

東郷地区コミュニティだより 特別号 令和2年 3月 1日

開講教室 生徒募集

あなたも習い事を始めてみませんか？

【発行・編集】東郷地区コミュニティ運営協議会
宗像市田熊6丁目7-25 TEL:36-7711 FAX:37-4171
E-mail:tougou-cc@codu.ocn.ne.jp HP:http://tougou-cc.net/
Facebook:https://www.facebook.com/tougou.cc

フラダンス Pono hula
助産師がシェアするフラダンス教室。親子ではじめませんか？
無料体験3月13日！
日時：第1～3週 金曜日
子ども 17:45～18:45
大人 19:00～20:30
講師：濱田 ゆかり
月謝：子ども 月謝制 2,500円 / 月
チケット制 1,000円 / 回
大人 月謝制 4,000円 / 月
チケット制 1,500円 / 回
問合せ：濱田 ☎090-7530-2759

太極拳 東郷太極拳同好会
初心者歓迎！
体をゆっくり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
15:00～16:30
②毎週 木曜日(月4回)
10:15～12:00
講師：實崎 圭介
月謝：①1,000円 ②2,000円
(別途会場等使用料均等割)
問合せ：實崎 ☎33-5608

空手道教室 空正会館
NPO法人新国際空手古武道連盟
強くなれる 老若男女問わず
諦めない 精神力を身につける
空手、古武道を身につける
空正空手
日時：毎週 土曜日
18:30～20:00
講師：館長 山本 芳正
月謝：4,000円
問合せ：館長 山本 ☎090-5386-2406

キッズダンス フィットネス・キッズダンス
子ども向け
2、3歳から小学校中学年くらいまでのクラスです。今はやりのDUPUMPのバイーンダンス(パーティ)や嵐のターニングアップ等、楽しんで踊っています。ダンスを始めた子、初心者大歓迎です。いつでも体験見学無料でできます。
日時：第1～4週 水曜日
17:30～18:30
講師：添田 美晴
定員：春期募集7人(先着順)
問合せ：添田 ☎36-3479

ジャズ体操 フィットネス・ジャズ体操
リズムカルな曲にのって楽しく踊っています。身体を動かすことが大好きなメンバーです。仕事をしながら健康と美容のため、ストレス解消のため、ジャズダンスやエアロビクス、ストレッチ、柔軟と幅広く楽しんでいます。ぜひお仲間になりませんか！
日時：第1～4週 水曜日
19:30～21:00
講師：添田 美晴
定員：春期募集5人(先着順)
問合せ：添田 ☎36-3479

ソフト・ストレッチ ソフト・ストレッチ
まっすぐ立って歩いたり、バランスや体幹を整えながら有酸素運動をしたり、身体をすみずみまで使ってストレッチをします。簡単な手足を動かすダンスや脳トレもします。心地良い音楽を聴きながら身体を整えて健やかに過ごしましょう。一緒にしませんか？
日時：第1～4週 金曜日
10:30～12:00
講師：添田 美晴
定員：春期募集5人(先着順)
問合せ：添田 ☎36-3479

やさしい筋トレとシェイプupヨーガ 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！後半は簡単なステップで有酸素運動！
最後はクールダウンでヨガです!!
気持ちよく身体を動かして行きましょう！
日時：第1～4週 金曜日
11:15～12:45
講師：大瀧 美希子
月謝：3,000円
問合せ：大瀧 ☎090-8629-0702

健康スローヨガ 癒のスピリタルみつこヨガ
女性向けの健康スローヨガ。
いつまでも若々しく楽しく元気に！
体が硬くても大丈夫ですよ！
日時：第1～4週 火曜日
10:00～11:30
講師：花田 美津子
月謝：3,500円
問合せ：花田 ☎090-1871-8113

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
19:00～20:15
講師：馬場 ふみ
定員：10人
月謝：3,500円
問合せ：馬場 ☎080-3181-0756

ヨガ 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 ふみ
定員：25人
月謝：3,000円
問合せ：高屋 ☎080-5248-8662

ヨガ green☆peace yoga
『細く長く楽しむ』というグリーンピースの花言葉から名付けました。
月2回自分のペースでご参加ください。
日時：基本第2・4週 水曜日
10:30～11:45
講師：最所 陽子
月謝：回数月謝制 / 1レッスン
1,000円×回数、
施設料 300円
休会月 500円(施設料含)
問合せ：最所 ☎090-9655-6611

ヨガ 姿勢ヨガ
身体の軸を整え、きれいな姿勢作りをしていきましょう。
日時：毎週 木曜日
19:00～20:00
20:00～21:00
不定期日曜日 10:30～11:40
講師：中村 公美
月謝：月4回 5,500円
月2回 3,500円
日曜日1回 1,500円
問合せ：中村 ☎090-8355-5500

楽々健康体操 いきいきフィットネス宗像
「運動は嫌い！だけど運動が必要なのは事は知っている…」そんなあなた！一緒に運動しませんか？身体が変わり、心が変わり、生活が変わります！
日時：毎週 金曜日
10:00～11:30頃
講師：森田 暁子
月謝：4,400円
(他5会場全てに参加可能)
問合せ：森田 ☎090-5746-5728

コーラス コールきらら
初心者
中高年(特に男性)
大歓迎！
日時：第2・4週 木曜日
13:00～14:30
講師：レイカ シスターズ
会費：2,500円
雑費：500円
問合せ：末岡 ☎090-4986-4668

コーラス なつかしい歌を歌いましょう
体操・呼吸法・発声法の後、皆さんがよく知っている歌を素敵なピアノの伴奏にあわせて楽しく歌います。
日時：第1・3週 火曜日
13:30～15:00
講師：能智 和子
松元 拓士
定員：30人
月謝：1回 800円
問合せ：能智 ☎32-9497

P&Pゴスペル P&Pゴスペル合唱団
心癒され元気になる音楽
それが、ゴスペルです。
まったくはじめてでも大丈夫！
一緒に歌いましょう！
日時：毎週 金曜日
14:00～15:00(入門クラス)
18:00～19:00
講師：吉住 さと子
月謝：1回 1,000円
月謝 2,500円
問合せ：吉住 ☎090-7980-6439

オカリナ 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・2週 水曜日
13:30～15:00
15:00～16:30
講師：宮内 明日香
定員：各クラス 6人
月謝：3,000円
問合せ：宮内 ☎090-7111-7857

ギター弾き語り ギター教室「あんぶらぐど」
子どもから大人まで
小学生からお年寄りまで、
初心者も経験者も大歓迎！！
宗像 ギター教室
日時：毎週 水曜日 9:30～13:00
毎週 土曜日 17:20～20:00
1枠50分
講師：横矢 和剛
月謝：月4回 5,000円
問合せ：横矢 ☎090-9656-5720

大正琴 琴凌流大正琴志凌会
基礎から始めます。両手を使って演奏するので認知症予防にいいのでは？
知っている曲が弾けるようになると楽しいですよ。
日時：第2・4週 土曜日
13:00～16:00
講師：宮崎 聡美
月謝：3,000円
問合せ：宮崎 ☎090-4341-0646

大正琴 中之島流大正琴琴由利会
“人生100歳”にふさわしい大正琴です。
初めての方：お琴を1年間貸出します。
経験者：お持ちのお琴を持参してください。
大正琴で脳と指先をトレーニング！
身も心も若々しく過ごしましょう！
日時：第2・4週 金曜日
10:00～12:00
講師：中 琴由利
月謝：2,500円
問合せ：古森 ☎090-2501-5251

詩吟教室 博陽吟道会
吟は精一杯大きな声で吟じます。
腹式呼吸ができるようになります。
大きな声を出すことは、
声を刺激し、血液の循環をよし、
身体の老化を防ぎます。
日時：毎週 木曜日 17:00～19:00
19:00～21:00
講師：藤井 博子
月謝：3,000円(月4回)
問合せ：藤井 ☎36-6009
090-7539-6421

リトミック 子ども向け

スマイルリトミック

リトミックは生きる力を育む教育です。
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。

日時：日曜日（月3回）
9:45～10:45

講師：廣門 悦子
定員：7人
月謝：5,000円
問合せ：廣門 ☎090-2712-8196



算数・英語・英検対策

Studylabo WIT 子ども向け

算数、英語を得意科目にしませんか？
授業体験も大歓迎です！
お気軽にお問い合わせください。

日時：毎週 火曜日 17:10～18:10
（小3 英語）
毎週 金曜日 17:10～20:30
（小3～6 算数・英語）

講師：竹内、割石、生田
定員：6～12人 / 月謝：5,500円
問合せ：竹内、割石、生田 ☎080-3987-2345

中学生英語 子ども向け

Studylabo WIT

学力の基本となる学校の授業を
先取り学習することで学びを定着させ
確実に英語力を向上させます。

日時：毎週 火曜日
18:20～19:30（中1）
19:35～20:45（中3）
毎週 金曜日
19:35～20:45（中2）

講師：割石 / 定員：8人
月謝：7,300円
問合せ：割石 ☎090-9577-8421


英語学習 子ども向け

小・中学生の英語学習

小学生は新しいワラスで英検5級を目指す
します。中学生は基礎学力をつけ、反復
練習を行います。

日時：毎週 水曜日
17:00～20:30

講師：安部 敏夫
定員：各クラス5人程度
月謝：小学生 2,500円
中学生 3,500円
問合せ：安部 ☎36-7870
080-5600-7870



英語教室 子ども向け
(0才～大学生)

子ども英語ラボパーティ

海外の歌や絵本、物語を題材にし、
幼児から本物の英語の使い方を
学んでいきます。幼児～大学生で
英語劇やキャンプ、国際交流などの
体験活動も行い、社会性やコミュニケー
ション力も身につけていきます。楽しく本物
の英語の力を身につけましょう！

日時：毎週 金曜日 17:30～18:15
18:15～19:30・19:30～21:00

講師：龍田 順子
月謝：4,500～7,560円
問合せ：龍田 ☎090-8296-3407


そろばん 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
月謝：4,000円
問合せ：石川 ☎35-3708



無料相談会

成年後見・遺言・相続を中心に
お困りごとをお聞かせください。

**福岡県行政書士会
福岡北支部**

【2020年～2021日程】
3/22（日） 5/24（日）
7/26（日） 9/27（日）
10/25（日） 11/22（日）
1/24（日）

受付時間：13:00～16:00 ※予約不要
問合せ：ノック法務事務所内
木村（キツキ） ☎72-4410

韓国語

韓国語教室

韓国語を少し勉強したことがある方
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

講師：崔 祐先
月謝：2,000円
問合せ：崔（チエ）
☎080-4287-0797

カリグラフィー

たのしいカリグラフィー

カリグラフィーとは、西洋や中東などに
おける文字を美しく書く手法です。
基本的な書体から個人のベースに合わせ
て進めていきますので、楽しみながら学べます。
見学・体験いつでもお気軽にどうぞ。

日時：第4 火曜日
10:00～12:00

講師：原武 美砂
（カリグラフィー・ギルト・会員）
月謝：2,000円（別途会場料等別途）
問合せ：原武 ☎093-602-2735


ペン字

ペン字教室

お好きな筆記用具を使って、
楷書から行書までを練習致します。
お気軽にお電話ください。

日時：毎週 金曜日
13:30～14:30

講師：ひの みか
月謝：2,500円
問合せ：ひの ☎33-9693




書写 子どもから大人まで

公文書写教室
(ペン習字・かきかた
筆ペン・毛筆)

美しい文字で、新しい私へ。
始めませんか、くもんで書写。

日時：毎週 木曜日
14:00～19:00 または
毎週 土曜日
9:00～12:00

講師：今川 忍
月謝：入会金3,500円
大人 4,400円・子ども 3,300円
問合せ：今川 ☎090-9498-4389




子ども硬筆・毛筆 子どもから大人まで

習永書道

字の特長、成り立ちを学び、筆の
使い方を習得します。楷書、行書、
草書そして実用書に発展します。

日時：毎週 水曜日
17:00～21:00

講師：堤 深静・堤 崇峰
定員：20人
月謝：子ども 硬筆 2,000円
毛筆 3,000円
成人 3,000円
問合せ：堤 ☎090-2589-4483




書道 子どもから大人まで

華耀書道教室

近年、日本の書道文化を世界遺産に登
録しようという動きがあります。直筆で書く
手紙は味わいがあり、読む人の心に感動
を与えます。上達した先には指導者とい
う道もあります。これを機にあなたも指導者
という道を選びませんか。

日時：第1～3週 日曜日
9:00～13:00

講師：吉武 華耀
定員：10人
問合せ：吉武 ☎090-4774-4179



書道 子どもから高校生まで

**日本習字
かきかた教室**

楽しく時には厳しく
おけいにしていけたらと思います。

日時：第1～4週 火曜日
15:00～19:00

講師：甲斐 絹子
月謝：硬筆のみ 2,000円
毛筆・硬筆 3,000円
（兄弟割引あり）
問合せ：甲斐 ☎090-6778-5462



韓国語

韓国語勉強会
中級程度

안녕하세요

日時：毎週 水曜日
10:30～12:00

講師：安 賢美
月謝：5,000円
問合せ：松田 ☎080-3959-4552



パソコン

**パソコン教室
はなみずきの会**

パソコン初心者大歓迎です。
ハガキ・名刺・チラシ・家計簿・
住所録などなど…生活に役立つ、
ワード・エクセルを勉強しています。

日時：第1～4週 金曜日
10:00～12:00

講師：大和 孝子
月謝：2,500円
問合せ：大和
☎090-7455-6351




パソコン

**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？
スマホ、タブレットいろいろな事に、
挑戦しませんか？
（少人数の教室です）

日時：第2・4週 水曜日
10:00～12:00

講師：稲垣 淳子
月謝、その他お問い合わせください
問合せ：稲垣
☎090-4485-3313



パソコン

山本パソコン教室

パソコン初心者さん。
まずは見学に来られますか？
大歓迎です!!

日時：第1・3週 火曜日
10:00～12:00

講師：山本 恭石
月謝：2,500円
問合せ：山本 ☎090-8350-5480



楽しい俳句

「対岸」海坂句会
うなさか

四季折々、日々の暮らしの中で
人生を17文字で楽しく表現して
みませんか。皆さまの多数ご参加
お待ちしております。

日時：第1週 金曜日
13:00～16:00

講師：皆で意見を出し合う
定員：15～20人
会費：500円
問合せ：大野 ☎36-2835


短歌同好会

宗像短歌会

会員の短歌を互いに評し合い、
先生からご講評をいただいています。
また、歌集などを読み、感想を
述べ合っています。

日時：第2週 土曜日
13:00～

講師：大野 英子
月謝：年会費 12,000円
問合せ：山崎 ☎43-4876




パッチワーク

永嶋パッチワーク

カリキュラムにそって作る場合もある
し、希望に合わせていろんな作品を
作り気軽に参加して楽しんでいた
だければと思います。

日時：第1・3週 火曜日
10:00～12:00

講師：永嶋 美依子
月謝：2,500円
問合せ：永嶋 ☎36-2577
090-2500-2675



フラワーアレンジメント

フラワーサークルベリ

毎週開催ですが、自由参加制なので
都合に合わせて参加ください。
第2全曜日は17:00～21:00の
開催です。フラワーアレンジメント・
ブライズドフラワー・
モダンいけ花もあります。

日時：毎週 金曜日 14:00～17:00

講師：古内 祐子
月謝：お花代3,000円と維持費500円
問合せ：古内 ☎090-5934-6173



**池坊いけばな
フラワーアレンジメント**

**池坊いけばな教室
花空間**

池坊いけばなとフラワーアレンジメント
を基礎から応用まで、幅広く学べる
教室です。講師ホームページは
hanakukan-netお気軽にどうぞ。

日時：第1・2・4週 火曜日
10:00～12:00

講師：渡辺 伯徳
月謝：月2回5,500円・月3回5,900円
問合せ：渡辺 ☎090-2963-6943

いけ花教室

池坊いけ花教室

各々の個性で楽しく
お花と向き合っています。

日時：第1週 木曜日
10:00～12:00

講師：網部 千恵子
定員：15人
月謝：1,500円
問合せ：網部 ☎090-4582-3513



**ブライズドフラワー
フラワーアレンジメント**

**フラワーサークル
「プティ・ブーケ」**

お花を通して、地域のみなさんと
楽しく交流できる講座です。

日時：毎週 金曜日（月に4回）
①11:00～12:30
②13:30～15:00

講師：藤田 雅子
月謝：入会費月謝なし
お花代と維持費3,450円/回
問合せ：藤田 ☎090-5478-7069

茶道

**茶道裏千家
秋桜会**

初心者から上級者の方まで、茶道の
良さを楽しくお伝えします。
お気軽にご参加ください。

日時：第1～3週 金曜日
17:00～21:00
第1・2・4 水曜日
9:00～13:00

講師：長 真子（宗真）
月謝：6,000円
問合せ：長 ☎090-4986-8075



着付

着物着付練習会

みなさんとゆっくり楽しみながら
練習しませんか。
月3回、前結び、後結び
どちらも練習いたします。

日時：第1・3・4週 水曜日
19:00～21:00

講師：三代 美代子
月謝：2,500円
問合せ：三代 ☎43-0427
090-5940-4424




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：8人
月謝：月2回 2,000円
問合せ：古賀 ☎090-6899-4980



東郷コミセンにて開講中の教室 生徒募集を掲載しています。子どもから大人まで、いろいろなジャンルの習い事がありますよ～ お問い合わせは、各教室へ直接お電話してください。