



東郷地区コミュニティだより

開講教室案内版

特別号

～平成29年3月1日～

【発行・編集】
東郷地区
コミュニティ
運営協議会
宗像市田熊8丁目7-25
TEL: 36-7711
FAX: 37-4171

MAIL: tougou-cc@coda.ocn.ne.jp HP: http://tougou-cc.net/ Facebook: https://www.facebook.com/tougou-cc



太極拳 **東郷太極拳同好会**

・初心者歓迎！
・体をゆっくりにほぐしながら健康づくり
・見学＆体験 お気軽にどうぞ！

日時：①第2・4週水曜日(月2回)
13:30～15:00/15:00～16:00
②毎週木曜日(月4回)10:30～12:00
講師：齊崎 圭介
月謝：①1,000円 ②2,000円
(別途会場等使用料均等割)
問い合わせ：齊崎 ☎33-5608

太極拳 **やさしい太極拳**

脳トレ、転倒防止、からだにやさしい
太極拳を始めませんか…？
(24式太極拳・32式剣)
見学、体験、お気軽にご参加を…

日時：第1～3週金曜日
13:15～14:45 (24式)
14:45～15:30 (剣)
講師：花田 由喜子(福岡太極拳協会)
月謝：2,500円
問い合わせ：花田 ☎090-3736-0950

健康ヨガ **スピリタルみつこ**

いつまでも健康で若々しく！
年齢に関係なく 無理なく楽しめる
女性向けの健康スローヨガ。

日時：第1～4週 火曜日
10:00～11:30
講師：花田 美津子
月謝：3,000円
問い合わせ：花田 ☎090-1871-8113

オカリナ教室 **たのしいオカリナ道場**

初心者大歓迎！
90分で実りある楽しいレッスン内容♪
無料体験講座実施中！

日時：第1週水曜日
①13:30～15:00②15:30～17:00
講師：宮内 明日香
定員：各(1クラス)6人
月謝：3,000円
問い合わせ：宮内 ☎090-7111-7857

大正琴 **中島流大正琴 琴由利会**

2ヶ月無料体験！左指を1本ずつ動かす
ことで、老化防止に良いといわれます。
一度見学にお出かけください。
入学はいつでも受け付けています。

日時：第2・4週金曜日
10:00～12:00
講師：中 琴由利(小森由利子)
問い合わせ：小森 ☎093-741-1097
090-2501-5251

謡曲・仕舞 **森本能舞台**

神郡宗像新能でおなじみの観世流
能楽師森本哲郎先生(重要無形
文化財保持者)より学べる謡曲・
仕舞教室。初心者歓迎！

日時：月2回(金曜日)
13:00～17:00
講師：森本 哲郎
月謝：6,000～8,000円
問い合わせ：森本能舞台 ☎092-711-8888

ヨガ **朝ヨガクラブ**
～アンビシャス・マミー ヨガ～

朝こそ、ヨガに最適な時間です。
週1回、ココロとカラダを
スッキリ癒しましょう。

日時：毎週木曜日
9:30～10:45
講師：馬場 心み
月謝：3,000円
問い合わせ：高屋 ☎62-4645

ヨガ **夜ヨガクラブ**

深い呼吸とゆったりポーズで
心と身体を解きほぐし、
ぐっすり眠れる
YOGAの時間です。

日時：第1～4週火曜日
19:00～20:30
講師：馬場 心み
月謝：3,500円
問い合わせ：馬場 ☎080-3181-0756

やさしい筋トレとストレッチシェイプアップヨガ **JEM トレーニングスタッフ**

前半はボール・チューブを使った負担の
少ない筋トレ！後半はステップを取り入れた
簡単なダンス！最後はクールダウンで
ヨガを取り入れたストレッチ！
気持ちよく体を動かして行きましょう！
初心者大歓迎です！

日時：毎週金曜日 11:15～12:45
講師：大濱 美希子
月謝：3,000円
問い合わせ：大濱 ☎090-8629-0702

現代短歌 **宗像短歌会**

初心者歓迎！
見学OK！
お電話ください。ご案内します。

日時：第2週土曜日
13:30～16:00
講師：大野 英子
(「コスモス」選者)
月謝：年会費 10,000円
問い合わせ：山崎 ☎43-4876

詩吟 **博陽吟道会**

漢詩や和歌を吟じて、
喜びや感動を体験しませんか

指導者 藤井陽月

毎週木曜(月4回)
17:00～19:00 の部
19:00～21:00 の部
月謝 3,000円
問合せ 0940-36-6009
藤井宅 090-7539-6421

楽しい俳句 **「対岸」海坂句会**

うなさかかかい
俳句を始めますと毎日の風景が
新しく感じられます。日々の感動を
自分の言葉で表現してみませんか。

日時：第1週金曜日
13:00～16:00
講師：今村 尚歌
定員：15～20人
月謝：500円
問い合わせ：今村 ☎090-4999-9550

社交ダンス **オーセンティック・社交ダンスサークル**

～65才以上の女性の方のサークル～
「若々しい健康づくり」の社交ダンス
サークル。先生と楽しく踊る個人
レッスンのような楽しいサークル。
初心者も歓迎です！

日時：毎週火曜日 10:00～11:30
講師：山下 正人 / 定員：7人
月謝：3,000円(入会金なし)
問い合わせ：山下 ☎080-3186-5248

琉球舞踊 **柳美会**

初心者の方も歩き方から
やさしく学び古典から軽快なリズムの
踊りまで楽しめるようになります。
気軽にどうぞ

日時：第2・4週土曜日
13:00～17:00
講師：伊藤 由美
月謝：2,500円
問い合わせ：伊藤 ☎62-3933

踊り **江戸芸かっぽれ**

美容と健康にはもちろんの事、
踊って楽しく見て美しい粋な男踊りです。
どこでも手軽に踊ることができ、
お座敷踊りの隠し芸としても人気です。
見学自由(無料)いつでも体験できます。

日時：毎週火曜日
13:30～15:30
講師：櫻川 志志菊
月謝：4,000円
問い合わせ：櫻川 ☎43-2354

池坊 **いけ花教室**

池坊の歴史を少しお話ししながらも
現代の自由ないけ花を楽しんで
いただいています。各々の個性を大事に
した教室にしたいと思っていますので、
いつでも体験にお出でください。

日時：第1週木曜日
10:00～12:00
講師：網脇 千恵子
月謝：1,500円
問い合わせ：網脇 ☎090-4582-3513

フラワーアレンジメント **フラワーサークル ベリー**

自由参加制。毎週開催していますが、
ご自分の参加したい週のみ参加OKです。
まずは体験をしてみませんか？

日時：毎週金曜日 14:00～15:30
講師：古内 祐子
月謝：なし(お花代・維持費のみ)
参加した時だけ…アレンジメント3,400円/回
モダン生け花2,900円/回
クリスマスフラワー4,400円/回
問い合わせ：古内 ☎090-5934-6173

写真 **東郷コミセン 写真愛好会**

写真を楽しむ、写真でコミュニケー
ション!! 被写体は多々、いろんな
人が集まり、語り、見てもらえる写真
を作るダイゴミを味わう。

日時：第2週水曜日
19:00～20:30
月謝：なし
会費として6,000円/年
問い合わせ：毛利 ☎72-4657

**超初心者
のための
パソコン
教室**

山本パソコン教室

パソコンが初めての方や、インターネット、メールの仕方等々、何でもあります。

日時：第1・3週火曜日 10:00~12:00
講師：山本 恭右 (きょうすけ)
月謝：2,500円
問い合わせ：山本 ☎080-8350-5480

パソコン

**パソコン「わすれな草」
須藤パソコンGOLD**

初心者・高齢者・やりなおし・ここだけ…に対応します。隣組資料、表、ハガキなど。

日時：第1~3週土曜日
わすれな草 10:00~12:00
GOLD 13:00~15:00
講師：須藤 安江
月謝：400円/回+会議室使用料
問い合わせ：須藤 ☎090-9405-7412

**パソコン
教室**

**PCたんぽぽ
パソコン教室**

パソコン、一緒にはじめませんか？いろいろな事に、挑戦しませんか？~Windows8
ご案内いたします~

日時：①第2~4週火曜日 9:30~11:30
②第2~4週水曜日 10:00~12:00
問い合わせ：稲垣 ☎090-8625-6007
月謝その他、お問い合わせ下さい

**ダンス
教室**

EMF ダンス

今、大人気のストリートダンス♪ EXILEのようなカッコいいダンスをやってみませんか？イベント・ライブにも出演できますよ☆

日時：毎週火曜日
①18:00~19:30 ②19:30~21:00
講師：吉田俊彦(ダンサー・モデル・タレント)
対象：小学生~社会人(30歳位まで)
問い合わせ：吉田 ☎090-9590-1901
<http://www.emf-vogue.com/>

**ダンス
教室**

**DANCE
STUDIO DICE**

JazzとHipHopをベースに、基礎のカラダづくりから振付まで進めていきます！講師はavexでもレッスンしているDAISUKEです！

日時：毎週火曜日 17:30~19:00
講師：伊藤 大輔
月謝：チケット制(1回1,000円)
問い合わせ：伊藤大輔 ☎090-9566-3548
daisukech@gmail.com

**フィットネス
キッズダンス**

**フィットネス
・キッズダンス**

ジャンルを限定せず、ジャズダンスやエアロビクス、ロックなどの要素をとり入れ、曲もニッシーや安室奈美恵、シャイニーや東方神起等のK-POP、西野カナ等色々使っています。幼稚園年少から小学校1~3年生くらいまでのクラスです。ダンス好きの子が待っています。初心者大歓迎です。

日時：第1~4週水曜日 17:30~18:30 (経験1年以上の小学生は30分プラス)
講師：添田 美晴
定員：希望募集5人(先着順)
問い合わせ：添田 ☎36-3479

**紙バンド
手芸教室**

麻生クラフト

紙バンドを使って、バッグ、かご等を作ります。おしゃべりしながら、和気あいあい楽しんでいます。手先を使って脳の活性化にもなるようです。個人のペースに合わせて指導いたします。お気軽にどうぞ!!

日時：第1・3週木曜日 13:00~15:00
講師：麻生 ちよ子
月謝：2,000円
問い合わせ：麻生 ☎090-9482-2838

編み物

手編み教室

頭の体操に始めてみませんか。小物から大人のニットまで四季を通して楽しいニットング教室です。

日時：第2・4週金曜日 10:00~12:30/13:00~15:30
講師：古賀 昌子
定員：午前・午後共 8人
月謝：2,000円+会場費
問い合わせ：古賀 ☎090-6899-4980

**パッチ
ワーク**

**永嶋パッチワーク
サークル**

ホットする一時間が過ごせるとおもいます。ストレスが取れ、作品が出来あがる楽しさをあじわってください。(生徒より)

日時：第1・3週火曜日 10:00~12:00
講師：永嶋 実依子
月謝：2,500円
問い合わせ：永嶋 ☎36-2577

**親子
リトミック**

**親子でどうぞ~
スマイルリトミック**

音楽で楽しく遊びながら、子どもの持っているあらゆる能力を引き出していきます。お子さんが集団生活に入る前の準備として親子で触れ合う貴重な時間を過ごしてませんか？

日時：日曜日 (月3回)
1~2歳 9:45~10:35
3~5歳 11:00~11:45
講師：廣門 悦子
問い合わせ：ひろかど ☎090-2712-8196

**親子教室
5月開講**

**親子でどうぞ~
ぽよぽよ
えんじゅる**

①歌をうたってママも赤ちゃんもにっこりにわらべうたベビーマッサージ
②抱っこでダンス！赤ちゃんがぐっすり眠るわらべうた産後ダンス

日時：第2~4週水曜日
①10:00~11:00 ②11:30~12:30
講師：中島 美咲
問い合わせ：中島 ☎080-1747-8359
詳細は教室ブログからご覧になれます
<http://ameblo.jp/poyopoyo-angel/>

**そろばん
教室**

**★子ども向け
若竹そろばん**

東郷小学校のみなさん
そろばんを
はじめてみませんか？

日時：毎週木曜日 15:30~19:00
土曜日 9:00~12:00
講師：石川 正貴
問い合わせ：石川 ☎35-3708

語学学習

韓国語勉強会

韓国語の勉強をもう少し深めてみませんか？

日時：毎週水曜日 10:30~12:00
講師：姜 賢美
定員：中級程度 若干名
月謝：5,000円+施設費500円
問い合わせ：土肥 ☎33-2481

韓国語

韓国語 (初・中・上級)

易しい日常会話を習います。初めての方も以前勉強したことがある方も もう一度チャレンジしてみませんか？

日時：第1・3週火曜日 13:30~15:00
第2・4週木曜日 13:20~15:00
講師：崔 (チエ) 祐先
月謝：2,000円
問い合わせ：崔 ☎080-4287-0797

ペン字

ペン字教室

ペン・えんぴつ・万年筆 お好きな道具で練習していただいています。お気軽にどうぞ。

日時：毎週金曜日 13:30~14:30
講師：ひの
月謝：2,500円
問い合わせ：ひの ☎33-9693

英会話

**大人も子どもOK!
ミサキアンビシャス**

「世界中の人々と友達になれる。」そんな子どもを育てるための英語教室です。楽しく明るいJ先生と学びませんか？

日時：①水曜日 13:00~18:00
②金曜日 18:00~20:45
講師：ジェイ・バラリン
月謝：4,000~5,000円
問い合わせ：伊規須 ☎090-8399-6788

英語教室

**★子ども向け
子どもコミュニケーション英語
ラボパーティ**

体を動かし、楽しく英語の歌や、英語の物語にふれ自己表現しながら、人と関わる力、英語を話すための力を育てます。ラゴの英語をはじめると、自分に自信が持てる子に変わっていきます。

日時：毎週水曜日 17:00~18:15
18:15~19:30・19:30~21:00
講師：龍田 順子
月謝：幼児 5,400円
小中高大学生 7,560円
問い合わせ：龍田 ☎090-8296-3407

英会話

**大人も子どもOK!
Kiwi
Communication
Club**

外国人講師で身につけた英語力。入会金無料で、まず「やってみる」ことができます。

日時：毎週火曜日 15:15~20:40
講師：フェアプラス ディーン
月謝：6,420円
問い合わせ：小室 ☎0120-532-015・32-7532

**水彩画
教室**

東郷 水彩画

私は絵は下手だけど…の方
待ってます！
心配せず ご参加ください。

日時：第1・3週木曜日 13:30~15:30
講師：竹下 国雄
月謝：3ヶ月 3,500円
問い合わせ：福井 ☎33-7919

**絵手紙
同好会**

かきの会

楽しく、ゆっくり、のんびり描いています
まずは見に来て下さい
楽しい会です

日時：第1・3週木曜日 10:00~12:00
講師：安藤 はるみ
月謝：500円/回+会議室使用料
問い合わせ：安藤 ☎39-3880

悩み相談

**大人も子どもOK!
むなかた
福祉研究会**

悩み相談
親子、夫婦、職場の悩み
不登校、引きこもり、一緒に考えます

日時：第2週水曜日 13:00~17:00
講師：浦川 嘉治 (指導カウンセラー)
問い合わせ：浦川 ☎090-2584-7517

書写

**大人も子どもOK!
公文書写教室**
(ペン習字・かきかた・毛筆)

日常生活で役に立つ書き文字を基礎から楽しく学べます。見学・体験、いつでも大歓迎です！

日時：毎週木曜日 14:00~19:00
講師：今川 忍
月謝：入学金3,500円
大人4,320円・子ども3,240円
問い合わせ：今川 ☎090-9498-4389

**書道
教室**

**大人も子どもOK!
習永書道**
(幼・小・中・高校・成人)

字の成り立ち、筆の使い方を学びます。小、中学生は県大会があります。

日時：毎週水曜日 17:00~21:00
講師：堤 潔静・堤 崇峰
定員：20人
月謝：幼・小 硬筆のみ2,000円
他は3,000円
問い合わせ：堤 宏 ☎090-2589-4483
堤 敏子 ☎080-1731-7728

やっぴよう!

…が いっぱい!

**まずは 教室に電話をして
東郷コミセンへ
行ってみよう!!**

東郷地区コミュニティセンター
マスケットキャラクター
東郷 やよい ちゃん