31日までに電話または電子メールで講座名・氏名・住所・電話番号・生年月日を函館市身体障害者福祉団体連合会(26-8156☎shinsho2011@purple.plala.or.jp ㊦月曜・祝日)へ申込み ※初めての方対象
書いて伝えるボランティア手書き要約筆記講座	6月11日・18日・25日(全3回) 午前10時～正午 ●あいよる21	18歳以上の方			
㊦エクセル(表計算)2・3級教室	8月～9月の火・水・木曜日(全20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	6人(申込順)	教材費等3,700円程度	5月26日午前9時から電話または直接申込み 母子・父子福祉センター(あいよる21内・27-8047 ㊦月曜日)※託児要予約
ヨガ講座(夜間)	6月13日 午後6時半～8時 ●あいよる21	60歳以上の方	16人(申込順)	無料	5月12日午前9時から電話申込み 老人福祉センター(23-5997)※初めての参加者を優先
㊦古文書解読講座「はじめての古文書」	6月7日～10月11日(全5回) 午前10時～11時半 ●中央図書館	市民	30人(申込順)	無料	5月11日～18日に電話または直接申込み 中央図書館(35-5500 ㊦水曜日)
こどもの読書週間「ヨムチャンをさがせ」	5月5日 午前10時～午後4時 ●中央図書館	小学生	50人(申込順)		直接会場へ
㊦縄文体験講座「春の縄文染め」	5月16日 午後1時～4時 ●縄文文化交流センター	市民	20人(申込順)	800円	電話、FAXまたは電子メールで縄文文化交流センター(25-2030☎25-2033☎jomon-center@hjcc.jp ㊦月曜日)
㊦ラーメン職人直伝! 男のらーめん道!～カレーラーメン編～	5月18日 午後7時～9時 ●青年センター	市内在住・在勤の16歳以上の男性	12人(申込順)	教材費等1,800円	電話または直接申込み
㊦どんな野菜もかたん調理! 野菜ソムリエの野菜教室～小松菜編～	6月6日 午後2時～4時 ●青年センター	市民	12人(申込順)	教材費等1,200円	5月2日午前9時から電話または直接申込み
㊦楽しく陶芸! 好きな器をつくろう!	6月22日 午前10時～正午 ●青年センター		10人(申込順)	教材費等2,000円	5月2日午前9時から電話または直接申込み
㊦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	5月15日・22日 午後3時半～4時半 ●青年センター		各15人(申込順)		
㊦体調改善! 歪みを整える背骨コンディショニング	5月10日 ①午前9時15分～10時15分 ②午前10時45分～11時45分 ●青年センター		各500円		電話または直接申込み
㊦美ボディGET! パレトン	5月5日・12日・19日・26日 午後7時15分～8時15分 ●青年センター		各25人(申込順)		
㊦地球まるごとシリーズ ①イタリア語②タイ語③英語④韓国語	①5月12日②5月13日③5月21日④5月27日 午後7時～8時 ●ふるる函館	市民(学生可、保護者同伴で小・中学生の参加可)	各20人(申込順)	各1,000円	電話または電子メールで申込み ふるる函館(23-5961 ☎info@fururu.or.jp ㊦月曜・祝日)
㊦地球まるごとシリーズ ①フィリピン語②台湾語	①5月2日②5月10日 午前11時～正午 ●ふるる函館				
㊦ふるる函館わくわくキャンプ(日帰り)「ふるるニュースポーツ体験」	6月13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	5月10日午前8時45分から電話または電子メールで申込み
㊦初心者弓道教室	6月～11月の火曜日(全24回) 【午前】10時～正午【午後】6時半～8時半 ●千代台公園弓道場	中学生以上	各15人(申込順)	月3,000円(他保険料等)	5月1日～29日に電話申込み 千代台公園弓道場(53-4322 ㊦水曜日)