

勤労者総合福祉センター (サン・リフレ函館)

Workers General Welfare Center

サン・リフレ函館は、勤労者の福祉向上や健康づくり、文化活動の促進を目的として1997年に開館しました。館内には、バスケットボールやバレーボール等が可能なアリーナやトレーニング設備を備えた軽体育室のほか、会議室、視聴覚室、音楽室、工芸実習室、和室等が整備されており、スポーツ・研修・文化活動など多目的に利用でき、市民に広く利用されています。また、スポーツ大会や企業研修、各種講座・イベント等、幅広い用途に対応しており、地域住民の交流や学習の場として重要な役割を果たしています。今回は本施設で実施している講座をご紹介します。

外観▶



◀アリーナ

大会議室▶



函館市 施設探訪

Vol.20

市内の施設と今月の
イベント情報をお届け

快適フィットネス教室

日常生活を快適に過ごすための体力づくりを指導します。難しすぎず、簡単すぎない運動を飽きずに続けられるようサポートします。

▶開催日 R8.4～R9.3の月曜 全40回

※5月は11・18・25日開催

▶時間 14:00～15:00 ▶定員 30人

▶料金 32,000円(4回払)

※4・7・10・1月の初回に徴収。返金不可。

◎途中入退講が可能です。詳しくはお問合せください。



▲快適フィットネス教室の様子

健康マージャン講座

健康マージャンで楽しく脳を使って『認知症予防』

▶開催日 R8.4～R9.3の金曜 全36回

※5月は7・14・28日の木曜に開催

▶時間 10:00～12:00 ▶定員 10人

▶料金 28,800円(4回払)

※4・7・10・1月の初回に徴収。返金不可。

◎途中入退講が可能です。詳しくはお問合せください。

HP

このほか施設に関する
情報はHPをご確認ください▶



サン・リフレ函館のおすすめ

旧労働会館からの流れをくむカフェ&レストラン「ROKAN」には、看板メニューの「あんかけ焼きそば」「究極のシーフードオムライス」等を求めて常連客らが足を運んでいます。



♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪ 施設情報 ♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

▶開館時間 9:00～21:00

▶定休日 第3木曜、年末年始

▶問合せ サン・リフレ函館 ☎23-2556