

令和8年度 いきいき元気アップ教室開催案内

高齢者の方でも安全に実施できるリズム体操や、自らの体重を利用したレジスタンストレーニングを行うことで、自身の体力・筋力アップを図り、介護予防を促進することで、日々のQOL向上を目指し、健康寿命の延伸を目的とした教室を次のとおり開催いたします。

1. 主催：(公財)神奈川県スポーツ協会

2. 開催日程:[全10回予定]

いきいき元気アップ 教室	水曜日	4月	8日、15日、22日
		5月	13日、20日、27日
		6月	3日、10日、17日、24日

3. 時間：10:30～11:30(60分)

4. 会場：県立スポーツ会館 会議室 所在地:横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
交通:横浜駅西口からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参加料：1名 **8,500円** (保険料・消費税込)

※封書・ハガキ郵送(URLからの申し込み以外)のお申込みの場合は、
別途手数料550円をご負担いただきます。(10.申込方法②参照)

6. 対象：50歳以上、どなたでもご参加できます。

7. 募集定員：12名 (定員超過の場合は抽選)

8. 指導者：神奈川県体力づくり体操連盟所属指導員(公認指導者)

9. 指導内容：リズム体操や筋力トレーニングで体力・筋力向上を図り、身体の色々な部位を
みんなと楽しく強化していく。

10. 申込方法：次の①、②のいずれかの方法でお申込みください。

①下記のURLまたは右記QRコードからお申込みをお願いします。**推奨**

<https://sites.google.com/view/sports-kanagawa-lessons/>

②封書・ハガキ郵送によるお申込み(手数料1件550円)



上記のURLからのお申込みをされない場合は、任意の用紙(便箋など)もしくはハガキに次の①～⑧の事項をご記入のうえ郵送してください。(切手をお貼り下さい)

①希望教室名とコース名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤申込者の電話番号 ⑥緊急連絡者の氏名・電話番号 ⑦個人情報の第三者提供に関する同意について(教室事業のみの使用となります。「同意+ご署名」をお願いします) ⑧過去の参加歴(ご参加有の場合は:例「あり 令和〇年〇期」と記入し、無しの場合は:「新規」とご記入ください)

※電話やメールからのお申込み受付はございません。

※郵送時の遅配、紛失、個人情報流失等のトラブルについては本会では責任を負いかねます。

11. 申し込み締め切り日：**令和8年3月15日(日)まで(郵送の場合は消印有効)**

12. その他：※動きやすい服装、上履き、水筒(水分補給)は各自でご用意ください。
※健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の許可を得てからご参加ください。
※ご来場の際は公共交通機関をご利用願います。
※個人情報は本会規程により取り扱い、教室事業内でのみ使用します。

<申込み・問合せ先> ※ 変則勤務シフト制のためお問い合わせはメールにてお願い致します。

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内
(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

E-mail:kyoushitsu@sports-kanagawa.com URL:<https://www.sports-kanagawa.com>

令和8年度 スポーツウェルネス吹矢教室開催案内

スポーツウェルネス吹矢は、ゲーム感覚で楽しみながら、腹式呼吸を取り入れた独自の呼吸法により、多様な健康効果が期待できるスポーツです。年齢や性別に関わらず、誰でも気軽に始められます。

1. 主催：(公財)神奈川県スポーツ協会

2. 開催日程:[全12回予定]

スポーツウェルネス 吹矢教室	火曜日	4月 5月 6月	7日、14日、21日、28日 12日、19日、26日 2日、9日、16日、23日、30日
-------------------	-----	----------------	--

3. 時間：10:00～11:30(90分)

4. 会場：県立スポーツ会館 会議室 所在地:横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
交通:横浜駅西口からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参加料：1名 **8,400円** (保険料・消費税込)

※封書・ハガキ郵送(URLからの申し込み以外)のお申込みの場合は、
別途手数料550円をご負担いただきます。(10.申込方法②参照)

6. 対象：高校生以上、どなたでもご参加できます。

7. 募集定員：20名 (定員超過の場合は抽選)

8. 指導者：(NPO)神奈川県レクリエーション協会加盟

神奈川県スポーツウェルネス吹矢協会派遣指導員

9. 指導内容：初心者から経験者まで、楽しくレベルに合わせて指導していきます。

10. 申込方法：次の①、②のいずれかの方法でお申込みください。

①下記のURLまたは右記QRコードからお申込みをお願いします。**推奨**

<https://sites.google.com/view/sports-kanagawa-lessons/>

②封書・ハガキ郵送によるお申込み(手数料1件550円)

上記のURLからのお申込みをされない場合は、任意の用紙(便箋など)もしくはハガキに次の①～⑧の事項をご記入のうえ郵送してください。(切手をお貼り下さい)

①希望教室名とコース名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤申込者の電話番号 ⑥緊急連絡者の氏名・電話番号 ⑦個人情報の第三者提供に関する同意について(教室事業のみの使用となります。「同意+ご署名」をお願いします) ⑧過去の参加歴(ご参加有の場合は:例「あり 令和〇年〇期」と記入し、無しの場合は:「新規」とご記入ください)

※電話やメールからのお申込み受付はございません。

※郵送時の遅配、紛失、個人情報流失等のトラブルについては本会では責任を負いかねます。

11. 申し込み締め切り日：**令和8年3月15日(日)まで(郵送の場合は消印有効)**

12. その他：※動きやすい服装、水筒(水分補給)は各自でご用意ください。

※ご来場の際は公共交通機関をご利用願います。

※個人情報は本会規程により取り扱い、教室事業内でのみ使用します。

<申込み・問合せ先> ※ 変則勤務シフト制のためお問い合わせはメールにてお願い致します。

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

E-mail:kyoushitsu@sports-kanagawa.com URL:<https://www.sports-kanagawa.com>



令和8年度 健康マージャン教室開催案内

マージャンは確率、心理戦といった様々な要素を盛り込んだ最高峰の頭脳ゲーム。さらに指先を動かすので、脳の活性化にも繋がります。健康増進や仲間づくりの場として、未経験者から経験者まで、みんなで楽しく学びましょう。

1. 主催：(公財)神奈川県スポーツ協会

2. 開催日程:[全12回予定]

健康マージャン 教室	金曜日	4月	10日、17日、24日
		5月	1日、8日、15日、22日、29日
		6月	5日、12日、19日、26日

3. 時間：10:00～11:30(90分)

4. 会場：県立スポーツ会館 会議室 所在地:横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
交通:横浜駅西口からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参加料：1名 **7,800円** (保険料・消費税込)

※封書・ハガキ郵送(URLからの申し込み以外)のお申込みの場合は、
別途手数料550円をご負担いただきます。(10.申込方法②参照)

6. 対象：高校生以上、どなたでもご参加できます。

7. 募集定員：20名 (定員超過の場合は抽選)

8. 指導者：(NPO)神奈川県レクリエーション協会加盟
神奈川県健康マージャン協会派遣指導員

9. 指導内容：初心者から経験者まで、楽しくレベルに合わせて指導していきます。

10. 申込方法：次の①、②のいずれかの方法でお申込みください。

①下記のURLまたは右記QRコードからお申込みをお願いします。**推奨**

<https://sites.google.com/view/sports-kanagawa-lessons/>

②封書・ハガキ郵送によるお申込み(手数料1件550円)



上記のURLからのお申込みをされない場合は、任意の用紙(便箋など)もしくはハガキに次の①～⑧の事項をご記入のうえ郵送してください。(切手をお貼り下さい)

①希望教室名とコース名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤申込者の電話番号 ⑥緊急連絡者の氏名・電話番号 ⑦個人情報の第三者提供に関する同意について(教室事業のみの使用となります。「同意+ご署名」をお願いします) ⑧過去の参加歴(ご参加有の場合は:例「あり 令和〇年〇期」と記入し、無しの場合は:「新規」とご記入ください)

※電話やメールからのお申込み受付はございません。

※郵送時の遅配、紛失、個人情報流失等のトラブルについては本会では責任を負いかねます。

11. 申し込み締め切り日：**令和8年3月15日(日)まで(郵送の場合は消印有効)**

12. その他：※筆記用具、水筒(水分補給)は各自でご用意ください。

※ご来場の際は公共交通機関をご利用願います。

※個人情報は本会規程により取り扱い、教室事業内でのみ使用します。

<申込み・問合せ先> ※ 変則勤務シフト制のためお問い合わせはメールにてお願い致します。

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内
(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

E-mail:kyoushitsu@sports-kanagawa.com URL:<https://www.sports-kanagawa.com>

令和8年度 小学生英語教室開催案内

この小学生英語教室は、外国人講師からネイティブな英語に接することで、聞く、話すだけでなく、遊びやゲームなどを通して楽しく英語を学んでいきます。外国人講師と楽しくレッスンしましょう。

1. 主催：(公財)神奈川県スポーツ協会

2. 開催日程:[全10回予定]

小学生英語教室	水曜日	4月	8日、15日、22日
		5月	13日、20日、27日
		6月	3日、10日、17日、24日

3. 時間：18:00～19:00(60分)

4. 会場：県立スポーツ会館 会議室 所在地:横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
交通:横浜駅西口からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参加料：1名 **13,000円** (保険料・消費税込)

※封書・ハガキ郵送(URLからの申し込み以外)のお申込みの場合は、
別途手数料550円をご負担いただきます。(10.申込方法②参照)

6. 対象：小学3年生～6年生なら、どなたでもご参加できます。

7. 募集定員：20名 (定員超過の場合は抽選)

※申し込みが5名以下の場合、開催を見合わせます。

8. 指導者：NOVAホールディングス株式会社派遣講師

9. 指導内容：ネイティブの外国人講師と楽しく英語に親しみながら学んでいきます。

10. 申込方法：次の①、②のいずれかの方法でお申込みください。

①下記のURLまたは右記QRコードからお申込みをお願いします。**推奨**

<https://sites.google.com/view/sports-kanagawa-lessons/>

②封書・ハガキ郵送によるお申込み(手数料1件550円)

上記のURLからのお申込みをされない場合は、任意の用紙(便箋など)もしくはハガキに次の①～⑧の事項をご記入のうえ郵送してください。(切手をお貼り下さい)

①希望教室名とコース名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤申込者の電話番号 ⑥緊急連絡者の氏名・電話番号 ⑦個人情報の第三者提供に関する同意について(教室事業のみの使用となります。「同意+ご署名」をお願いします) ⑧過去の参加歴(ご参加有の場合は:例「あり 令和〇年〇期」と記入し、無しの場合は:「新規」とご記入ください)

※電話やメールからのお申込み受付はございません。

※郵送時の遅配、紛失、個人情報流失等のトラブルについては本会では責任を負いかねます。

11. 申し込み締め切り日：**令和8年3月15日(日)まで(郵送の場合は消印有効)**

12. その他：※筆記用具、水筒(水分補給)は各自でご用意ください。

※ご来場の際は公共交通機関をご利用願います。

※個人情報は本会規程により取り扱い、教室事業内でのみ使用します。

<申込み・問合せ先> ※ 変則勤務シフト制のためお問い合わせはメールにてお願い致します。

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

E-mail:kyoushitsu@sports-kanagawa.com URL:<https://www.sports-kanagawa.com>



令和8年度 英会話教室開催案内

この英会話教室は、国際大会等のボランティアで活躍できる人材の育成を目的とし、英会話の基礎を楽しくマスターしていきます。日本人講師では味わえないネイティブな英会話を体験できます。聞く、話すだけでなく、コミュニケーション力も一緒に学びましょう。

1. 主催：(公財)神奈川県スポーツ協会

2. 開催日程:[全10回予定]

英会話教室	水曜日	4月 5月 6月	8日、15日、22日 13日、20日、27日 3日、10日、17日、24日
-------	-----	----------------	---

3. 時間： 19:15 ~ 20:15(60分)

4. 会場： 県立スポーツ会館 会議室 所在地:横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
交通:横浜駅西口からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参加料： 1名 **20,000円** (保険料・消費税込)

※封書・ハガキ郵送(URLからの申し込み以外)のお申込みの場合は、
別途手数料 550 円をご負担いただきます。(10.申込方法②参照)

6. 対象： 中学生以上、どなたでもご参加できます。

7. 募集定員： 20名 (定員超過の場合は抽選)

※申し込みが5名以下の場合は、開催を見合わせます。

8. 指導者： NOVA ホールディングス株式会社派遣講師

9. 指導内容： 外国人講師と楽しく英会話の基礎から学んでいきます。

10. 申込方法： 次の①、②のいずれかの方法でお申込みください。

①下記のURLまたは右記 QR コードからお申込みをお願いします。推奨

<https://sites.google.com/view/sports-kanagawa-lessons/>

②封書・ハガキ郵送によるお申込み(手数料 1 件 550 円)



上記の URL からの申込みをされない場合は、任意の用紙(便箋など)もしくはハガキに次の①~⑧の事項をご記入のうえ郵送してください。(切手をお貼り下さい)

①希望教室名とコース名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤申込者の電話番号 ⑥緊急連絡者の氏名・電話番号 ⑦個人情報の第三者提供に関する同意について(教室事業のみの

使用となります。「同意+ご署名」をお願いします) ⑧過去の参加歴 (ご参加有の場合は: 例「あり 令和〇年〇期」と記入し、無しの場合は:「新規」とご記入ください)

※電話やメールからの申込み受付はございません。

※郵送時の遅配、紛失、個人情報流失等のトラブルについては本会では責任を負いかねます。

11. 申し込み締め切り日： **令和8年3月15日(日)まで(郵送の場合は消印有効)**

12. その他： ※筆記用具、水筒(水分補給)は各自でご用意ください。

※ご来場の際は公共交通機関をご利用願います。

※個人情報は本会規程により取り扱い、教室事業内でのみ使用します。

<申込み・問合せ先> ※ 変則勤務シフト制のためお問い合わせはメールにてお願い致します。

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

E-mail:kyoushitsu@sports-kanagawa.com URL:<https://www.sports-kanagawa.com>

令和8年度 春期美文字教室開催案内

スマートフォンやパソコンの普及により文字の書く機会が減っており、さらに、日常生活の忙しさでストレスを感じている方等、綺麗な文字を習得することにより、心の健康やリラックスを目的とする「美文字教室」を次のとおり開催いたします。

1. 主催：(公財)神奈川県スポーツ協会

2. 開催日程:[全10回予定]

美文字教室	木曜日	4月 5月 6月	9日、16日、23日、30日 7日、14日、21日、28日 4日、11日
-------	-----	----------------	--

3. 時間： 11:00 ~ 12:00(120分)

4. 会場： 県立スポーツ会館 会議室 所在地:横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
交通:横浜駅西口からバス停「三ツ沢総合グランド入口」下車 徒歩2分

5. 参加料： 1名 **11,000円** (保険料・消費税込)

※封書・ハガキ郵送(URLからの申し込み以外)のお申込みの場合は、
別途手数料550円をご負担いただきます。(10.申込方法②参照)

6. 対象： 高校生以上、どなたでもご参加できます。

7. 募集定員： 12名 (定員超過の場合は抽選)

8. 指導者： 清水悦子(美文字トレーナー)

9. 指導内容： 正しい姿勢、ペンの持ち方、線の引き方、バランスの整え方など『手書き文字』の上達を目指します。

10. 申込方法： 次の①、②のいずれかの方法でお申込みください。

①下記のURLまたは右記QRコードからお申込みをお願いします。**推奨**

<https://sites.google.com/view/sports-kanagawa-lessons/>

②封書・ハガキ郵送によるお申込み(手数料1件550円)

上記のURLからのお申込みをされない場合は、任意の用紙(便箋など)もしくはハガキに次の①~⑧の事項をご記入のうえ郵送してください。(切手をお貼り下さい)

①希望教室名とコース名 ②氏名 ③年齢 ④〒住所 ⑤申込者の電話番号 ⑥緊急連絡者の氏名・電話番号 ⑦個人情報の第三者提供に関する同意について(教室事業のみの使用となります。「同意+ご署名」をお願いします) ⑧過去の参加歴(ご参加有の場合は:例「あり 令和〇年〇期」と記入し、無しの場合は:「新規」とご記入ください)

※電話やメールからのお申込み受付はございません。

※郵送時の遅配、紛失、個人情報流失等のトラブルについては本会では責任を負いかねます。

11. 申し込み締め切り日： **令和8年3月15日(日)まで(郵送の場合は消印有効)**

12. その他： ※筆記用具、水筒(水分補給)は各自でご用意ください。

※ご来場の際は公共交通機関をご利用願います。

※個人情報は本会規程により取り扱い、教室事業内でのみ使用します。

<申込み・問合せ先> ※ 変則勤務シフト制のためお問い合わせはメールにてお願い致します。

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

(公財)神奈川県スポーツ協会 スポーツ教室係

E-mail:kyoushitsu@sports-kanagawa.com URL:<https://www.sports-kanagawa.com>

