

生涯学習スポーツ振興課の7月事業予定について

生涯学習関係（生涯学習スポーツ振興課）

	日	曜日	時間	行 事 名	場 所	参加予定者数	
1	27	月	13時30分から 15時30分	だれでも学べる機会の提供事業 カメライベント	障害保健福祉センター	1回	16
2	28	火	13時00分から 15時00分	子ども向け麻雀体験会	生涯学習センター	1回	24

スポーツ関係（生涯学習スポーツ振興課）

	日	曜日	時間	行 事 名	場 所	参加予定者数	
1	8	水	16時30分から 17時30分	障がい者サッカーチャレンジひろば	スポーツセンター サブアリーナ	1回	10
2	11	土	10時00分から 16時00分	スポーツボランティア養成講座 ボート・スポーツ・サポーターズクラブ	スポーツセンター 会議室	1回	10

生涯学習関係（指定管理者）

別紙のとおり

スポーツ関係（指定管理者）

別紙のとおり

「だれまな」・・・“だれでも学べる機会”の提供事業

< 地域交流イベント >

なつやす
夏休み企画！

カメラマン体験

～カシャッと切り“撮る”その一瞬～

あなたの宝物・大切な人を、デジタル一眼レフカメラで撮影してみませんか？
会場にスタジオセットを設置。後日、お気に入りの一枚を記念にプレゼントします。

日時

令和8年 7月 27日 (月) 13:30～15:30

講師

横山 聡氏 (カメラマン)

対象

どなたでも

スマホカメラでは
味わえない
感動をぜひ！



会場

障害保健福祉センター (芝1-8-23)
6階 多目的体育室

定員

10組程度 (抽選) 個人・グループ問わず

費用

無料 (カメラは当日、貸出しします)

申込み

申込み締切日 **令和8年 6月 30日 (火)**

電話・FAXまたはメールで下記へお申込みください。

備考

参加にあたって、配慮が必要な方は
事前にお問い合わせください。

【交通機関】

電車

- JR浜松町駅 南口改札 徒歩10分
- 浅草線・大江戸線 大門駅 A1出口 徒歩10分
- 三田線 芝公園駅 A1出口 徒歩10分

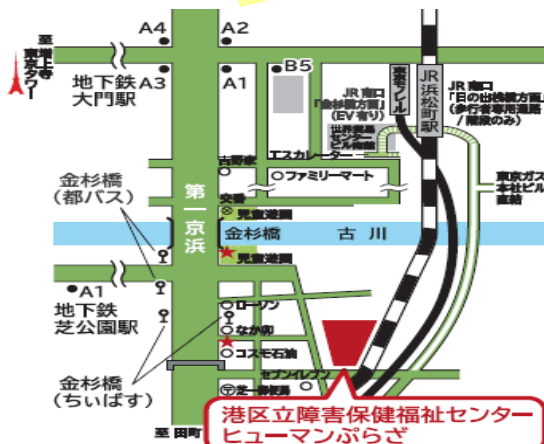
バス

- 都バス(都06)金杉橋バス停 徒歩5分
- 港区コミュニティバス(ちいばす) 芝ルート 金杉橋バス停 徒歩3分

※昨年度 参加者作品



← 小学生が
撮影しました！



★は案内看板です

申込み・問合せ先 港区立障害保健福祉センター

TEL: 03-5439-2511 FAX: 03-5439-2514

メール: minato-chi@yuai.or.jp

参加費
無料

子ども向け

麻雀体験会 参加者募集します

専門講師による子ども向けの麻雀教室です！

麻雀を通じて楽しみながら、論理的思考力や集中力、コミュニケーション力、数的感覚などを学べます！

参加要件

麻雀未経験の
区内在住、在学の小学生・中学生

小学生は、保護者による送迎が
必須です。

定員

各回24名
(応募多数の場合は抽選)

場所

生涯学習センター
港区新橋3-16-3

申込みフォーム

期間

6月26日(金曜日)～
7月10日(金曜日)まで

開催日

希望する日にちを
第1～第3候補まで選んでください。

開催時間 13時～15時

- ① 7月28日(火曜日) ④ 8月23日(日曜日)
- ② 8月 5日(水曜日) ⑤ 8月29日(土曜日)
- ③ 8月 8日(土曜日) ⑥ 8月30日(日曜日)

Web

こちらのQR
コードを読み取
り、お申し込みく
ださい。



問合せ

港区 教育委員会事務局教育推進部
生涯学習スポーツ振興課

☎ 03-3578-2741



つながる港、つなげる未来

港区は令和9年3月15日に
区政80周年を迎えます

令和8年7月事業予定(キスポーツ誌掲載記事)

1 みなとユネスコ協会連携講座

「ゆかた着付け体験教室」

キスポーツ誌6号(6月5日発行)

体験

12 体験 **港ユネスコ協会連携講座**
ゆかた着付け体験教室
 手ぶらで浴衣デビュー

【日 時】 7/4(土)13:00~15:00
【会 場】 生涯学習センター(ばるーん) 203学習室
【講 師】 磯部文子
【対 象】 どなたでも
【定 員】 10人(先着順)
【費 用】 1,500円(浴衣レンタル&クリーニング代含む)
【申込み】 右記の二次元コードからお申込みください。
【申込期間】 6/5(金)~
【問合せ】 港ユネスコ協会 ☎03(3434)2300
 (祝日を除く 火~金10:30~17:00)
 HP: <http://minato-unesco.jp>


港ユネスコ協会

2 まなマルシェ DAY 企画発表!

「スキ」がふみだす地域デビューin港区

キスポーツ誌6号(6月5日発行)

講座

4 講座 **まなマルシェ DAY 企画発表!**
「スキ」がふみだす地域デビュー in 港区

地域の方が自分の興味や関心があることをテーマに自分らしい地域との関わりについてアイデアを発表します!人と地域がゆるやかにつながる「地域デビュー」を一緒に考えてみませんか?

【日 時】 7/6(月)19:00~20:30 (18:30受付開始)
【会 場】 生涯学習センター(ばるーん) 101学習室およびZoomのハイブリッド開催



【ゲスト】 新橋ぶらっとホーム、芝の家、NPO法人みなと外遊びの会
【ファシリテーター】 井上寛美(つなぐみ合同会社代表)
【対 象】 港区在住・在勤・在学者(小学5年生以上)
 ※小・中学生は、保護者同伴
【定 員】 20人(抽せん) **【費 用】** 無料
【申込み】 当財団HPからお申込みください。
【締切り】 6/29(月)
【問合せ】 生涯学習センター(ばるーん) ☎03(3431)1606



申込み

3 ばるーんゼミナール これからの暮らしに役立つ

投資信託・NISA 超入門

キスポーツ誌6号(6月5日発行)

講座

5 講座 **ばるーんゼミナール**
これからの暮らしに役立つ
投資信託・NISA 超入門

「資産運用って難しそう…」そんな方にぴったり!無理なく続けられる第一歩として、投資信託の基礎知識や自分に合った利用法を学びます♪(全2回)



【日 時】

回	日	時間	内容
第1回	7/15(水)	19:00~21:00 (18:30受付開始)	資産運用の基本と投資信託の選び方
第2回	7/29(水)		自分に合った、NISA、iDeCoの利用方法

【会 場】 生涯学習センター(ばるーん) 101学習室
【講 師】 NPO法人金融と証券を学習する会 証券カウンセラー
【対 象】 港区在住・在勤・在学者
【定 員】 45人(抽せん)
【費 用】 1,000円(全2回)
【申込み】 当財団HPまたはハガキに **申込み必要事項** と申込み理由を明記のうえ、〒105-0004 港区新橋3-16-3 生涯学習センター「ばるーんゼミナール」係まで。
 ☎03(3431)1606
【締切り】 7/1(水)必着


申込み

4 桜田学校課外授業!夏休み企画

「昭和のなつかし遊び縁日」

キスポーツ誌6号(6月5日発行)

体験

15 体験 **桜田学校課外授業!夏休み企画**
「昭和のなつかし遊び縁日」

独楽や折り紙、千代紙など、懐かしい遊びを一緒に楽しみなながら、世代を超えた交流と昔のくらしの知恵に触れてみましょう。



【日 時】 7/29(水)10:00~11:30 (9:45受付開始)
【会 場】 生涯学習センター(ばるーん) 101学習室
【協力団体】 港区語り部の会
【対 象】 港区在住・在学の小学生
【定 員】 30人(抽せん)
【費 用】 500円 ※お一人様1人分まで申込可
【申込み】 当財団HPからお申込みください。
【締切り】 7/3(金)
【問合せ】 生涯学習センター ☎03(3431)1606


申込み

ゆかた

着付け体験

手ぶらで浴衣デビュー

日にち：2026

7月4日（土）

13:00~15:00



場所：港区新橋3-16-3

港区生涯学習センター203号室

講師：磯部文子先生

定員：10名(先着順で定員になり次第締切)

会費：1,500円（浴衣レンタル&クリーニング代含む）

用意：浴衣の下に タンクトップ、半ズボンを着用

申し込みQRコードより：港ユネスコ協会

URL:<http://minato-unesco.jp>

03-3434-2300 Email:info@minatounesco.jp

受付時間：火～金曜日午前10:30～午後17:00



これからの暮らしに役立つ 投資信託・NISA 超入門

「資産運用って難しそう…」そんな方にぴったり！無理なく続けられる第一歩として、
投資信託の基礎知識や自分に合った利用法を学びます♪（全2回）



▼お申込みはこちら▼



※個別銘柄等の推奨はいたしません。

回	日程	内容	時間
第1回	7/15(水)	資産運用の基本と投資信託の 選び方	19:00～21:00 (18:30受付開始)
第2回	7/29(水)	自分に合った、NISA、iDeCo の利用方法	

【会場】港区立生涯学習センター（ばるーん）1階 101学習室

【講師】NPO法人金融と証券を学習する会 証券カウンセラー

【定員】45人 ※応募者多数の場合、抽せん

【対象】港区在住・在勤・在学者 【費用】1,000円（全2回／当日支払い）

【申込】①～③のいずれかで、**7月1日(水)**までにお申し込みください。（**必着**）

①ホームページ…上の二次元コードから申込み

②FAX……チラシ裏面に必要事項とご自身のFAX番号を明記のうえ、送信

③ハガキ……氏名（フリガナ）、年齢、電話番号、郵便番号

住所（在勤の方は会社名・所在地／在学の方は学校名）

申込理由、講座を知ったきっかけを明記の上、郵送

【問合せ・申込先】港区立生涯学習センター「ばるーんゼミナール」係

〒105-0004 港区新橋3-16-3 ☎:03(3431)1606／FAX:03(3431)1619

生涯学習センター宛

FAX 03-3431-1619

申込用紙(枠内にすべてご記入ください)

※お申し込みの際には必ず下段の「取得した個人情報の取り扱いについて」をお読みください。

該当する□にチェックを入れてください。

「取得した個人情報の取り扱いについて」 □同意して申し込みます □同意しない(申し込みできません)

講座名 これからの暮らしに役立つ投資信託・NISA 超入門

フリガナ

氏名

歳代

住所

電話番号

FAX

※港区在勤の方は会社名・所在地を記入ください。

メールアドレス

申込理由

講座を知ったきっかけ

☐ キスポーツ誌

☐ 財団ホームページ

☐ チラシ・ポスター

☐ 友人・知人を通して

☐ インスタ・X

☐ 講師の紹介

【アクセス】

【JR】新橋駅下車 烏森口徒歩3分

【地下鉄】浅草線・銀座線・ゆりかもめ:新橋駅下車 JR乗換口徒歩4分

三田線:内幸町駅下車 A1出口徒歩10分

【港区コミュニティバス(ちいばす)】

芝ルート58番「新橋駅」下車徒歩4分/85番「烏森神社」下車徒歩1分

※駐車場はありませんので、公共交通機関のご利用をお願いいたします。
「取得した個人情報について」

●取得した個人情報は、この事業の運営のために利用します(DMの送付を含みます。)。また、記録のための写真撮影、録音、録画の実施及び本人の同意のうえでの情報誌への掲載(ただし、本人の同意がない場合でも写真を掲載する場合は、個人を特定できない状態のものを掲載する場合があります。)を行うことがあります。●取得した個人情報は前述の利用目的の範囲内で共催者等に提供することがあります。●取得した個人情報をご提供は任意です。ただし、必要な個人情報のご提供がない場合は、この事業に参加できない場合があります。●個人情報の利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、消去及び第三者への提供の停止を求めることができます。●事業へ応募した時点で前述の内容に同意したものとみなします。

個人情報の取り扱いに関するお客様相談窓口

公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団 企画経営課

Tel:03(5770)6831 FAX:03(5770)6884 メール:fureai-info@kissport.or.jp

個人情報保護管理者 当財団 企画総務部長

●生涯学習センター(ばるーん)
新橋3-16-3





令和8年度 まなマルシェDAY



「スキ」が、ふみだす 地域デビュー in 港区



～区民27万人のつながりについて考える～



自分の趣味や関心のある「スキ」なことをテーマに
港区の住民・在勤・大学生などのメンバーが
自分らしい地域との関わり方のアイデアを発表します！



5/11よりスタート！

まなマルシェの進み方

地域で活動しているゲストの
方々もお呼びします♪

今回のまなマルシェでは、「地域デビュー」のアイデアをみんなで考えました。

企画の発表会＝「まなマルシェDAY」にぜひ一緒にご参加してみませんか？

一般参加者募集中！



①自分の「スキ」なことや
アイデアを仲間とシェア！



②ゲストのお話をききながら
グループで企画中！



③企画の発表会「まなマルシェDAY！」
参加者みなさんで意見交換を行います！

地域への一步を踏み出すヒントを探しに、気軽にのぞいてみませんか？

日時

2026年 7月6日 月 19:00～20:30
(18:30受付開始)

会場

港区立生涯学習センター101学習室 & Zoom配信

定員

20人
(抽せん)

参加費

無料

対象

港区在住・在勤・在学者
(小学5年生以上／小・中学生は保護者同伴)

申込

HPから6月29日(月)までにお申し込みください。➤

※ご希望の参加方法、101学習室またはZoom配信を選択ください。

▼詳細・申込み▼



これまでの活動の様子も
掲載しています♪

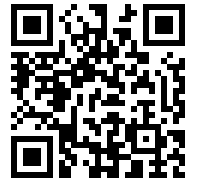


令和8年度 まなマルシェDAY



▼詳細・申込み▼

6/29(月)必着



「スキ」が、ふみだす 地域デビュー in 港区

～区民27万人のつながりについて考える～



まなマルシェとは？

まなマルシェを通して社会に参加したい人や、自らの学びの成果を生かしたい人が集い、人と人がつながる学びの循環の仕組みをつくることを目的としています。また、学びの循環によって、世代を超えたつながり・生きがいを創出し、地域での居場所づくりや地域コミュニティの活性化を図ることを目的としています。

地域で活動しているゲストの皆さん

1 新橋ぷらっとホーム



「新橋ぷらっとホーム」は、鉄道発祥の地・新橋で、ヒト・街・時間・想いをつないで、未来への架け橋“新たな新橋のプラットフォーム”となることを願って名付けられました。2022年12月に地域活性化の拠点として誕生し、街の人々が気軽に集い、情報発信やイベントを通じて日々新たなつながりが生まれています。

2 芝の家



まちの交流拠点。港区芝地区総合支所による公設民営の地域の居場所事業です。誰かの家を訪ねるような感じでふらっと立ち寄ると、乳幼児連れの方から放課後は小学生、そして大学生や大人の方がそれぞれ思い思いに過ごされています。けん玉やベーゴマ、ボードゲーム、本棚、無料のお茶、駄菓子とセルフサービスのコーヒー（有料）などもあります。

3 NPO法人みなと外遊びの会



みなととは、港区と協働し「子どもの遊びを真ん中にした」地域コミュニティをつくる団体です。高輪森の公園、亀塚公園などでプレーパークを行っています。運営は、もともと遊びにきていた保護者や地域に貢献したいシニアの方など地域住民が中心となって運営しています。外遊びを通して多世代・多様なコミュニティをつくることで、豊かなまちづくりを応援します。



ファシリテーター

井上 寛美
(つなぐみ合同会社 代表)



アドバイザー

坂口 緑
(明治学院大学社会学部 教授)



アクセス

JR／新橋駅下車 烏森口徒歩3分
地下鉄／浅草線・銀座線・ゆりかもめ：新橋駅下車 JR乗換口徒歩4分
三田線：内幸町駅下車 A1出口徒歩10分
港区コミュニティバス（ちいばす）／
芝ルート58番「新橋駅」下車徒歩4分 85番「烏森神社」下車徒歩1分
※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

まなマルシェの活動の
様子も発信中です♪

Instagram



X



【申込み・問合せ先】港区立生涯学習センター「まなマルシェ」係 電話：03-3431-1606 FAX：03-3431-1619

【主催】港区立生涯学習センター（指定管理者：公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団）

小・中学生集まれ！
夏休み企画！

令和8年度
(第4回)

桜田学校

課外授業

さくらだがっこう

かがいじゅぎょう

昭和のなつかし遊び縁日

コマや折り紙、ベーゴマやおはじきなどなつかしい遊びを一緒に楽しみながら、世代を超えた交流と昔の暮らしの知恵に触れてみましょう。

7/29 水 10:00～11:30
101学習室

対象：港区在住・在学の小学生
協力団体：港区語り部の会
費用：500円
定員：30人 ※抽せん



メディアリテラシー 情報×法律を考えよう

インターネットやSNSで情報を受け取り、発信する場面を想定し、表現の自由やプライバシー、情報の信頼性などについて、多様な視点を具体例から学びます。自ら考え、見極める力を育てるプログラムです。

8/3 月 10:00～12:00
101学習室

対象：港区在住・在学の小学4年生～6年生
講師：第二東京弁護士会 法教育の普及・推進に関する委員会に所属する弁護士
費用：500円
定員：30人 ※抽せん



おいしいバナナの向こう側

日本の私たちが一番多く食べている果物「バナナ」。その作り手の環境や暮らしを考えたことはありますか？クイズとロールプレイでのミニお芝居を通して、生産者や消費者いろいろな立場を体験！貿易の仕組みから国際社会の不均衡、市民の声からはじまったフェアトレードへと踏み込みます。

8/4 火 10:00～12:00
101学習室

対象：港区在住・在学の小学3年生～中学3年生
講師：成瀬 悠（NPO 法人ハロハロ）
費用：500円
定員：30人 ※抽せん



フェアトレードバナナの試食があります

ホームページから7/3 金 までにお申込みください。

〔その他〕※連続講座ではありません。ご希望の講座を選択してください。

※対象や金額などが異なりますので、必ず内容をご確認の上お申込みください。

※1回の申込につき1名様まで申込可能です。

※当講座を広く知っていただくために、講座を撮影しSNS等に掲載いたします。あらかじめご了承ください。

〔主催・問合せ〕 港区立生涯学習センター（ばるーん）（指定管理者：公益財団法人港区スポーツふれあい文化健康財団）

〒105-0004 港区新橋 3-16-3 「桜田学校課外授業」係まで 電話：03-3431-1606 FAX：03-3431-1619

▼申込みはこちら▼



さくらだがっこうかがいじゅぎょう

桜田学校課外授業

申込みはこちら
7/3 まで



桜田学校課外授業とは？

「桜田学校課外授業」は、子どもたちの学びの幅を広げ、自ら考え行動する力を育てることを目指しています。日常の授業では得られない経験や知識を積むことができる場を提供したり、子どもたちが興味を持つテーマに積極的に取り組める機会を作ることがその目的の一環です。そして港区立生涯学習センターでは「学ぶことは楽しい」と感じられる環境作りを心がけています。



「昭和のなつかし遊び縁日」協力団体

港区語り部の会（みなとくかたりべのかい）

港区を中心とした歴史・文化・風土・生活習慣を次世代に伝えることを目的として、2001年に結成。小学生や港区平和青年団など若い世代の人々に向け、昔の生活道具や遊び、自らの戦争体験などを語り継ぐ活動を行っている。現在は7名が在籍。



「メディアリテラシー～情報×法律を考えよう」講師

第二東京弁護士会 法教育の普及・推進に関する委員会に所属する弁護士

第二東京弁護士会 法教育の普及・推進に関する委員会は、自由で公正な社会の担い手を育てるため教育機関等と連携を図りながら、主として小学校・中学校・高校等の教育現場における法教育の実践を支援する活動を行っている。具体的には、学校等に弁護士を講師として派遣する「デリバリー法律学習会（出前授業）」、生徒達を引率して裁判を傍聴し解説を行う「裁判傍聴」学校の休暇期間に会館に子どもたちを招いて法教育企画を実施する「ジュニアロースクール」を開催するとともに、子どもの権利に関する委員会と共同で、全校型いじめ予防授業の開発・実践を行っている。



「おいしいバナナの向こう側」講師

成瀬 悠（なるせ はるか）／NPO 法人ハロハロ事務局長

1981年千葉県生まれ。青山学院大学日本文学部卒。印刷会社に3年勤務した後、カナダ・バンクーバーにワーキングホリデーで1年滞在。帰国後、今一生著『社会起業家に学べ！』と出会い、社会起業を志す。フィリピンのNGO L00Bのワークキャンプ参加をきっかけにNPO活動をスタート。フェアトレード品販売から、少額資金融資、教育支援、環境、国際交流など人づくりと組織づくりを軸に事業を展開。千葉県と港区でも、エシカルなまちづくりを行っている。

アクセス

【JR】新橋駅下車 烏森口徒歩3分

【地下鉄】浅草線・銀座線・ゆりかもめ：新橋駅下車 JR乗換口徒歩4分
三田線：内幸町駅下車 A1出口徒歩10分

【港区コミュニティバス（ちいばす）】

芝ルート58番「新橋駅」下車徒歩4分／85番「烏森神社」下車徒歩1分
※駐車場はありませんので、公共交通機関のご利用をお願いいたします。

【主催・問合せ】港区立生涯学習センター（ばるーん）

〒105-0004 港区新橋3-16-3「桜田学校課外授業」係まで
電話：03-3431-1606 FAX：03-3431-1619



センター公式 SNS
Instagram



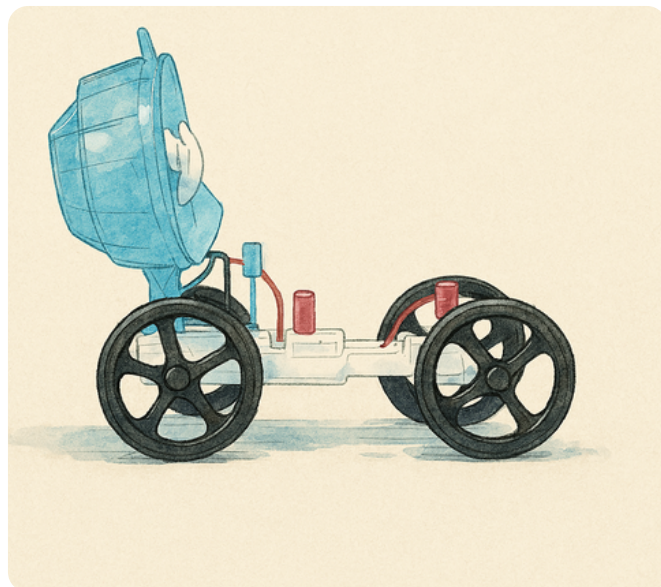
X



生涯学習講座提供事業「まなび屋」

親子で楽しむやさしい 電気安全教室

電気工作に挑戦！直列つなぎ・並列つなぎのちがいを
学んでプロペラカーを作って電気の事を知ろう



開催日

7/25 土 10:00 - 11:30
(9:30受付開始)

会場

青山生涯学習館
2階学習室兼レクリエーションホール

講師

小栗 孝弘（まなび屋講師）

対象

6歳～6年生のお子さまと
港区在住・在勤の保護者の方

定員

10組20人（2人1組 応募多数の場合、抽せん）

費用

無料

締切り

7/7（火） 必着

二次元コードからも
お申込みできます



お申し込み方法

キスポーツHPから、またはハガキもしくはFAXで、①郵便番号・住所
②お子さま氏名とフリガナ・年齢・性別③保護者氏名とフリガナ
④連絡先電話番号⑤在勤の方は会社名と所在地、を明記のうえ、
青山生涯学習館「親子電気安全教室」係まで
〒107-0062 港区南青山4-19-7

お問合せ： 青山生涯学習館 TEL:03-3470-4584 FAX: 03-3470-0856

港区スポーツセンター

スポーツセンター教室

第1期(2026年4~7月)募集



申込み方法の流れ

Step1

港区スポーツセンターHP内の
【各種プログラム】→【スポーツセ
ンター教室事業】ページを開きます。

Step2

申込みフォームを選択し
【メニュー】にて参加される教室
を選択し、初日を選択します。
※初日を選択していただくと1クール分ま
とめての申込みとなります。

Step3

仮予約完了メールが届いたら完了。
申込み締切後、当落メールが送信
されます。

1次申込期間

2/21(土)8:30~3/6(金)22:00

当落発表: 締切後、3/17(火)までに順次返信

2次申込: 3/18(水)8:30~3/27(金)22:00まで(先着順)

- ①ご登録の前に、メール設定のご確認をお願いいたします。
メール受信制限をしている方は、「@airrsv.net」のドメインを受信可能にしてください。
- ②申込締切後に当落メールをお送りいたします。
※「minatoku-sports@p-wosh.co.jp」から当落メールをいたします。
上記に合わせて受信可能にしてください。
- ③兄弟での申込みの際は、アドレスを別でお申込みください。
※同じアドレスの場合は、当落メールが兄弟のどちらか分からない場合がございます。お手数ですが当落者の確認をスポーツセンターまでご連絡ください。

④支払方法は銀行振込となります。

複数の講座を申込みの場合は、まとめてご入金ください。

⑤キャンセルについて

キャンセルは、3/6(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。
3/6(金)22:00以降にキャンセルをされる場合は、スポーツセンターまで電話連絡をお願いします。

※レッスン初回までにご連絡がなく入金確認が取れなかった場合、当選をキャンセルさせていただきます。

申込者全員(当選・キャンセル待ち・落選)に返信メールをお送りいたします。
メールが届かない場合は、スポーツセンターまでお問い合わせください。

予約フォームは
こちら



注意事項

- ・事前に利用規約のご確認をお願いいたします。当選後初日に受付にて同意書の記入をお願いいたします。
- ・電話でのお申込みは受け付けておりません。
- ・教室実施時の撮影・録音等はできません。
- ・必ず「受講証」を受付でご提示ください。
- ・入退場は、教室の前後30分までとなります。
- ・教室以外の場所を利用する場合は、別途利用料金が発生します。

港区スポーツセンター

電話: 03-3452-4151

住所: 東京都港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦3F

HP: <http://minatoku-sports.com>



曜日	No	教室名	担当	時間	定員	実施回数	場所	日程	休講日
火	①	バーオソルピラティス	児玉	11：30～12：30	25名	16	競技場 1	4月7日 ～ 7月28日	5月5日
	②	姿勢改善ストレッチ	GINA	12：45～13：45	25名				
	③	リラックスヨガ	石川	14：00～15：00	25名	15			5月5日・6月30日
	④	はじめてパワーヨガ	よう	18：15～19：15	25名				
	⑤	はじめてバレエ	宮城	19：30～20：30	25名				
水	⑥	ボディメイクヨガ★NEW★	近藤	9：15～10：15	25名	14	多目的室	4月8日 ～ 7月22日	4月29日 5月6日
	⑦	ピラティス	宮城	10：30～11：30	25名	15		4月8日 ～ 7月29日	
	⑧	はじめてバレエ	渡辺愛	11：45～12：45	16名				
	⑨	ママのボディケア～骨盤調整ヨガ～	齋木	13：00～14：00	25名				
	⑩	ママのボディケア～産後ピラティス～	新井敦子	14：20～15：20	25名				
木	⑪	エイジレスフラ	高橋	12：45～13：45	25名	14	競技場 1	4月9日 ～ 7月23日	4月30日 5月7日
	⑫	ママトレエクササイズ	新井敦子	14：20～15：20	25名	16	多目的室	4月9日 ～ 7月30日	5月7日
	⑬	ママのボディケア～骨盤調整ヨガ～	齋木	11：45～12：45	25名				
	⑭	ママのボディケア～産後ピラティス～	新井敦子	13：00～14：00	25名				
	⑮	からだ調整ヨガ&アロマ	鈴木	14：15～15：15	25名		競技場 1		
	⑯	ほぐしヨガ	稲垣	18：15～19：15	25名				
	⑰	ベリーダンス	GINA	19：15～20：15	25名				
	⑱	バレエ初級	宮城	19：45～20：45	25名				
金	⑲	はじめてバレエ	渡辺愛	9：00～10：00	16名	17	多目的室	4月10日 ～ 7月31日	なし
	⑳	バレエ初級	渡辺愛	10：15～11：15	16名				
	㉑	ハタヨガ	鈴木	11：30～12：30	25名				
	㉒	マットピラティス	飯田	12：45～13：45	25名				
	㉓	デトックスヨガ	飯田	14：00～15：00	25名				
	㉔	幼児バレエ教室（年中～年長）	渡辺愛	15：15～15：55	8名	16	6月12日		
	㉕	小学生バレエ教室（小1～小6）	渡辺愛	16：00～16：50	10名				
	㉖	チャレンジ跳び箱教室(年長～小1)	西澤	17：00～17：45	6名				
	㉗	リフレッシュピラティス★NEW★	新井敦子	18：00～19：00	25名				17
	㉘	ジャイロキネシス	井上	19：00～20：00	25名	16	5月1日		
	㉙	HIPHOP 🍕	SakiL	19：15～20：15	25名	17	なし		
土	⑳	親子リズム体操（年中～年長）	都平	13：30～14：15	14名	15	多目的室	4月11日 ～ 7月18日	なし
	㉑	小学生リズムトランポリン教室	都平	14：30～15：15	25名				
注意事項		・ 事前に利用規約のご確認をお願いいたします。当選後、レッスン初回日に受付にて同意書の記入をお願いいたします。 ・ 定員数を超えた場合は抽選とさせていただきます。抽選は港区在住の方が優先となります。 ・ 年齢制限があるクラスは開催初回日までに満年齢となっていることが条件となります。 ・ 同一及び同内容プログラムへの申し込みは参加者1名に対し1クラスの申し込みとなります。 ・ 複数のクラス申し込みの事実が確認された場合には当選後であっても参加をお断りしていただきます。尚、返金には対応いたしません。 ・ 教室開催期間中に発生したお客様都合によるキャンセルに対してのご返金はいりません。あらかじめご了承ください。							

【対 象】

- 18歳以上
※医師から運動を禁じられている方、妊娠をされている方はご遠慮ください。
- 「ママのボディケア」は産後1年未満の方が対象です。一緒に参加をされるお子様も1歳未満で1名のみとなります。
- 「ママのボディケア～骨盤調整ヨガ～」「ママのボディケア～産後ピラティス」は水曜日と木曜日の同時申し込みができません。どちらか片方のみお申し込みをお願いいたします。
- 「ママトレエクササイズ」は1歳～2歳のお子様と一緒にご参加していただくレッスンとなっております。

【支払方法】

銀行振込(手数料はお客様負担となります)
※詳細は当落連絡時のメール内容をご確認ください。
当選された方は、3/27(金)までにお振込みいただきますようお願いいたします。

【キャンセル】
3/6(金)22:00までに申込み完了メールより行ってください。
期限を過ぎてのキャンセルはお手数ですが港区スポーツセンターに電話連絡をお願いいたします。
※レッスン初回までにご連絡がなく入金確認が取れなかった場合、当選をキャンセルさせていただきます。

新規クラスの紹介

★ボディメイクヨガ★
水曜日9：15～10：15 近藤 義子

レッスン内容
ボディメイクをメインとしたヨガの教室となります。
程よい筋力トレーニングの要素にヨガを合わせたレッスンとなります。

新規クラスの紹介

★リフレッシュピラティス★
金曜日18：00～19：00 新井 敦子

レッスン内容
夕方の時間に行う一日分の溜まった疲れをリラックスさせ心身共にスッキリさせるレッスンとなります。