

Summer Event 2026

夏休みチャレンジ企画・体験会開催!!

子ども体験会

子どもスイミング 毎年恒例、水泳短期教室! 持ち物 水着・スイムキャップ・ゴーグル・飲み物・タオル

小学生水慣れ 講師 クラブトレーナー
全5回コース 定員5名
7/27・8/3・10・17・24
12:45~13:30

体験料 8,250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。

小学生クロール 講師 クラブトレーナー
全4回コース 定員20名
7/28・8/4・18・25
14:45~15:30

体験料 6,600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。



もちふわ♪チーズフォカッチャ 講師 松井 真由美

子どもでも簡単に作れるコネないフォカッチャ作り体験。外はカリッカリ!中はモチモチ食感!!

7/30(土) 午前 10:00~11:30
定員 8組 午後 13:30~15:00

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組 1,000円 + 材料費1,000円



持ち物: エプロン・三角巾・持ち帰り用の袋や箱 (18cmスクエア型持ち帰り)

申込締切 7/27(金)

楽しめる切り絵

手先の器用さや図形感覚、集中力を養うことができる切り絵体験。

講師 田端 五郎
8/4(火) 15:00~16:00

小学生 定員10名

体験料 1,000円 + 材料費500円 (教室支払い)
カッターナイフを使うので、低学年は保護者同伴で参加。



カードケース・フォトフレーム作り

・ホイップデコで作るフォトフレーム
・ホイップデコで作るカードケース

講師 田中 裕子

8/7(日) 13:30~14:00 (30分)
14:30~15:00 (30分)

小学生 各回 定員5名

体験料 500円 + 材料費
+1,500円(フォトフレーム)
+1,000円(カードケース)
(教室支払い)



1 DAY パック

恒例企画!! 1日まるごと 済生会F&Cで 過ごしてみませんか?

塾講師・現役大学院生による科学実験や宿題のサポート、プールフリーコースで自由時間を過ごしてみませんか。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。

参加費 各コース3,300円

持ち物: 夏休みの宿題 (ワーク・プリント)・筆記用具
お弁当・飲み物・プールグッズ (水着・スイムキャップ・ゴーグル・タオル)

7/25(土) Aコース 科学実験コース

スケジュール

9:30~10:50 宿題
11:00~12:00 プール
12:00~13:00 昼食
13:00~15:00 実験コース

講師 ・学習サポート塾H.S.S講師
・プールコーチ

小学生 定員10名 申込締切 7/22(木)

8/8(土) Bコース 科学実験コース

スケジュール

9:30~10:50 宿題
11:00~12:00 プール
12:00~13:00 昼食
13:00~15:00 実験コース

講師 ・学習サポート塾H.S.S講師
・プールコーチ

小学生 定員10名 申込締切 8/5(木)

8/22(土) Cコース キッズマネー・工作コース

スケジュール

11:00~12:00 プール
12:00~13:00 昼食
13:00~14:45 キッズマネー(親子参加)
15:00~16:00 工作

講師 ・岡山ファイナンシャルプランナーズ
・しまんと新聞バッグインストラクター 橋本ゆみ
・プールコーチ

小学生 定員10名 申込締切 8/19(木)

大人体験会

大人向け クラフトバンドでコースター作り

エコな素材のクラフトバンドを使ったコースター作り講座。材料カット済み、レシビ付なので初心者の方でも安心して参加していただけます。

講師 クラフトバンド作家 梅本 真伊

7/29(水) 10:00~12:00
18:00~20:00

体験料 1,650円 + 材料費500円 (教室支払い)



大人向け 米国発! (食事付き) EAT BEAUTIFUL

【疲れを翌日に残さない食事法】
だるさや疲れの背景を整理し、食事で毎日のパフォーマンスを上げる工夫を学びます。

講師 EAT BEAUTIFUL 認定コーチ 片山 雅恵

7/31(金) 10:30~12:30
18:30~20:30

体験料 4,000円 (材料費込み)



大人向け リラクゼーション ハンドマッサージ

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。予約優先。当日予約に空きがあれば受入可能。

講師 POLA 貝原 佳奈

7/31(金) 9:30~17:30
大人 時間予約
1人15分程度

体験料 500円 別途料金ハンドパック



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

- 1.内視鏡を見て触ってみよう。
- 2.働く細胞を見てみよう。
- 3.聴診器で心臓の音を聞いてみよう。
- 4.色々な物のX線画像を見てみよう。

7/30(土) 14:00~14:35
小学生 定員16名



●事前予約・事前申し込みが必要です。●体験料は現金のみの取扱いとなります。●講座によっては、材料費として当日実費がかかるものがあります。●当日の持ち物・準備物については申込受付の際にお伝えいたします。

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。

岡山済生会和町健康センター
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・祝日のお申込受付はしていません。
お盆の休館 8/11(火・祝)~8/16(日)



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