



# マウスの会

内 容	超初心者向けパソコン教室
講師名	神尾 守先生
曜 日	月2回 第1火曜日・3金曜日
時 間	13:00～16:30
会 費	1回 1,000円 (教材費込み)
アピール文	パソコンのわからないことをお教えします。 わからないことがわからない方向けには 新聞のコラムの入力で、ワープロ入力の 基礎を覚えます。 11月・12月は年賀状講習を行います。



工事中



# 向日葵

内 容	書道の練習
講師名	宮川春子先生
曜 日	毎月1回 第3月曜日 (変更有)
時 間	14:00～16:30
会 費	月1,000円
アピール文	作品を書装して展覧会に出展して います。(募集中)



# 太極拳&ストレッチ

内 容	★24式・楊式太極拳    ★華武太極扇
講師名	田島美代子氏
曜 日	月4回金曜日
時 間	10:00～12:00
会 費	月3.000円
アピール文	体力づくりと健康増進に！ 会員募集中    連絡先：伊藤治子 ☎3973-7714





# コール・アダージョ



内 容	合唱
講師名	秋元智子氏(二期会)
曜 日	月曜日
時 間	10:00~12:00
会 費	5,000円/月
アピール文	<p>私たちは、音楽標語“アダージョ”から名付け「ゆるやかにゆっくりと練習を続けていきましょう」と、二期会の秋元智子先生の、時には厳しく、また明るく丁寧なご指導のもと、22年目を迎えます。</p> <p>地域の方で構成され、地域文化創造館や区民ひろばで練習を続けています。年に1回の発表の場を経験し、楽しく音楽性の向上をめざしている混声合唱団です。</p> <p>是非ご一緒に活動しませんか？入団を心からお待ちしています。先ずはいつでもご自由に見学なさってくださいね。</p>



# 24式太極拳日曜会

内 容	練功十八法(太極拳の前段の体操) 24式太極拳を行う
講師名	特になし
曜 日	毎月2回日曜日
時 間	9:30~11:30頃
会 費	なし
アピール文	年齢を重ねる毎に筋肉がなくなるのを防ぎ 楽しく体操をし、認知症予防、体力の衰えを防ぐ





# 楽しく筋トレ



内 容	・ストレッチと筋トレ ・体操を通じて[健康維持・人との交流及び 生きがいづくり]を目的とする。
講師名	渡辺奈々子先生
曜 日	毎月第1・3・4水曜日を原則とする (抽選の結果、第2になる場合もある)
時 間	10:00～11:00 (1時間)
会 費	1ヶ月1,000円
アピール文	転倒防止のため6種類の下肢筋トレ介護予防を 目指しております ※体験は直接会場にお越しください





# さくら千早クラブ

内 容	卓球の正しい基礎練習と応用まで。
講師名	なし
曜 日	月3回 月曜日
時 間	9:30~11:45
会 費	なし
アピール文	卓球大好きな仲間と楽しく頑張ってます。 <b>※会員募集はしていません</b>







# ゆうこサロン

内 容	手編み
講師名	三橋悠子先生
曜 日	月2回 日曜日
時 間	13:30～15:30
会 費	月1,000円
アピール文	眠っている糸に息吹を与えて、一針一針小物から大物を編んでいけばオンリーワン作品の出来上がり！ 一人一人のペースに合わせて、手を動かし、口も動いて和気あいあいと笑いの絶えない楽しい教室！ マイペースで一人一人違った作品をあんでいます。





# フィットネス要



内 容	健康維持するやさしい体操です
講師名	横尾三江先生
曜 日	毎月第1・第3火曜日
時 間	10:00～11:30
会 費	1,500円
アピール文	筋肉・関節・けん等をやわらかにする運動と きれいな歩き方もトレーニングしています。 姿勢良く、若々しい身体をつくります。 いつでも入会できますのでお待ちしております。 (先生)





# みどり会

内 容	卓球
講師名	なし
曜 日	月2回水曜日(変更することもあります)
時 間	9:00~11:45
会 費	なし
アピール文	健康のため楽しくやっています。





# 大黒連

内 容	踊り
講師名	木村浩子先生
曜 日	月2回 土曜日
時 間	13:00~16:30
会 費	月 1,000円
アピール文	4月・10月発表会 出演費無料、衣装・小物等は無料貸します。 民謡、新舞踊等 あさどやゆんた(沖縄)



工事中



# コーラス・FCK



内 容	合唱の練習
講師名	横井早苗先生
曜 日	毎月第1・2・3金曜日午前(変更有)
時 間	10:00~11:30
会 費	月2,500円 運営費500円
アピール文	童謡・唱歌やシャンソン・イタリア語、英語の歌など横井早苗先生の御指導のもと楽しく歌っております。歌好きの方は是非おいでください。お待ちしております。





# 悠千会

内 容	日舞
講師名	細田八重子先生
曜 日	月2回 火曜日 (第1・第2) 又は (第2・第4)
時 間	13:00~16:00
会 費	検討中
アピール文	平成31年1月から始めました。 会員募集中です。 踊りを習ってみたい方、是非見学においで ください。お待ちしております。

早文化祭



文化祭



工事中





# 絵手紙



内 容	絵手紙用のハガキに絵を描く
講師名	岩崎礼子先生
曜 日	毎月1回木曜日
時 間	13:30~16:00
会 費	月600円
アピール文	絵手紙は線で始まり線で終わりで それほど線におもきをおき練習をしております。 絵はうまくならなくても良いのです。 サークルは和気あいあい楽しくやって居ります。

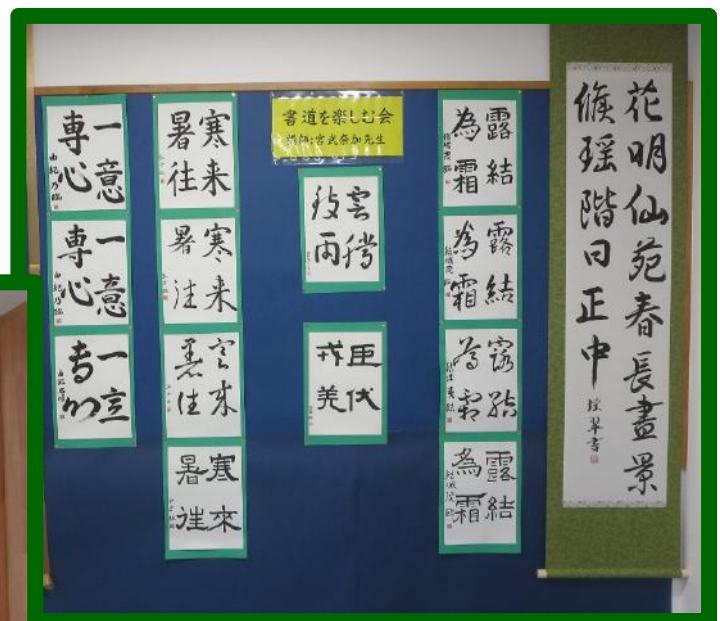




# 書道を楽しむ会



内 容	書道の学習と創作
講師名	宮武奈加先生
曜 日	月1回 第2水曜日
時 間	10:00~12:00
会 費	なし
アピール文	自宅では筆を持つこともないので ひろばで楽しく書を学んでいます。

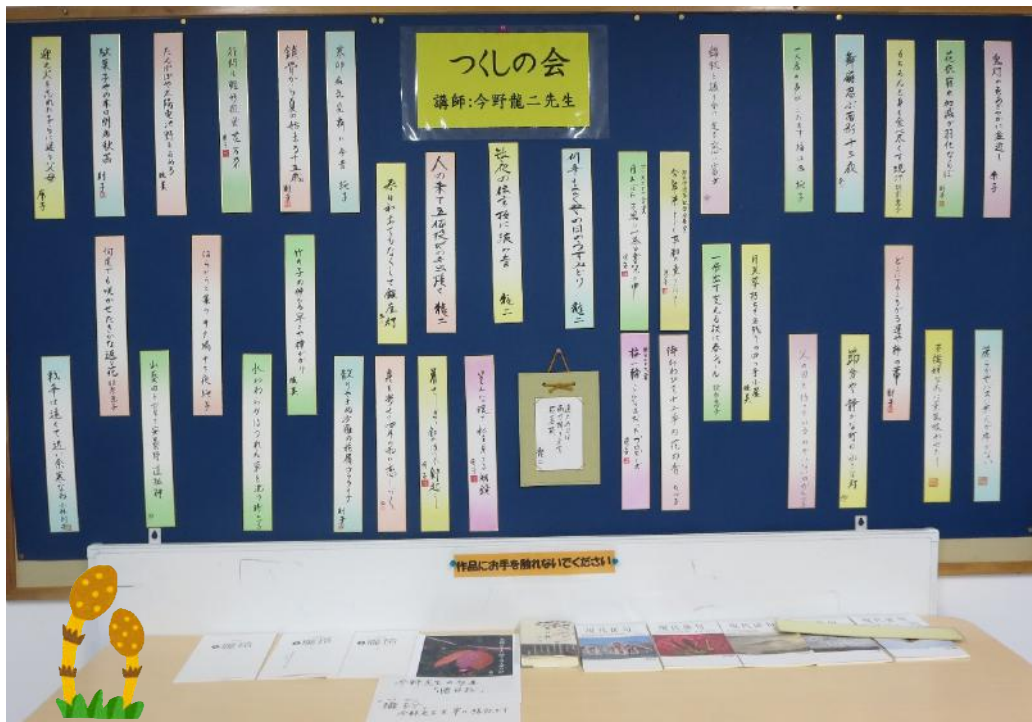




# つくしの会



内 容	俳句を作って楽しむ
講師名	今野龍二先生
曜 日	第2金曜日
時 間	13:30～15:30
会 費	1回 800円
アピール文	伸びる伸びる俳句の世界！ 春夏秋冬に人の営みから生まれる 俳句の楽しさ！ 入会歓迎！





# あじさい



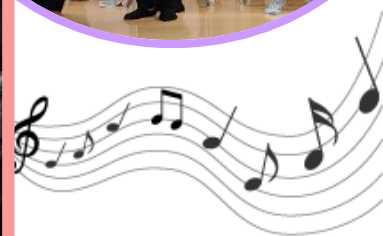
内 容	パッチワーク・キルト (タペストリー・バック・人形・トートバック等色々)
講師名	先生はいなくて、互いに教えたり 教えられたりしています
曜 日	月2回 火曜日
時 間	13:30～16:00
会 費	原則無料 ※有料の会場の時だけ集金
アピール文	認知症予防のため、せっせと指を動かして設計図で頭を悩ませ、話し合いながら作品の完成に励んでおります。出き、不出来はともかく達成感がありうれしいものです。興味のある方、トライしてみたい方、どうぞいらして下さい。大歓迎いたします。





# 要町カラオケ同好会

内 容	カラオケ教室
講師名	式地小夜先生
曜 日	月2回 第2・4土曜日
時 間	10:00~12:00
会 費	2,000円(2か月に一度)
アピール文	高齢と共に声が出なくなる声を出すことも 健康法！ 日常のストレス発散、友をつくり ふれあい活性化。 孤独にならず、明朗に。





# カラオケ フレンドシップ

内 容	カラオケ
講師名	なし
曜 日	月3回
時 間	13:00~15:30
会 費	なし
アピール文	カラオケを通して健康と親睦を持つ。 会員募集中(若干名)





# 要町吟詠会



内 容	漢詩を吟じて心情を味わう
講師名	吟道館流 師範 山影寿風先生
曜 日	月2回 第2・4 水曜日
時 間	13:30～16:00
会 費	月1,500円
アピール文	詩吟の向上はもちろんのこと 腹式呼吸で背筋を伸ばして発声する為 健康維持の為になります。





# ミシンの会



内 容	ミシンをつかいたい方や、手あそびしたい方の仲間づくり
講師名	飯塚愛子先生
曜 日	月2回 不定期
時 間	13:00～16:00
会 費	1回 200円
アピール文	ちょっとミシンをかけたい、ズボンの裾を修理したい方、いらして下さい。月2回区民ひろば千早で楽しく会をしています







# 千早男声合唱団 ライオンキングス

内 容	男声合唱団
講師名	緑川るみ先生
曜 日	毎月1回月曜日
時 間	13:30~14:30
会 費	月500円
アピール文	楽譜♪読めなくても大丈夫です。 楽しく、みんな一緒に大きな声で歌いましょう。 <b>会員募集中</b>





# カラオケもみじ会



内 容	カラオケ
講師名	なし
曜 日	随時
時 間	13:00～15:30
会 費	年会費500円
アピール文	カラオケを楽しみましょう。





# 笑寿会



内 容	朗読
講師名	稲垣暁子先生
曜 日	月2回 月曜日
時 間	10:00~12:00
会 費	月500円
アピール文	朗読を通じ、脳の活性化を測り健康の維持をはかります。





# 呉式太極拳



内 容	ゆったりと気持ち良い動きで 呉式太極拳を行う
講師名	<small>アルガ</small> 有賀晴美先生
曜 日	毎月第1・3月曜日
時 間	13:45～14:45
会 費	1ヶ月 1,000円
アピール文	健康のため、気持ちのリフレッシュのため ゆったりとした時間を過ごしませんか？ 太極拳の良さは『ゆっくりと年齢(とし)をとる』こと です。

