

# 講座・教室案内

④は「まなびと広場」選択科目です。  
 ⑤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シエスタハコダテ4階）

講座・教室名	日時・会場	対象	定員	費用	申し込み・問合せ(☎)など
④就職のためのパソコン講座「ワード」8回コース	6月2日～7月21日(毎週金曜日) 午後6時半～8時 ●女性センター	市内在住の求職者	6人(抽選)	無料	5月6日午前10時からHP、電話または直接申込み
女性の精神科医による女性のためのこころとからだの相談	6月7日 午後2時～4時 ●女性センター	市内在住・在勤の女性	4人(抽選)	無料	5月8日午前10時から電話または直接申込み
食品衛生責任者養成講習会	5月25日 午前10時～午後5時半 ●市民会館	18歳以上の方	50人(申込順)	8,500円	5月11日から、電子メールまたはFAXで函館食品衛生協会(55-6898 ☎55-0577 ☒hakodateshokukyo@ncv.jp 困土曜・日曜・祝日)へ
水上安全法短期講習	5月30日 午後6時半～8時 ●市民プール	15歳以上の方	20人(申込順)	無料	申込み不要(直接市民プールへ)
コアトレ部	4月～3月の第1火曜日(全20回) 午後7時～8時半 ●あいよる21	母子・父子家庭の親・親子、寡婦の方	12人(申込順)	無料	電話または直接申込み
気持ちのいい衣類の持ち方・手放し方～たくさんあっても着る身はひとつ!～	6月24日 午後1時～3時 ●あいよる21	母子・父子家庭の親、寡婦の方	20人(申込順)	無料	5月31日まで電話または直接申込み
料理に使ってみよう!ハーブ&スパイス	5月22日 ①午前11時～正午 ②午後6時半～7時半 ●Gスクエア	市民(中学生以下は保護者同伴)	各5人(申込順)	1,500円 ※前日・当日キャンセルはキャンセル料が発生します	電話または直接申込み
歌楽ひろば～歌でいきいき、楽しい時間を～	5月11日・25日 ①午前11時～正午 ②午後1時半～2時半 ●Gスクエア	市民	各30人(申込順)	各350円(飲み物付)	Gスクエア(35-4000)
定期普通救命講習	5月10日・17日・24日・31日 午後1時半～4時半 ●消防本部	市内在住・在勤の方	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
渡り鳥の観察会	5月13日 午前9時半～正午 ●博物館・函館公園・函館山	市民	20人(申込順)	無料	5月2日午前9時から電話申込み
美ボディGET! パレトン～ソールシンセシス～	5月9日・16日・23日・30日 午後7時15分～8時15分 ●青年センター	市民	各回25人(申込順)	各回500円	電話または直接申込み
④どんな野菜もかんたん調理! 野菜ソムリエの料理教室～セロリ編～	5月13日 午後2時～4時 ●青年センター	市内在住・在勤の方	12人(申込順)	1,200円	電話または直接申込み ※申込みは5月5日まで
④心身からリラックスヨガ教室	5月12日・19日・26日 午後7時15分～8時15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
④地球まるごとシリーズ【第1期】多言語講座 ①韓国語 ②イタリア語 ③フィリピン語	①5月17日 午後7時～8時 ②5月28日 午後6時～7時 ③5月30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(開催日程は変更の可能性あります。)
④地球まるごとシリーズ【第1期】多言語講座 ①英語 ②台湾語	①5月13日 午後2時～3時 ②5月28日 午前10時半～11時半 ●ふるる函館	市民	各15人(申込順)	各1,000円	ふるる函館(23-5961) ☒info@fururu.or.jp 困月曜・祝日
④ふるる函館わくわくキャンプ(日帰り②)「ふるる体験チャレンジ」	6月10日 午後1時～4時 ●ふるる函館	小学生	50人(申込順)	500円	5月14日午前8時45分から電子メールで申込み
④初心者弓道教室	6月6日～11月28日の毎週火曜日(全25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	若干名(申込順)	月3,000円(他保険料等)	5月1日から26日まで電話申込み(午前10時から午後8時半まで)

特集

市政情報

健康情報

講座・教室案内

暮らしのご案内

心の繋がり・高齢者配食サービス  
**高齢者様のご自宅まで無料でお届けします!**  
**TEL.0138-83-1298**  
 普通食 一般のご高齢者や生活習慣が気になる方におすすめです!  
**ライフデリ函館・北斗店** 初回限定無料試食  
 北斗市本町4丁目12-39 株式会社グランフーズ  
 配達エリア: 函館市・北斗市(函館市内・北斗市内で一部配達できない地域があります)  
 休業日: 年中無休(お正月3が日のお休み)

ご家庭から企業までお困り事を便利屋がまるっと解決!!  
**「片付け」と「買取り」の両方をワンストップで!!**  
 生前・遺品整理 ● 不用品の買取り・引取り ● 低料金  
 空き家管理 ● 店じまいの際の片付け・買取り ● スピード対応  
 ● 丁寧な仕事 ● 女性スタッフ対応  
 その他なんでもご相談ください! お問い合わせ・ご依頼はお気軽に!  
**通話無料** フリーダイヤル **0120-971-663** 見積無料  
 運営 合同会社 ME グループ  
 【便利屋サービス】 函館市田家町1番11号【りさいくるん】 函館市田家町1番11号  
 ■古物商 北海道公安委員会 第112020000333号