

### ボーイスカウト

12歳以上以上の男女  
☎電話で下関第7団事務局  
局(☎090-9504-9907)、  
下関第11団事務局  
(☎246-1860)へ。

### ガールスカウト

12歳中児以上の女性  
☎電話で山口県第30団  
事務局(☎252-3161)へ。

### 海洋少年団

市内在住、在学の  
小学2年生～6年生  
☎電話で海洋少年団  
(☎090-1356-1223)へ。

### ユーパル下関 (☎267-1146)

- ▷ラージボール卓球教室
- ▷めざまのヨガ
- ▷ストレッチーズと健康体操
- ▷「胡先生の」家庭でつくれる薬膳中国料理
- ▷旬の食材アイデア料理
- ▷簡単お家で手作りパン
- ▷おいしく健康に韓国料理

### 勤労福祉会館 (☎223-2171)

- ▷バレエストレッチ教室
- ▷ふれあい卓球教室
- ▷韓国語講座
- ▷宅地建物取引士講座
- ▷FP2・3級試験対策講座



### アクティブセンター (☎248-5510)

- ▷からだ調整ヨガ
- ▷太極拳(初心者コース)
- ▷茶道教室(表千家)
- ▷英会話ビギナーズ
- ▷お腹すっきり! 骨盤体操
- ▷坂田輝美のヨガ

### 韓国語・韓国文化講座 下関韓国教育院(☎268-1404)

教室名	期間	場所	料金
韓国語初級・中級・上級 韓国文化講座など	4月～3月	下関韓国教育院 (東大和町二丁目)、 小野田、宇部、山口	50分講座 5,000円/年 90分講座 1万円/年 ※光熱費として

☎講座の種類、日時、場所を下関韓国教育院に確認の上、申し込みを。

### ユネスコ英会話教室 生涯学習課(☎231-2054)

クラス	期間	曜日	時間	料金
A 上級	前期 4月～9月 後期 10月～3月	金	10:30～11:50	受講料 4,500円/月 会費等 4,000円/年
B 中級			12:00～13:20	
C 初級(進級)			13:30～14:50	
D 初級(基礎)			15:00～16:20	

勤労福祉会館 ※見学ができます

☎往復はがきで、☎(11☎)と希望クラスを生涯学習課(☎751-0830  
幡生新町1番1号)へ。

### 水泳教室 菊川温泉プール(☎288-2022)

対象	期間	曜日	時間	定員	料金
小学生	4/8～10/21	土	10:10～11:00	16人	1万7,000円/全20回
			11:10～12:00	16人	
			12:15～13:05	12人	
幼児 (年少～年長)	4/10～6/26	月	15:40～16:30	12人	1万2,000円/全12回

菊川温泉プール

☎3月15日(水/必着)までに、直接か往復はがきで、☎(11☎)を  
菊川温泉プール(☎750-0317菊川町大字下岡枝547番地1)へ。





# Lesson from Spring

—春から始める習い事—

## 下関市体育館(☎231-2721)

教室名	対象	期間	曜日	時間	定員	料金	申込期限
リンパコンディショニング	18歳以上	4/4~3/19	火 (第1・第3)	10:30~11:30	10人	1,500円/月	3/25
健康なカラダづくりにトライ	18歳以上	4/7~3/15	金 (第1・第3)	13:30~14:30	10人	1,400円/月	随時
姿勢コンディショニング	18歳以上	4/11~3/26	火	14:00~15:00	10人	800円/回	3/20

☑️ヨガマット、運動可能な服装 ☑️直接か電話で

## セービング陸上競技場(☎231-2724) ※太極拳教室は下関市体育館へ問い合わせ

教室名	対象	期間	曜日	時間	定員	料金	申込期限
ランニングスポーツクラブ	小学1年生~ 6年生	4/4~3/26	火	17:00~18:00	20人	700円/回	随時
足腰を鍛えるやさしい太極拳教室	18歳以上	4/7~3/15	金	15:00~16:00	15人	600円/回	3/20

☑️運動可能な服装 ※太極拳教室はヨガマット ☑️直接か電話で

## 長府体育館(☎245-5010)

教室名	対象	期間	曜日	時間	定員	料金	申込期限
いきいき体操	65歳以上	4/6~3/21	木 (第1・第3)	13:30~14:30	15人	1,000円/月	随時
ヨガ教室	18歳以上	4/6~3/28	木	13:30~14:30 19:15~20:15	10人 10人	3,000円/月	3/15
ラクに歩けるカラダづくり	18歳以上	4/7~3/15	金 (第1・第3)	9:30~10:30	10人	1,500円/月	3/25
いつまでも動けるカラダづくり	18歳以上	4/13~3/28	木 (第2・第4)	10:30~11:30	10人	1,500円/月	3/25

☑️ヨガマット、運動可能な服装 ☑️直接か電話で

## 彦島体育館／彦島地区公園多目的広場(☎FAX266-2226)

教室名	対象	期間	曜日	時間	定員	料金	申込期限
おげんき体操2023	18歳以上	4/6~3/28	木	14:00~15:00	25人	1,200円/月	随時
子供ミニトランポリン運動教室	幼児 (年中・年長)	4/7~3/15	金 (第1・第3)	15:45~16:45	10人	前期 6,000円/全10回 後期 6,000円/全10回 体験 800円/回	随時
	小学生			17:00~18:00	15人		
ホークスキップズ ベースボールスクール	幼児 (年少~年長)	4/7~3/29	金	16:00~17:00	20人	5,500円/月	随時
	小学1年生~ 3年生			17:10~18:40	20人	6,600円/月	

☑️運動可能な服装 ☑️直接か電話、ファクスで。 ※ホークスキップズは電話のみ