

健康でたくましく(スポーツ・レクリエーション)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
	①全般	親子運動あそび	5/9、7/11、9/12(金) 10:30～11:20	亀田交流プラザ 児童コーナー	対:幼児とその保護者 定:15名 費:無料 申:初回は4/5(土)11:00～ 以降、前回教室後～ 定員に達するまで	亀田交流プラザ 児童コーナー Tel. 86-6828
	①全般	親子体育教室(3歳以上の 未就学児とその保護者)	5月～7月 (火)・(木) 全10回 16:00～17:00	函館アリーナ	対:3歳以上の未就学児とその 保護者 定:30組 費:5,000円 申:4/1(火)～10(木) ※定員未満の場合、4/19(土)よ り会場窓口にて再募集。	函館アリーナ Tel. 57-3141 Fax. 57-3142
	①全般	わんぱく教室	5月～7月 (月) 全10回 16:15～17:15	函館アリーナ	対:小学1年～6年生 定:30名 費:3,500円 申:4/1(火)～10(木) ※定員未満の場合、4/19(土)よ り会場窓口にて再募集。	函館アリーナ Tel. 57-3141 Fax. 57-3142
	①全般	基礎体力UP!健康体操教室	5月～8月 (水) 全10回 13:30～15:00	函館アリーナ	対:一般(満18歳以上) 定:20名 費:5,000円 申:4/1(火)～10(木) ※定員未満の場合、4/19(土) より会場窓口にて再募集。	函館アリーナ Tel. 57-3141 Fax. 57-3142
★	②健康体操・スト レッチ	自立・生きがい教室 簡単筋トレ&ストレッチ	4/1～3/3 毎月第1火曜日 全12回 18:30～20:00	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:母子・父子家庭の父母お よび寡婦 定:12名 費:無料 申:3/4(火)～電話で	母子・父子福祉センター Tel. 27-8047
★	②健康体操・スト レッチ	自立・生きがい教室 気功・太極拳	4/2～9/17 毎月第1・3水曜日 全12回 18:30～20:00	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:母子・父子家庭の父母お よび寡婦 定:12名 費:無料 申:3/8(土)～電話で	母子・父子福祉センター Tel. 27-8047
★	②健康体操・スト レッチ	シニア健康づくり教室「楽し い脳トレ体操」	4/9、30(水) 全2回 13:30～14:30	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:60歳以上 定:50名 費:無料 申:3/5(水)～電話または窓口 で(申込順)	老人福祉センター Tel. 23-5997
★	②健康体操・スト レッチ	自立・生きがい教室 リラクセスヨガ(夜間)	4/9～3/11 毎月第2水曜日 全12回 18:30～20:00	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:母子・父子家庭の父母お よび寡婦 定:12名 費:無料 申:3/2(日)～電話で	母子・父子福祉センター Tel. 27-8047
★	②健康体操・スト レッチ	自立・生きがい教室 簡単体操	4/16～3/18 毎月第3水曜日 全12回 13:30～15:00	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:母子・父子家庭の父母お よび寡婦 定:12名 費:無料 申:3/7(金)～電話で	母子・父子福祉センター Tel. 27-8047
★	②健康体操・スト レッチ	自立・生きがい教室 フィットネス	4/17～3/19 毎月第3木曜日 全12回 18:30～20:00	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:母子・父子家庭の父母お よび寡婦 定:12名 費:無料 申:3/4(火)電話で	母子・父子福祉センター Tel. 27-8047
	②健康体操・スト レッチ	親子ヨガ	4/23、5/21、6/25、 7/23、8/27、9/24(水) 10:30～11:30	亀田交流プラザ 児童コーナー	対:幼児とその保護者 定:15名 費:無料 申:前回教室後～ 定員に達するまで	亀田交流プラザ 児童コーナー Tel. 86-6828
★	②健康体操・スト レッチ	自立・生きがい教室 リラクセスヨガ(午後)	4/24～3/26 毎月第4木曜日 全12回 13:00～14:30	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:母子・父子家庭の父母お よび寡婦 定:12名 費:無料 申:3/2(日)～電話で	母子・父子福祉センター Tel. 27-8047
★	②健康体操・スト レッチ	シニア健康づくり教室「シニ アのための健康体操」	5/14、6/11、7/9(水) 全3回 13:30～14:30	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:60歳以上 定:50名 費:無料 申:4/16(水)～電話または窓 口で(申込順)	老人福祉センター Tel. 23-5997
★	②健康体操・スト レッチ	函館市公民館講座「ヨガ講 座」	6/4(水)～7/16(水) 全7回 13:30～15:00	公民館	対:市内在住・在勤の成人 定:7名 費:教材費なし 申:4/23(水)9:00～5/28(水)ま で、電話で(申込順)	公民館 Tel. 22-3320
★	②健康体操・スト レッチ	シニア健康づくり教室「リス ムエクササイズ」	6/4、7/23(以上水) 全2回 13:30～14:30	函館市総合福祉 センター(あいよ る21)	対:60歳以上 定:50名 費:無料 申:5/14(水)～電話または窓 口で(申込順)	老人福祉センター Tel. 23-5997

健康でたくましく(スポーツ・レクリエーション)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
★	②健康体操・ストレッチ	シニア健康づくり教室「すこやか気功」	7/2, 8/6(以上水) 全2回 13:00～14:00	函館市総合福祉センター(あいよる21)	対:60歳以上 定:24名 費:無料 申:6/4(水)～電話または窓口で(申込順)	老人福祉センター Tel. 23-5997
★	②健康体操・ストレッチ	シニア健康づくり教室「ゆるやかヨガ」	8/20, 9/24(以上水) 全2回 13:30～14:30	函館市総合福祉センター(あいよる21)	対:60歳以上 定:24名 費:無料 申:7/23(水)～電話または窓口で(申込順)	老人福祉センター Tel. 23-5997
★	②健康体操・ストレッチ	シニア健康づくり教室「シニアのためのフィットネス」	9/10, 10/15(以上水) 全2回 13:30～14:30	函館市総合福祉センター(あいよる21)	対:60歳以上 定:25名 費:無料 申:8/6(水)～電話または窓口で(申込順)	老人福祉センター Tel. 23-5997
★	②健康体操・ストレッチ	美ボディGET! バレトン ～ソールシンセシス～	火曜日(月3～5回) 19:15～20:15	青年センター	対:市内在住・在勤の一般 定:25名 費:500円 申:電話または窓口で(申込順)	青年センター Tel. 51-3390
★	②健康体操・ストレッチ	心身からリラックス ヨガ教室	金曜日(月3回) 19:15～20:15	青年センター	対:市内在住・在勤の一般 定:20名 費:500円 申:電話または窓口で(申込順)	青年センター Tel. 51-3390
★	②健康体操・ストレッチ	ひめトレ&やさしいヨガ	金曜日(月2回) 14:00～15:00	青年センター	対:市内在住・在勤の女性 定:15名 費:500円 申:電話または窓口で(申込順)	青年センター Tel. 51-3390
★	②健康体操・ストレッチ	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	金曜日(月2回) 15:30～16:30	青年センター	対:市内在住・在勤の一般 定:14名 費:500円 申:電話または窓口で(申込順)	青年センター Tel. 51-3390
★	②健康体操・ストレッチ	夜活! 体幹トレーニング	土曜日(月2回) 19:15～20:15	青年センター	対:市内在住・在勤の一般 定:23名 費:500円 申:電話または窓口で(申込順)	青年センター Tel. 51-3390
★	②健康体操・ストレッチ	体調改善! 歪みを整える 背骨コンディショニング	日曜日(月1回) 10:15～11:15	青年センター	対:市内在住・在勤の一般 定:40名 費:500円 申:電話または窓口で(申込順)	青年センター Tel. 51-3390
	②健康体操・ストレッチ	文化教養講座 快適フィットネス	月曜 14:00～15:00予定 全20回	サンリフレ・函館	対:18歳以上 定:30名 費:14,000円 申:4/1(火)～18日(金) 窓口(申込順)	サンリフレ・函館 Tel. 23-2556
	②健康体操・ストレッチ	文化教養講座 よくばり健康フラヨガ	火曜 10:00～11:30予定 全30回	サンリフレ・函館	対:18歳以上 定:12名 費:21,000円 申:4/1(火)～18日(金) 窓口(申込順)	サンリフレ・函館 Tel. 23-2556
★	②健康体操・ストレッチ	美しく・若く・健康に! 自強術, ゆる体操, 室内も屋外もこれで安心! 転倒防止トレーニング, ストレッチDeスッキリボディ, 健康ヨガ, お仕事帰りの 癒しのヨガ				函館道新文化センター Tel. 32-5140 E-mail: dcc_hakodate@dcc.co.jp 35ページ参照
★	③水泳	市民水泳教室 (第1回) 午前の部・午後の部	4/11(金)～5/27(火) 〈全10回〉 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	市民プール	対:満18歳以上 定:午前の部40名 午後の部30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/18(火)～4/4(金) いずれも9:00～20:00に 窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	市民水泳教室 (第2回) 午前の部・午後の部	5/30(金)～7/4(金) 〈全10回〉 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	市民プール	対:満18歳以上 定:午前の部40名 午後の部30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:5/13(火)～5/27(火) いずれも9:00～20:00に 窓口受付 (申込順)	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)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
★	③水泳	市民水泳教室 (第3回) 午前の部・午後の部	7/11(金)～9/2(火) 〈全10回〉 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	市民プール	対:満18歳以上 定:午前の部40名 午後の部30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:6/24(火)～7/4(金) いずれも9:00～20:00に 窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	市民水泳教室 (第4回) 午前の部・午後の部	9/5(金)～10/21(火) 〈全10回〉 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	市民プール	対:満18歳以上 定:午前の部40名 午後の部30名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:8/12(火)～9/2(火)いづれ も9:00～20:00に窓口受付(申 込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	チャレンジコース (第1回)	4/11(金)～5/14(水) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:45名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/14(金)～4/4(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	チャレンジコース (第2回)	5/21(水)～6/27(金) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:45名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:5/2(金)～5/14(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	チャレンジコース (第3回)	7/2(水)～8/20(水) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:45名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:6/11(水)～6/27(金)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	チャレンジコース (第4回)	9/3(水)～10/10(金) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:45名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:7/30(水)～8/20(水)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	パラエティコース (第1回)	4/11(金)～6/20(金) 〈全10回〉 10:30～12:00	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/14(金)～4/4(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	パラエティコース (第2回)	7/4(金)～9/26(金) 〈全10回〉 10:30～12:00	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000 (別途保険料400円) 申:5/30(金)～6/20(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	少年少女わんぱく 水泳教室(第1回) 第1部・第2部	4/12(土)～6/8(日) 〈全12回〉 第1部 13:30～14:30 第2部 14:30～15:30	市民プール	対:小学生 定:各50名 費:4,200円 (別途保険料480円) 申:3/3(月)～3/12(水) 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	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	少年少女わんぱく 水泳教室(第2回) 第1部・第2部	6/14(土)～8/30(土) 〈全12回〉 第1部 13:30～14:30 第2部 14:30～15:30	市民プール	対:小学生 定:各50名 費:4,200円 (別途保険料480円) 申:5/3(土)～5/12(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	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	少年少女わんぱく 水泳教室(第3回) 第1部・第2部	9/6(土)～10/25(土) 〈全12回〉 第1部 13:30～14:30 第2部 14:30～15:30	市民プール	対:小学生 定:各50名 費:4,200円(別途保険料480 円) 申:7/25(金)～8/3(日)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	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)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
★	③水泳	サタディナイトコース (第1回)	4/12(土)～6/28(土) 〈全10回〉 19:30～20:40	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/8(土)～4/4(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	サタディナイトコース (第2回)	7/5(土)～9/27(土) 〈全10回〉 19:30～20:40	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:6/7(土)～28(土)9:00～20: 00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	きっちり4泳法 マスターコース(第1回)	4/16(水)～5/21(水) 〈全10回〉 10:30～12:00	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/12(水)～4/4(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	きっちり4泳法 マスターコース(第2回)	5/26(月)～7/2(水) 〈全10回〉 10:30～12:00	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:5/12(月)～5/21(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	きっちり4泳法 マスターコース(第3回)	7/7(月)～9/1(月) 〈全10回〉 10:30～12:00	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:6/23(月)～7/2(水)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	きっちり4泳法 マスターコース(第4回)	9/8(月)～10/20(月) 〈全10回〉 10:30～12:00	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:8/18(月)～9/1(月)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	きっちり4泳法 ナイトコース(第1回)	4/16(水)～6/25(水) 〈全10回〉 18:30～20:00	市民プール	対:満18歳以上 定:15名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/12(水)～4/4(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	きっちり4泳法 ナイトコース(第2回)	7/2(水)～10/1(水) 〈全10回〉 18:30～20:00	市民プール	対:満18歳以上 定:15名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:5/28(水)～6/25(水)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
	③水泳	幼児の水遊び教室 (第1回)	4/16(水)～6/25(水) 〈全10回〉 15:00～16:00	市民プール	対:4歳以上の未就学児 (H31.4.2～R3.4.1生) 定:30名 費:3,500円 (別途保険料400円) 申:3/3(月)～3/12(水) 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	市民プール Tel. 52-7452
	③水泳	幼児の水遊び教室 (第2回)	7/2(水)～10/29(水) 〈全10回〉 15:00～16:00	市民プール	対:4歳以上の未就学児 (H31.4.2～R3.4.1生) 定:30名 費:3,500円 (別途保険料400円) 申:5/17(土)～26(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。	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	ゆっくりゆっくり 水泳教室(第1回)	4/17(木)～5/26(月) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/13(木)～4/4(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	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)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
★	③水泳	ゆっくりゆっくり 水泳教室(第2回)	5/29(木)～7/3(木) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:5/12(月)～5/26(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	ゆっくりゆっくり 水泳教室(第3回)	7/14(月)～9/1(月) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:6/23(月)～7/3(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	ゆっくりゆっくり 水泳教室(第4回)	9/4(木)～10/9(木) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:8/18(月)～9/1(月)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	水中ウォーキング教室 (第1回)昼の部	4/17(木)～5/26(月) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:50名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:3/13(木)～4/4(金)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	水中ウォーキング教室 (第2回)昼の部	5/29(木)～7/3(木) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:50名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:5/12(月)～26(月)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	水中ウォーキング教室 (第3回)昼の部	7/14(月)～9/1(月) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:50名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:6/23(月)～7/3(木)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	水中ウォーキング教室 (第4回)昼の部	9/4(木)～10/9(木) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:50名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:8/18(月)～9/1(月)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	水中ウォーキング教室 (第1回)夜の部	4/17(木)～6/26(木) 〈全10回〉 18:30～19:45	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/6(木)～4/4(金)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	水中ウォーキング教室 (第2回)夜の部	7/3(木)～9/25(木) 〈全10回〉 18:30～19:45	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:6/5(木)～26(木)9:00～20: 00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	市民水泳50教室 (第1回)	4/21(月)～7/7(月) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円 (別途保険料400円) 申:3/10(月)～4/4/(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	市民水泳50教室 (第2回)	7/14(月)～10/6(月) 〈全10回〉 12:00～13:15	市民プール	対:満18歳以上 定:20名 費:5,000円(別途保険料400 円) 申:6/16(月)～7/7(月)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	③水泳	少年少女4泳法 マスターコース(第1回)	4/20(日)～8/3(日) 〈全10回〉 10:30～11:45	市民プール	対:小学3年生～中学3年生 定:20名 費:3,500円 (別途保険料400円) 申:3/3(月)～3/12(水)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	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)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
★	③水泳	少年少女4泳法 マスターコース(第2回)	8/17(日)～11/23(日) 〈全10回〉 10:30～11:45	市民プール	対:小学3～中学3年生 定:20名 費:3,500円(別途保険料400円) 申:7/7(月)～7/16(水)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	市民プール Tel. 52-7452
	③水泳	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)	コースにより曜日・時間 が決まっています	市民プール	対:幼稚園年中～一般 費:月会費2,500円～4,500円 (コースにより違います。傷害 保険料 など別途必要です) ※詳しくは、お電話でお問い合 わせください。	函館スイミングクラブ事務局 (渡部) Tel. 53-7479
★	③水泳	函館水泳指導委員会 スイミングスクール	通年 土曜日 18:00～19:30	市民プール	対:小、中、高校生 費:週1回 月 ¥2,500 週2回 月 ¥4,000 (保険料は会負担)	函館水泳指導委員会事務局 (松下) Tel. 080-3237-0710 E-mail: marine21@agate.plala.or.jp
★	④水泳(アクアビ クス等)	ウォータービクス教室 (第1回)	4/11(金)～5/27(火) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,400円(別途保険料400 円) 申:3/18(火)～4/4(金)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	ウォータービクス教室 (第2回)	5/30(金)～7/4(金) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,400円 (別途保険料400円) 申:5/13(火)～5/27(火)9:00 ～20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	ウォータービクス教室 (第3回)	7/11(金)～9/2(火) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,400円 (別途保険料400円) 申:6/24(火)～7/4(金)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	ウォータービクス教室 (第4回)	9/5(金)～10/21(火) 〈全10回〉 13:30～14:30	市民プール	対:満18歳以上 定:30名 費:5,400円 (別途保険料400円) 申:8/12(火)～9/2(火)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	ウォータービクスナイト教 室 (第1回)	4/16(水)～6/25(水) 〈全10回〉 20:00～20:40	市民プール	対:満18歳以上 定:40名 費:4,700円 (別途保険料400円) 申:3/12(水)～4/4(金)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
★	④水泳(アクアビ クス等)	ウォータービクスナイト教 室 (第2回)	7/2(水)～10/1(水) 〈全10回〉 20:00～20:40	市民プール	対:満18歳以上 定:40名 費:4,700円 (別途保険料400円) 申:5/28(水)～6/25(水)9:00～ 20:00に窓口受付(申込順)	市民プール Tel. 52-7452
	⑤球技	卓球教室	4/12、5/10、6/14、 7/12、8/9、9/13(土) 11:00～12:00	亀田交流プラザ 児童コーナー	対:小学生 定:なし 費:無料 申:不要 備:ホームページで詳細を確 認してから参加してください	亀田交流プラザ 児童コーナー Tel. 86-6828
	⑤球技	ジュニア室内サッカー教室	5月～7月 (月)・(金) 全10回 16:15～17:15	函館 アリーナ	対:小学1～3年生 定:30名 費:3,500円 申:4/1(火)～10(木) ※定員未満の場合、4/19(土) より会場窓口にて再募集。	函館アリーナ Tel. 57-3141 Fax. 57-3142
	⑤球技	ミニバスケット教室	5月～7月 (火)・(木) 全10回 16:15～17:15	函館アリーナ	対:小学4年～6年生 定:30名 費:3,500円 申:4/1(火)～10(木) ※定員未満の場合、4/19(土) ～会場窓口にて再募集。	函館アリーナ Tel. 57-3141 Fax. 57-3142
	⑤球技	文化教養講座 ポッチャ	水曜 10:00～12:00予定 全12回	サンリフレ・函館	対:18歳以上 定:12名 費:8,400円 申:4/1(火)～18日(金) 窓口(申込順)	サンリフレ・函館 Tel. 23-2556

健康でたくましく(スポーツ・レクリエーション)

※事業内容等は変更される場合がありますので、主催者までお問合せください。

※表示の説明 対:対象, 定:定員, 費:費用, 申:申込期間・方法, 備:備考

選択	区分	事業名	日時	会場	対象・費用等	問合せ先
	⑤球技	文化教養講座 健康卓球	金曜 午前10:00～12:00予定 全20回	サンリフレ・函館	対:18歳以上 定:30名 費:14,000円 申:4/1(火)～18日(金) 窓口(申込順)	サンリフレ・函館 Tel. 23-2556
★	⑤球技	令和7年度 第1期テニス教室	昼コース 10:00～12:00 夜コース 19:00～21:00 [各コース共通] 5月～6月(火・木) 全10回	千代台公園庭球場	対:一般(満18歳以上)の初級者・中級者 定:昼コース30名・夜コース40名 費:6,000円(別途傷害保険料400円) 申:詳細未定	屋外スポーツ施設管理事務所 Tel. 55-1900
★	⑤球技	令和7年度 第2期テニス教室	昼コース 10:00～12:00 夜コース 19:00～21:00 [各コース共通] 9月～10月(火・木) 全10回	千代台公園庭球場	対:一般(満18歳以上)の初級者・中級者 定:昼コース30名・夜コース40名 費:6,000円(別途傷害保険料400円) 申:詳細未定	屋外スポーツ施設管理事務所 Tel. 55-1900
★	⑥その他	太極拳 練功十八法(初級・中級・上級), ゆるゆると心と体をしなやかに 道教室, わずかな力で身を守る 護身合気道教室, スポーツウエルネス 吹矢, くるくる回ろう! プレイ キン			気功, 無双直伝英信流 居合	函館道新文化センター Tel. 32-5140 E-mail: dcc_hakodate@d- cc.co.jp 35ページ参照