

2026年度（令和8年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・水泳教室（こども対象）

開催場所：福山市松永健康スポーツセンター（屋内温水プール）

| 曜日 | No | 講座名 | 回数 | 定員 | 月 | 日 | 講師名 | 会費 |
|----|----|---|-----|-----|----|--------------|----------------|---------|
| 火 | 2 | 火曜日の年長・小学生水泳 16:30～17:20 | 18回 | 30人 | 4月 | 7 14 21 28 | 福山ライフサービス | 19,800円 |
| | 3 | 火曜日の小学生水泳 17:35～18:35 | | | 5月 | 12 19 26 | | |
| 水 | 6 | 水曜日の年長から水泳 (年長～小学2年生まで) 16:30～17:20 | 18回 | 30人 | 4月 | 8 15 22 | 佐藤 智子 加藤 明美 | 19,800円 |
| | 7 | 水曜日の小学生水泳 17:35～18:35 | | | 5月 | 13 20 27 | | |
| 木 | 9 | 幼児期からのはじめての水泳 15:30～16:15 | 18回 | 15人 | 4月 | 9 16 23 30 | スイミー | 18,000円 |
| | 10 | 木曜日の年長・小学生水泳 16:30～17:20 | | | 5月 | 14 21 28 | | |
| | 11 | 木曜日の小学生水泳 17:35～18:35 | | | 6月 | 4 (11) 18 25 | | |
| 金 | 14 | 金曜日の年長から水泳 (年長～小学2年生まで) 16:30～17:20 | 18回 | 30人 | 7月 | 2 9 16 23 30 | 加藤 明美 佐藤 智子 | 19,800円 |
| | 15 | 金曜日の小学生水泳 17:35～18:35 | | | 8月 | 6 (20) | | |
| 土 | 16 | 小・中学生「中級者」水泳 ～平泳ぎやバタフライも習おう!～ 16:45～17:45 | 18回 | 15人 | 4月 | 11 18 25 | スイミー | 19,800円 |
| | | | | | 5月 | 9 16 23 | | |
| | | | | | 6月 | 6 13 (20) 27 | | |
| | | | | | 7月 | 4 11 18 25 | | |
| | | | | | 8月 | 1 8 22 (29) | | |

☆水泳教室の持参物:水着(フード付きは禁止)・スイミングキャップ・ゴーグル・バスタオル・飲み物など

子ども参加の水泳教室では、先生に分かるようにスイミングキャップ前面に名前をお書きください。

☆教室の受付は15分前からです。

☆子ども参加の教室につきましては特別な理由がない限り施設内での観覧、待機はお控えください。

☆日程表の○印は、観覧日です。当日保護者の方々は、終了時間15分前に入場してください。

☆子ども参加の水泳教室では予め水着を着用し、更衣室の利用はできる限りお控えくださいます

ようお願いいたします。教室後は一人で着替えて貰います。練習をしておいてください。

☆施設前の道路は「駐停車禁止区域」です。送迎の際には駐車場の利用をお願いします。

☆荒天時などで開催できない日程は、講師と相談してできる限り後ろの日程に追加して開催いたします。

2026年度（令和8年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・水泳教室（一般対象）

開催場所：福山市松永健康スポーツセンター（屋内温水プール）

| 曜日 | No | 講座名 | 回数 | 定員 | 月 | 日 | 講師名 | 会費 |
|----|----|--|-----|-----|----|---------------|-------|---------|
| 火 | 1 | レベルアップ水泳 （25m以上泳げる方） 14：00～15：00 | 13回 | 15人 | 4月 | 7 14 21 28 | 井上 一博 | 14,300円 |
| | | | | | 5月 | 12 19 26 | | |
| | | | | | 6月 | 2 9 | | |
| | | | | | 7月 | 28 | | |
| 水 | 4 | 水曜日の4泳法① 「初級」クラス 13：10～14：10 | 13回 | 20人 | 4月 | 8 15 22 | ト部 聖子 | 14,300円 |
| | | | | | 5月 | 13 20 27 | | |
| | 5 | 水曜日の4泳法② 「中級」クラス 14：20～15：20 | 13回 | 20人 | 6月 | 3 10 | | |
| | | | | | 7月 | 22 29 | | |
| 木 | 8 | マスターズ水泳！ 「中級」クラス 13：30～14：30 | 14回 | 20人 | 4月 | 9 16 23 30 | 田中 和男 | 15,400円 |
| | | | | | 5月 | 14 21 28 | | |
| | | | | | 6月 | 4 11 | | |
| | | | | | 7月 | 23 30 | | |
| 金 | 12 | 初心者水泳 10：30～11：30 | 18回 | 15人 | 4月 | 10 17 24 | 世良 直子 | 19,800円 |
| | | | | | 5月 | 8 15 22 29 | | |
| | | | | | 6月 | 5 12 19 26 | | |
| | | | | | 7月 | 3 10 17 24 31 | | |
| | 13 | 女性のための健康水泳 （一般女性のみ） 13：10～14：10 | 18回 | 20人 | 4月 | 10 17 24 | ト部 聖子 | 19,800円 |
| | | | | | 5月 | 8 15 22 29 | | |
| | | | | | 6月 | 5 12 19 26 | | |
| | | | | | 7月 | 3 10 17 24 31 | | |
| 土 | 17 | 土曜日の4泳法 （初級／中級） 18：00～19：00 | 18回 | 20人 | 4月 | 11 18 25 | スイミー | 19,800円 |
| | | | | | 5月 | 9 16 23 | | |
| | | | | | 6月 | 6 13 20 27 | | |
| | | | | | 7月 | 4 11 18 25 | | |
| | | | | | 8月 | 1 8 22 29 | | |

☆水泳教室の持参物：水着（フード付きは禁止）・スイミングキャップ・ゴーグル・バスタオル・飲み物など

☆教室の受付は15分前からです。

☆施設前の道路は「駐停車禁止区域」です。送迎の際には駐車場の利用をお願いします。

☆荒天時などで開催できない日程は、講師と相談してできる限り後ろの日程に追加して開催いたします。

2026年度（令和8年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・フロア教室(こども対象)

開催場所：福山市松永交流館松永コミュニティセンター（集会場など）

| 曜日 | No | 講座名 | 回数 | 定員 | 月 | 日 | 講師 | 会費 |
|----|----|---|-----|-----|----|--------------|-----------------|---------|
| 水 | 20 | 楽しいキッズ空手 5歳児（年長）～小学生 18:00～18:50 | 15回 | 15人 | 4月 | 8 15 22 | 空修会館 | 15,000円 |
| | | | | | 5月 | 13 20 27 | | |
| | | | | | 6月 | 3 10 17 | | |
| | | | | | 7月 | 1 8 15 22 29 | | |
| | | | | | 8月 | 5 | | |
| 土 | 25 | こども運動チャレンジ 4歳児（年中）～小学3年生 10:10～11:10 | 15回 | 25人 | 4月 | 18 25 | A.I.Corporation | 15,000円 |
| | | | | | 5月 | 9 16 23 30 | | |
| | | | | | 6月 | 6 13 20 27 | | |
| | | | | | 7月 | 4 11 18 25 | | |
| | | | | | 8月 | 1 | | |
| | 26 | こどもの「楽しく」 キックボクシング 5歳児（年長）～小学生 11:30～12:20 | 15回 | 25人 | 4月 | 11 18 | 空修会館 | 15,000円 |
| | | | | | 5月 | 9 16 23 30 | | |
| | | | | | 6月 | 6 13 20 27 | | |
| | | | | | 7月 | 4 11 18 25 | | |
| | | | | | 8月 | 1 8 | | |

☆教室の持参物は下記↓のとおり

◎屋内シューズ（No25のみ）・運動のできる服装・汗拭きタオル・飲み物など

☆教室No20、26は「軍手」と「なわとび」も、お持ちください。

☆日程表の○印は、観覧日です。当日保護者の方々は、終了時間15分前に入場してください。

2026年度（令和8年度）第1期 松永・沼隈スポーツ教室日程表

・フロア教室（一般対象）

開催場所：福山市松永交流館松永コミュニティセンター（集会場など）

| 曜日 | No | 講座名 | 回数 | 定員 | 月 | 日 | 講師 | 会費 |
|----|----|---|-----|-----|----|--------------|--------------------|---------|
| 火 | 18 | 椅子体操 9：30～10：30 | 18回 | 20人 | 4月 | 7 14 21 28 | オフィスプロスタジオ 川内久美 | 18,000円 |
| | | | | | 5月 | 12 19 26 | | |
| | | | | | 6月 | 2 9 16 23 30 | | |
| | | | | | 7月 | 7 14 28 | | |
| 水 | 19 | ビギナーズピラティス 10：00～11：00 | 18回 | 20人 | 4月 | 8 15 22 | オフィスプロスタジオ 吉本ゆか | 18,000円 |
| | | | | | 5月 | 13 20 27 | | |
| | | | | | 6月 | 3 10 17 24 | | |
| | | | | | 7月 | 1 8 15 22 29 | | |
| 水 | 21 | 女性のキックボクササイズ （一般女性のみ） 19：10～20：00 | 15回 | 20人 | 4月 | 8 15 22 | NAOMI | 15,000円 |
| | | | | | 5月 | 13 20 27 | | |
| | | | | | 6月 | 3 10 17 | | |
| | | | | | 7月 | 1 8 15 22 29 | | |
| 木 | 22 | 木曜日の「簡単」フレイル予防 10：00～11：00 | 18回 | 20人 | 4月 | 9 16 23 | 古谷 有里子 | 18,000円 |
| | | | | | 5月 | 7 14 21 28 | | |
| | | | | | 6月 | 4 11 18 25 | | |
| | | | | | 7月 | 2 9 16 23 30 | | |
| 木 | 23 | 心と体の健康ウェーブ・ヨガ 18：30～19：20 | 16回 | 25人 | 4月 | 9 16 23 | NAOMI | 16,000円 |
| | | | | | 5月 | 7 14 21 28 | | |
| | | | | | 6月 | 4 11 18 | | |
| | | | | | 7月 | 2 9 16 23 30 | | |
| 木 | 24 | 夜のリラックス・ヨガ 19：30～20：20 | 16回 | 25人 | 6月 | 4 11 18 | NAOMI | 16,000円 |
| | | | | | 7月 | 2 9 16 23 30 | | |
| 木 | 24 | 夜のリラックス・ヨガ 19：30～20：20 | 16回 | 25人 | 8月 | 6 | NAOMI | 16,000円 |
| | | | | | 8月 | 6 | | |

☆教室の持参物は下記↓のとおり

◎屋内シューズ（No22のみ）・運動のできる服装・汗拭きタオル・飲み物など

☆教室No21は「軍手」も、お持ちください。

☆教室No23、24は「ヨガマット」が必要となります。