

Summer Event 2025

夏休みチャレンジ企画・体験会実施!!

子ども体験会

子どもスイミング

毎年恒例、水泳短期教室!

幼児クラスは、4歳〜参加可能。
幼児全4回コース、小学生全5回コースで振替不可。

持ち物：
水着・スイムキャップ・
ゴーグル・タオル・飲み物

幼児クラス 定員10名	7/28・8/4・18・25 12:45〜13:30	体験料 5,720円	夏休みの間に、まずは【お水に慣れる】 ことを目指しましょう。 プールは楽しい!と感じることで、お水 も怖くなくなります。
小学生クラス 定員20名	7/22・29・8/5・19・26 14:45〜15:30	体験料 7,150円	夏休み中に【クロール】を集中して練習し、 (15M完泳)をめざします。息継ぎまでをレベルに合わせて指導していきます。
	7/24・31・8/7・21・28 12:45〜13:30		



エンジョイアート

講師 竹内 雅子

1 恐竜を描こう

コルク紙や紙やすりを利用して恐竜を描こう。

8/2 14:00〜15:00 幼児 定員 5名



2 キャンパス画で海を表現しよう

キャンパスに「海」の風景をアクリル絵具とペインティングナイフで表現しよう。

8/2 10:00〜11:30 小学生 定員 8名



体験料 1,000円 + 1材料費 1,000円 + 2材料費 1,500円 申込締切 7/26 16:45

持ち物:ウェットティッシュ・筆記用具・エプロン・持ち帰り用の大きな紙袋

ドンサルヴォ (★形ピザ)

講師 松井 真由美

見た目も華やかで、いろいろな食感が楽しめます。

8/18 14:00〜15:30

小学生 定員 8名

1年〜3年は保護者同伴必須
4年〜6年は子どものみでも可能

体験料

1名 1,000円

+材料費 500円



持ち物：
エプロン・三角巾・タオル・
持ち帰り用トレイもしくは箱
(24cmのピザが入るもの)

申込締切 8/8 15:00

楽しめる切り絵 (飛び出すアート)

講師 田端 五郎

カラフルな紙から飛び出すアート!さあ、みんなもアートにチャレンジ!!

8/5 15:00〜16:00

小学生 定員 15名



申込締切 8/2

体験料 500円 + 材料費 1,000円 (教室支払い)

アクセサリ作り (バッグチャームorネックレス)

講師 田中 裕子

ダブルブローを使ってクリスタルガラスのチャトンなどで装飾して自分だけのオリジナルアクセサリを作しましょう!

8/1 12:45〜13:15 (30分)

15:30〜16:00 (30分)

小学生 各回 定員 8名



申込締切 7/29

体験料 500円 + 材料費 1,000円 (教室支払い)

備前焼体験 (手びねり体験)

講師 藤森 信太郎

手びねり体験。焼き上がり8/20以降。後日、受け渡し。

7/25 10:30〜12:00

13:00〜14:30

小・中学生 定員 10名

持ち物:エプロン (汚れてよい服装)・タオル

体験料 500円 + 焼成費 1,000円



申込締切 7/22

子ども〜大人まで

絵手紙 (絵日記or暑中見舞い)

講師 中谷 典子

大切な方へ暑中見舞いを、オリジナルの絵手紙で送ってみよう。夏の思い出を楽しく描いてみよう。

8/4 10:00〜12:00

小学生・大人 定員 10名

持ち物:筆記用具・描きたいモチーフや写真など

体験料 500円 + 材料費 500円 (教室支払い)



申込締切 8/2

色々な楽器に触れて演奏してみよう

講師

千房 新太郎
志岐 京子
生田 智子

普段触ることが少ない珍しい楽器から有名な楽器まで、バンドメンバーが楽しく指導してくれます。

8/4 16:00〜18:00

誰でもOK 定員 10名

体験料 500円

■曲名
・アンパンマンのマーチ
・やってみよう
・地上の星 (大人向け)



申込締切 8/2

着物・浴衣着付け体験

講師 戸田 恵子
対梨 純子

家にある大切な着物・浴衣を自分で来てみよう!

7/30 10:00〜12:00

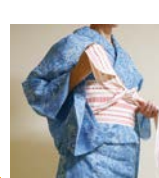
8/20

女性の方 (小学生〜) 定員各5名

持ち物:着物・浴衣・帯・ひも2〜3本・伊達締め・前板

体験料 500円

申込締切 各回2日前まで



1 DAY パック

新企画!!

1日まるごと 済生会F&Cで 過ごしてみませんか?

宿題のアドバイスやプールフリーコースで自由時間を過ごし、午後からは講座体験をしてみませんか。友達ができたり、夏休みの思い出になること間違いなしです。

参加料 各コース 2,750円

持ち物:夏休みの宿題・プリント・筆記用具・水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオル・飲み物・弁当

7/26 Aコース ゲームプログラミング

スケジュール		
9:30〜10:30	宿題	
10:45〜12:00	プール	
12:00〜13:00	昼食	
13:00〜13:45	ゲームプログラミング体験	
13:45〜14:00	休憩	
14:00〜16:00	宿題・クラフト	

講師 児玉裕亮・プールコーチ

小学生 定員 8名

申込締切 7/24

8/2 Bコース キッズマネー教室

スケジュール		
9:30〜10:30	宿題	
10:45〜12:00	プール	
12:00〜13:00	昼食	
13:00〜14:45	キッズマネー教室	
14:45〜15:00	休憩	
15:00〜16:00	宿題	

講師 岡山ファイナンシャルプランナーズ・プールコーチ

小学生 定員 10名

申込締切 7/31

8/23 Cコース ロボットプログラミング

スケジュール		
9:30〜10:30	宿題	
10:45〜12:00	プール	
12:00〜13:00	昼食	
13:00〜13:45	ロボットプログラミング体験	
13:45〜14:00	休憩	
14:00〜16:00	宿題・クラフト	

講師 児玉裕亮・プールコーチ

小学生 定員 6名

申込締切 8/21

大人体験会

大人向け リラクゼーション ハンドマッサージ

講師 POLA 貝原 佳奈

大人企画!日頃の疲れをハンドマッサージで癒してみませんか。

8/8 9:30〜17:30

大人 完全予約制 1人15分程度

体験料 500円 別途料金ハンドパック



大人向け 第2回 NY発!栄養学 EAT BEAUTIFUL

講師 EAT BEAUTIFUL 認定コーチ 片山 雅恵

何を食べるか、口にするもの全てが自分への投資です。

7/31 ①10:00〜11:30

②19:00〜20:30

年齢・性別問いません

体験料 1,650円



セミナー内容
・美味しく無理なく適正糖質 (コレステロールと糖質の関係・油の選び方 など)
・自律神経の整え方 (不眠症や、寝ても疲れる残る症状を解消)
・肌も髪も年齢であきらめない

子ども体験会

無料

健康診断や医療について 楽しく体験して学んでみよう

・内視鏡を見て触ってみよう。
・聴診器で心臓の音を聞いてみよう。
・発泡剤を溶かして膨らませてみよう。
・色々な物のX線画像を見てみよう。
などなど...

7/31 13:00〜13:40

小学生 定員 10名



土日も営業 (祝日は休業)

岡山駅西口から徒歩7分! 無料駐車場100台完備

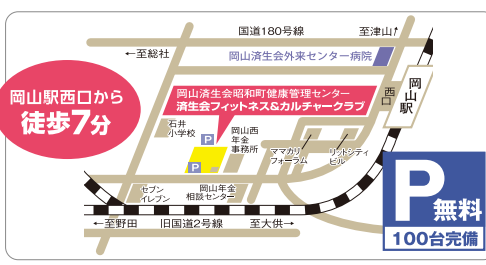
※満車の際は近隣の有料駐車場をご利用ください。

岡山県済生会岡山健康センター
済生会 フィットネス&カルチャークラブ
お気軽にお問い合わせください

086-252-1101

お申込受付・電話予約 9:00〜20:30 ※日曜日・祝日のお申込受付はしていません。

お盆の休館 8/11 (月)〜8/15 (金)



全講座の詳しい内容は、ホームページからご覧いただけます。

http://www.okayamasaiseikai-syowa.jp/

フィットネス&カルチャークラブ 検索