

講座・教室案内

㊦は「まなびと広場」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)
- Gスクエア=函館コミュニティプラザ(35-4000・本町24-1 シェスタハコダテ4階)

講座・教室名	日時・会場	対象	定員	費用	申込み・問合せ(☎)など	
㊦自分らしいワーク&ライフを考える ワーク&ライフプランニング講座	4月9日・16日・23日(全3回) 午後1時半～3時 ●女性センター	市内在住・在勤の方	24人 (抽選)	無料	3月9日午前10時から HP、電話または直接申込み	
㊦家族の健康のために からだに優しい料理(春)	4月13日 午前10時～正午 ●女性センター		12人 (抽選)	教材費 1,200円	3月14日午前10時から HP、電話または直接申込み	
㊦心身の健康増進に リストラティブヨガ教室	①4月21日 午後6時半～8時 ②4月26日 午後2時～3時半 ●女性センター		各10人 (抽選)	無料	3月22日午前10時から HP、電話または直接申込み	
障害者デイサービス [視覚障害者対象水泳教室]	4月9日～7月16日の土曜日(全12回) 午前10時～正午 ●あいよる21	身体障害者手帳を 持つ18歳以上の 視覚障害者	各10人 (申込順)	無料※	電話または電子メールで、身体障害者福祉団体連合会 (26-8156☎shinsho2011@purple.plala.or.jp 休月曜・祝日) ※住民税課税額等により有料となる場合あり	
障害者デイサービス [肢体・内部障害者対象初級パソコン教室]	5月13日～8月19日の金曜日(全15回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21	身体障害者手帳を 持つ18歳以上の 肢体・内部障害者				
㊦リラックスヨガ教室 (午後)	4月～3月の第3木曜日(全12回) 午後1時～2時半 ●あいよる21	母子・父子家庭の親 (親子)、寡婦の方	各11人 (申込順)	無料	3月2日午前9時から 電話または直接申込み	
㊦リラックスヨガ教室 (夜間)	4月～3月の第1水曜日(全12回) 午後6時半～8時 ●あいよる21				3月9日午前9時から 電話または直接申込み	
㊦フィットネス教室	4月～10月の第1・3木曜日(全12回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21		各12人 (申込順)		3月2日午前9時から 電話または直接申込み	
㊦書道教室	4月～3月の第2土曜日(全12回) 午後1時～3時 ●あいよる21				3月9日午前9時から 電話または直接申込み	
㊦親子料理教室	4月～3月の第3土曜日(8月・1月を除く全10回) 午前10時～正午 ●あいよる21		10人 (申込順)		1回700円 親子参加 1,000円	3月2日午前9時から 電話または直接申込み
㊦手話教室	5月～10月の水曜日(全10回) 午後6時半～7時半 ●あいよる21		12人 (申込順)		テキスト代 1,000円程度	3月9日午前9時から 電話または直接申込み
㊦エクセル(表計算)2・3級教室	5月～6月の火・水・木曜日(全20回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21	6人 (申込順)	教材・検定料 3,700円程度	3月6日午前9時から 電話または直接申込み		
㊦気功・太極拳教室	4月～9月の第1・3火曜日(全12回) 午後6時半～8時 ●あいよる21	母子・父子家庭の親、 寡婦の方	12人 (申込順)	無料	3月9日午前9時から 電話または直接申込み	
㊦パン・お菓子教室	4月～3月の第3金曜日(全12回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21		10人 (申込順)	1回 600円程度	3月2日午前9時から 電話または直接申込み	
㊦親子で英会話教室	4月～3月の第3日曜日(8月・12月を除く全10回) 午前10時～11時半 ●あいよる21	母子・父子家庭の 親子	5組 (申込順)	無料	3月9日午前9時から 電話または直接申込み	
まちなかスクエア [初めてのヨガ～chill yoga～]	3月10日・24日 ①午後6時半～7時15分 ②午後7時45分～8時半 ●Gスクエア	中学生以上の方	各10人 (申込順)	各500円	電話または直接申込み Gスクエア(35-4000)	
まちなかスクエア [料理教室 ミズキッチン]	3月11日・25日 午後6時半～9時 ●Gスクエア	市民(中学生以下は 保護者同伴)	各5人 (申込順)	各700円		
まちなかスクエア [Gスクエアお茶会楽しくお話ししよう]	3月21日 午後3時半～4時半 ●Gスクエア	市民	15人 (申込順)	無料		
まちなかスクエア [かんたんAdobe イラレ講座]	3月11日 午後7時～8時 ●Gスクエア		8人 (申込順)			
㊦春の公園散策 ～春を探しに行こう～	4月24日 午前10時～正午 ●道南四季の杜公園	18歳以上の方	20人 (抽選)	無料	3月24日午前9時から 電話または直接申込み 道南四季の杜公園(34-3888)	
定期普通救急講習	3月2日・9日・16日・23日・30日 午後1時半～4時半 ●消防本部	市内在住・在勤の方	各10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	
㊦地球まるごとシリーズ ①韓国語②マレー語	①3月9日②3月25日 午後7時～8時 ●ふるる函館	市民(学生可、保護 者同伴で小学生の 参加可)	各15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 休月曜・祝日)	
㊦地球まるごとシリーズ ①英語②台湾語	①3月19日②3月20日 午前11時～正午 ●ふるる函館					