

(3) スポーツ

* 申込方法、対象、定員費用等の詳細は各実施機関にお問い合わせください。

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
能登町	1	釣り教室 ※港の状態によっては中止の場合もあり得る	9月27日(土)9:00～16:00 集合場所 石川県立能登高等学校 漁業実習棟(テニスコート横)	要	5	石川県立能登高等学校 TEL 0768-62-0544 FAX 0768-62-2935 notoxh@ishikawa-c.ed.jp
	2	スノーケリング指導者研修会	7月12日(土)、8月30日(土) 10:00～16:00 のと海洋ふれあいセンター	要	各1	のと海洋ふれあいセンター TEL 0768-74-1919 FAX 0768-74-1920 nmci@notomarine.jp
志賀町	3	第34回いしかわスポーツ・レクリエーション交流大会 ネオホッケー大会	7月27日(日)9:00より 志賀町総合体育館	要	各1	石川県フロアボール連盟 事務局 河原 久尚 ishikawa.floorball@gmail.com
羽咋市	4	第245回 健康ウォーク 能登を歩こう① ※千路周辺	10月19日(日) 時間未定 開催場所 羽咋町 集合場所 未定	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
津幡町	5	第241回 健康ウォーク 駅からウォーク③	6月15日(日) 時間未定 開催場所 津幡町 集合場所 津幡駅	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
内灘町	6	第247回 健康ウォーク ※浅野川を遡る	12月7日(日) 時間未定 開催場所 河北郡⇒金沢市 集合場所 内灘駅	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
金沢市	7	レディース・エンジョイ・スポーツ 「Tennis Edition」	5月8日(木)～6月26日(木)の間の木曜日 全8回 10:00～12:00 医王山スポーツセンター	要	各2	公益財団法人 石川県スポーツ協会 医王山スポーツセンター TEL 076-229-1591 FAX 076-229-1740
	8	ウォーキング・イン・マウントイオウ	5月11日(日)順延日5月18日(日) 9:00～16:30 医王山周辺(往復約16km)	要	7	
	9	レディース・エンジョイ・スポーツ 「Badminton Edition」	9月4日(木)～10月23日(木)の間の木曜日 全8回 10:00～12:00 医王山スポーツセンター	要	各2	
	10	健康いきいきポールウォーキングIN医王山	10月25日(土) 9:50～13:00 医王山周辺(往復約5km) 医王山スポーツセンター	要	3	
	11	レディース・エンジョイ・スポーツ 「Ski Edition」	令和8年1月20日(火)～2月10日(火)の間の火曜日(全4回) 9:30～14:00 金沢市営医王山スキー場	要	各4	
	12	若返りリトミック体操	4月～令和8年3月(第2・4火) 10:00～11:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	一般財団法人 石川県金沢勤労者プラザ TEL 076-221-7771 info@kinpura.com
	13	やさしいピラティス	4月～令和8年3月(月) 9:15～10:45 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	14	ピラティス(月曜)	4月～令和8年3月(月) 10:50～12:20 金沢勤労者プラザ	要	各1	
15	ピラティス(火曜)	4月～令和8年3月(火) 10:00～11:30 金沢勤労者プラザ	要	各1		
	16	ピラティス(金曜)	4月～令和8年3月(金) 19:00～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
金 沢 市	17	優しい太極拳	4月～令和8年3月(火) 19:00～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	一般財団法人 石川県金沢勤労者プラザ TEL 076-221-7771 info@kinpura.com
	18	社交ダンス 初級	4月～令和8年3月(水) 13:30～15:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	19	フラダンス	4月～令和8年3月(木) 13:30～14:45 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	20	フリースタイルダンス	4月～令和8年3月(土) 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	21	エアロビクス	4月～令和8年3月(水) 18:30～20:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	22	リズム&ストレッチ	4月～令和8年3月(水) 10:00～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	23	3B体操	4月～令和8年3月(木) 10:00～11:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	24	ヨガ リフレッシュ	4月～令和8年3月(月) 19:00～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	25	ヨガ リラックス	4月～令和8年3月(水) 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	26	ヨガ ストレス解消	4月～令和8年3月(水) 18:30～20:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	27	ヨガ ナチュラル(午前)	4月～令和8年3月(木) 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	28	ヨガ ナチュラル(夜間)	4月～令和8年3月(木) 19:00～20:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	29	ヨガ ソフト	4月～令和8年3月(土) 10:30～12:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	30	ヨガ 整体	4月～令和8年3月(土) 13:30～15:00 金沢勤労者プラザ	要	各1	
	31	バランスボールエクササイズ	4月～令和8年3月(第2・4月) 10:30～11:30 金沢勤労者プラザ	要	各1	
32	城下町ウォーキング	4月1日～令和8年3月31日 第3(水) 10:00～12:00 北國新聞会館	要	2	一般財団法人 北國新聞文化センター TEL 076-260-3535	
33	ウォーキングレッスン	4月1日～令和8年3月31日 隔週(水) 18:30～19:30 隔週(土) 10:30～12:00 北國新聞会館	要	2		

文化探究
教養講座

国際理解
教養講座

スポーツ
教養講座

生活健康福祉
教養講座

情報科学
教養講座

自然環境
教養講座

経済産業
教養講座

キャリア
教養講座

専門講座

市町	No.	講座名	日時・会場	申込	単位	申込み・問い合わせ先
金沢市	34	第22回 加賀百万石ツデーウォーク プレ大会(下見会)	4月19日(土) 開催場所 金沢市 4月20日(日) 開催場所 金沢市 集合時間 両日共 未定 集合場所 金沢駅西口イベント広場	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
	35	第242回 健康ウォーク 納涼ウォーク 城下町の広見を巡る ※石川県スポレク協賛事業	7月27日(日) 時間未定 開催場所 金沢市 集合場所 未定	要	2	
	36	第243回 健康ウォーク 早朝ウォーク	8月24日(日) 時間未定 開催場所 金沢市 集合場所 犀川緑地公園(金沢市)	要	2	
	37	第244回 健康ウォーク 犀川 橋めぐり②	9月21日(日) 時間未定 開催場所 金沢市 集合場所 西部緑地公園	要	2	
	38	第248回 健康ウォーク 初詣でウォーク ※保存樹を訪ねて	令和8年1月12日(月・祝) 時間未定 開催場所 金沢市 集合場所 未定	要	2	
	39	第34回いしかわスポーツ・レクリエーション交流大会 3B体操石川のつどい	5月24日(土) 13:00~15:00 金沢勤労者プラザ 体育館	要	1	
	40	第34回いしかわスポーツ・レクリエーション交流大会 ベタンク大会	6月1日(日) 9:00~ 金沢市北部公園第3集会場広場	要	1	石川県ベタンク・プール協会 事務局 世古 正人 tel 080-1961-3987 fax 076-289-7736 seko2439@spacelan.ne.jp
野々市市	41	第249回 健康ウォーク ※モールウォーキング	令和8年2月21日(土) 時間未定 開催場所 野々市市⇒イオンモール白山 集合場所 野々市駅	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
白山市	42	第246回 健康ウォーク 白山手取川ジオパーク②	11月9日(日) 時間未定 開催場所 白山市 集合場所 道の駅・瀬名	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
小松市	43	第239回 健康ウォーク お花見ウォーク	4月6日(日) 時間未定 開催場所 小松市 集合場所 木場湯(小松市)	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
加賀市	44	第250回 健康ウォーク ※柴山湯一周ウォーク	令和8年3月15日(日) 時間未定 開催場所 加賀市 集合場所 未定	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp
県外	45	第240回 健康ウォーク 新幹線ウォーク②	5月18日(日) 時間未定 開催場所 福井県越前市 集合場所 越前たけふ駅	要	2	特定非営利活動法人 石川県ウォーキング協会 TEL/FAX 076-245-6588 iwa-ishikawa@nsknet.or.jp