

# 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)

講座・教室名	日時・会場	対象	定員	費用	申込み・問合せ(☎)など
同じ悩みを持つ者同士の心を開く時間 「ホッとたいむ(離婚・DV編)」	4月12日 午後1時半～2時半 ●女性センター	市内在住・在勤の 女性	10人 (申込順)	無料	3月12日午前10時から 電話または直接申込み
㊦大人のクラフト体験 口ザフィをつくってみよう!	4月5日・12日(全2回) 午後6時～8時 ●女性センター	市内在住・在勤の方	10人 (抽選)	教材費 1,000円	3月4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14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15日午前10時から HP、電話または直接申込み
㊦大人のクラフト体験 スイーツデコ教室	①4月20日 午前10時～正午 ②4月27日 午後6時～8時 ●女性センター		各10人 (抽選)	教材費 1,100円	3月19日午前10時から HP、電話または直接申込み
㊦いつでもどこでも手軽に出来る 「ゆる体操」でリラックス	①4月19日 午後1時半～2時半 ②4月23日 午後6時半～7時半 ●女性センター		各10人 (抽選)	無料	3月17日午前10時から HP、電話または直接申込み
土曜ぶちサロン ①絵本の読みきかせ等 ②親子リズム体操 ③ベビーマッサージ	①4月3日・17日 午前10時半～11時半 ②4月10日 午前10時半～11時半 ③4月24日 午前10時半～正午 ●女性センター	①未就学児と保護者 ②1～3歳の子と保護者 ③2か月～1歳未満の子 と保護者	①なし ②③各6組 (抽選)	①②無料 ③教材費 300円	①直接会場へ ②3月12日午前10時から ③3月26日午前10時から HP、電話または直接申込み
もの忘れカフェ 「おいしく食べて健康に」	3月20日 【講話】午後1時半～2時10分 【懇談】午後2時15分～3時半 ●あいよる21	市民	20人 (申込順)	無料	電話申込み 函館認知症の人を支える会 (27-4060・木曜午前10時～ 午後3時)
障害者デイスサービス 「視覚障害者対象水泳教室」	4月10日～7月17日の土曜日(全12回) 午前10時～正午 ●あいよる21	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、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) ※住民税課税額等により有料となる場合あり
障害者デイスサービス 「肢体・内部障害者対象初級パソコン教室」	5月14日～8月27日の金曜日(全15回) 午後6時半～8時半 ●あいよる21	18歳以上の肢体・ 内部障害者			
㊦リラックスヨガ教室 (午後・夜間)	【午後】4月～3月の第3木曜日 午後1時～2時半 【夜間】4月～3月の第1水曜日 午後6時半～8時 (各全12回) ●あいよる21	母子・父子家庭の親 (親子)、寡婦の方	各9人 (申込順)	無料	3月3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		10人 (申込順)	無料	3月10日午前9時から 電話または直接申込み
㊦書道教室(午後・夜間)	【午後】4月～3月の第2土曜日 午後1時～3時 【夜間】4月～3月の第4火曜日 午後6時半～8時半 (各全12回) ●あいよる21		各13人 (申込順)	無料	3月13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		9人 (申込順)	無料	3月4日午前9時から 電話または直接申込み
㊦文書デザイン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	母子・父子家庭の 親、寡婦の方	6人 (申込順)	4,100円程度	3月6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	3月14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	3組 (申込順)	無料	3月19日午前9時から 電話または直接申込み
㊦忘れない! 函館大火	3月19日 午後1時半～3時半 ●函館博物館	小学生以上の市民	20人 (申込順)	無料	3月3日午前9時から 電話申込み 函館博物館 (23-5480㊦月曜日)
㊦体調改善! 歪みを整える背骨コンディショニング	3月7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	市民	各15人 (申込順)	各500円	電話または直接申込み 青年センター (51-3390㊦水曜日)
㊦やる気の心理学講座	3月7日 午後3時～4時半 ●青年センター		10人 (申込順)		
㊦地球まるごとシリーズ ①フィリピン語②台湾語	①3月13日②3月21日 午前11時～正午 ●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@furuuru.or.jp ㊦月曜・祝日)
㊦地球まるごとシリーズ イタリア語	3月21日 午後2時～3時 ●ふるる函館				
㊦地球まるごとシリーズ ①タイ語②韓国語	①3月17日②3月24日 午後7時～8時 ●ふるる函館				