

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				
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	ベビーボディ操	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

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	T R Y ビクス	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 18歳以上 (高校生不可)	
膝・腰痛改善教室	火・木 60歳以上	リズムウォーキング	金	
水中ウォーキング	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	すこやか水中ウォーキング	火	
ジュニアスイムⅠ	火~金 小学1~3年生 初心者	*6はがきでの申込みは不要。 (当日会場にて受付・支払い)		
ジュニアスイムⅡ	小学4~中学生 初心者~			

*4 各泳法の習得を目標とするクラス。

*5 アームヘルパーが必要。(受付にて随時販売)

【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

申込締切 (ハガキの場合は必着)

3月11日(水)

【オンライン申込】
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⑦前回受講してた教
室名、曜日を記入。返信裏面に自分の
氏名を記入し市民体育館・市民
温水プールへ⑧411-0033文教
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
※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
【注意事項】
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
※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
【窓口】
町2・10・57

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
QRコード

▼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
▼キャンセルは要連絡
※教室開始後の返金不可
▼4月1日㈬までに結果が届かない場合
は連絡ください
▼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
教室につき1通

【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
※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
【注意事項】
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
※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
【窓口】
町2・10・57



■ 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)	
連絡先	☎972・0711		☎926・8699	
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			
日曜日 祝日	午前9時～ 午後9時	午後6時～ 翌日午前7時	午後9時～ 翌日午前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(八反畠)	☎ 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



◀ 詳細は
こちら

歯科診療時間 午前9時～午後4時

■ 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	
前期離乳食講習会	3月4日(火)	午前10時～11時30分 (受付:午前9時45分～)	前期(満4～5ヶ月児)	
後期離乳食講習会	2月25日(火)	※予約制(電子申請)	後期(満8～9ヶ月児)	
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	保健センター
栄養個別相談会	2月18日(木)	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	
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	長寿政策課
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	
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	東部健康福祉センター
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(木)	※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