

スポーツ教室・プール教室の受講者募集【2026 年度第 1 期】

スポーツ教室

【教室日程】
4月13日(月)～

スケジュール・参加料
などの詳細はこちら



※各施設に設置のチラシでも
ご確認いただけます。

教室名	対象	教室名	対象	教室名	対象
三島市スポーツ協会		子ども		大人	
太極拳	一般 初心者	ワンパク体操	4歳以上の未就学児	シニア体操	60歳以上
硬式テニス	一般	ジュニアバレーボール	小学3～6年生	卓球(初級)	一般
中学生ソフトテニス	中学生	ジュニア卓球	小学生	卓球(中級)	一般
空手道	小学生～一般	ジュニアバドミントン①	小学3～6年生	卓球(上級)	一般
サッカー教室※1		ジュニアバドミントン②	小学3年生～中学生	レディースバレーボール	一般女性
キッズクラス	年中・年長	幼児体操	4歳以上の未就学児	一般バドミントン(初級)	一般
チャイルドクラス	小学1・2年生	児童体操	小学生	一般バドミントン(中級)	一般
ジュニアクラス	小学3～6年生	ベビー体操	生後2カ月～ハイハイの子と親	一般バドミントン	一般
スポーツ教室		親子健康体操	1歳6カ月～3歳の子と親	健康エクササイズ	40歳以上
さわやかトリム(A)	40歳～74歳	キッズHIP HOP	4歳～小学2年生	社交ダンス(初・中級)	20歳以上
さわやかトリム(B)	75歳以上	HIP HOP(ベーシック)	小学生	大人HIP HOP	高校生以上
健康増進	一般	HIP HOP(アドバンス)	小学4年生～高校生	硬式テニス(初級)	一般
剣道※2	小学生～一般	中学生卓球	中学生	硬式テニス(初・中級)	一般 ※試合経験者
		硬式ジュニアテニス(ベーシック)	小学生 初心者		
		硬式ジュニアテニス(ステップアップ)	小学生 中級者		
		硬式キッズテニス	4歳以上の未就学児		
		硬式ジュニアテニス(マスター)	小学生 中・上級者※経験者		
		硬式ジュニアテニス(アドバンス)	小学5年生～中学生		
		キッズベースボール	小学3～6年生		

※1 エスパルスサッカースクールコーチが指導
※2 防具のない初心者も参加可

※一般＝18歳以上の人

申込締切 (ハガキの場合は必着)
3月15日(日)

温水プール教室

【教室日程】
4月14日(火)～7月11日(土)

スケジュール・参加料
などの詳細はこちら



※各施設に設置のチラシでも
ご確認いただけます。

教室名	対象	教室名	対象
大人		水中運動自由教室※6	
スイムレッスン	火・水・金 15歳以上(中学生不可) 初心者～中級者	TRYピクス	金
スイムマスター	水 15歳以上(中学生不可) 中級者～上級者	オリジナルアクア	火
シニアスイム※4	木 60歳以上 初心者～	かんたんアクア	水・金
スイムレッスン・マスター	土 15歳以上(中学生不可) 初心者～上級者	アクアマスター	火・木
膝・腰痛改善教室	火・木 60歳以上	リズムウオーキング	金
水中ウオーキング	金 18歳以上(高校生不可)	トレーニングアクア	木
子ども		コアトレアクア	水
キッズスイム※5	4歳以上の未就学児	すこやか水中ウオーキング	火
ジュニアスイムⅠ	火～金 小学1～3年生 初心者		
ジュニアスイムⅡ	小学4～中学生 初心者～		

【水泳教室の対象者の目安】

- ▶ 初心者…水に対して恐怖心がある、水泳をこれから始める
- ▶ 初級者…クロールを25m泳ぐことができる
- ▶ 中級者…クロール・背泳ぎを25m泳ぐことができる
- ▶ 上級者…クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライを25m泳ぐことができる

※6 はがきでの申込みは不要。
(当日会場にて受付・支払い)

申込締切 (ハガキの場合は必着)
3月11日(水)

申込方法

【オンライン】

左記の申込サイトから申込み
※新規の人は会員登録が必要

【往復はがき】

往信裏面に①氏名(ふりがな)、申込者が未成年の場合は、保護者の氏名も記入②生年月日、年齢、学年③性別④住所⑤電話番号・メールアドレス⑥希望教室名、曜日の前回受講していた教室名、曜日を記入。返信表面に自分の住所、氏名を記入し市民体育館・市民温水プールへ④411・0033 文教町2・10・57

【窓口】

市民体育館、市民温水プールの窓口
に設置している応募用紙に記入し提出
※当選通知用返信はがき(窓口販売)が必要
【注意事項】
▼往復ハガキ・窓口での申込みは一つの教室につき一通
▼応募多数時抽選
※結果はメール(はがき・窓口で申込みの場合は返信はがき)にて連絡
▼4月1日(木)までに結果が届かない場合はご連絡ください
▼キャンセルは要連絡
※教室開始後の返金不可
▼健康状態が不安な人は、事前に医師の許可を受けてください

問合せ

市民体育館 ☎987・7570
市民温水プール ☎980・5757

オンライン申込





■ 夜間・休日に急病になったときは

科目	内科・外科・小児科	外科	耳鼻科・眼科 産婦人科
担当 医療機関	三島メディカル センター (南本町4・31)	沼津夜間救急 医療センター (日の出町1・15)	三島消防署※当番医を紹介
連絡先	☎972・0711	☎926・8699	☎972・5800※問合せのみ
平日夜間	午後6時～10時	午後8時30分～ 翌日午前7時	午後10時～ 翌日午前9時
土曜日	午後2時～9時	午後6時～ 翌日午前7時	午後9時～ 翌日午前9時
日曜日 祝日	午前9時～ 午後9時		午前8時～ 午後5時
備考	▶119番での問合せはご遠慮ください▶番号をよく確かめておかけください▶受診時は、保険証を持参してください		

2月の休日歯科診療		
2月1日(日)	すぎやま歯科クリニック (大場)	☎ 982・0418
2月8日(日)	鈴木歯科医院(中央町)	☎ 975・0023
2月11日(水・祝)	杉山歯科医院(八反畑)	☎ 971・3230
2月15日(日)	鈴木歯科クリニック (徳倉)	☎ 987・5798
2月22日(日)	鈴木歯科医院(御園)	☎ 977・6678
2月23日(月・祝)	広小路だいとう歯科 (広小路町)	☎ 975・0214

夜間・休日相談先

- ・休日夜間対応医療機関電話案内サービス☎ 0570・000・692(ナビダイヤル)
- ・救急安心電話相談☎ #7119、☎ 054・204・7119(24時間対応)
- ・子どもの救急電話相談☎ #8000、☎ 054・201・9910(24時間対応)
- ・精神科救急情報☎ 054・253・9905(24時間対応)
- ・救急協力医テレホンサービス☎ 983・0116

歯科診療時間 午前9時～午後4時



◀詳細は
こちら

■ 各種相談・健診・講習

事業	日	時間	対象・内容	会場
乳幼児健康相談会	2月10日(火)	予約制(電子申請) ※人数制限あり	身体計測、保健師相談、栄養相談、 歯科相談	保健センター
前期離乳食講習会	3月4日(水)	午前10時～11時30分 (受付:午前9時45分～)	前期(満4～5カ月児)	
後期離乳食講習会	2月25日(水)	※予約制(電子申請)	後期(満8～9カ月児)	
総合健康相談会	2月10日(火)	予約制(電子申請) ※人数制限あり	血圧・体脂肪・野菜摂取状況測定 ・生活習慣病に関する相談など	
栄養個別相談会	2月18日(水)	午前9時～午後3時30分 ※要予約☎973・3700	大人の生活習慣病予防の食事や偏食・小食・ 過食などの食事に関する困りごとの相談	
精神保健福祉総合相談	3月2日(月)	※要予約 東部健康福祉センター福祉課☎920・2087	医師による心の病気や悩みについての 相談	
酒害相談	3月3日(火)	午前10時～正午 ※要予約 ☎973・3700(緊急時は日程調整可)	本人や家族のアルコールによる悩み相談	長寿政策課
もの忘れ相談	2月17日(火)	午前9時～正午 ※要予約 ☎983・2689	もの忘れを心配している本人・家族を 対象とした、認知症地域支援推進員な どによる相談	
高次脳機能障害医療等 総合相談	3月10日(火)	※要予約 東部健康福祉センター福祉課☎920・2087	高次脳機能障害についての相談	東部健康福祉 センター
こころの電話相談	月～金曜日 (祝日を除く)	午前8時30分～11時45分、午後1時～4時30分 ※専用電話 東部健康福祉センター☎922・5562	こころの悩み相談	
ひきこもり個別相談	電話相談は随時、来所相談は要予約 東部健康福祉センター福祉課☎920・2087		ひきこもりに関する本人・家族のため の相談	
エイズ検査・梅毒検査 肝炎ウイルス検査など	検査により曜日・時間の指定あり ※要予約 東部健康福祉センター☎920・2109		各種採血検査など	
依存相談	2月19日(木) 3月5日(木) 3月9日(月)	※要予約 静岡県精神保健福祉センター☎054・286・9245	アルコール、薬物、ギャンブルなどの 依存問題についての相談	静岡県精神保健 福祉センター
子どもの不登校などの 相談	毎週 水・金曜日	午前9時～午後4時 ※要予約 県総合教育センター☎0537・24・9738	不登校・非行などの学校生活や家庭教 育または子どものこころに関する相談	県立沼津視覚 特別支援学校