

# 田迎西地域コミセンだより

## 第18号:平成26年12月15日発行 (田迎西地域コミュニティセンター)



本号では、田迎西地域コミュニティセンターを利用されている、地域福祉&サークルの活動内容についてご紹介します。

### 子育てサークル キューピークラブ・さくらんぼクラブ

・毎月第2、4水曜日 午前10時～午前12時  
未就園児さんと保護者を対象に、絵本、わらべ歌、手遊びや月替わりの活動では、消防士さんによる救急指導法、手作りおもちゃ、講演会、クリスマス会等、内容も豊富です。お気軽にご参加ください。

↓4月 始めましての会 ↓8月 絵本の読み聞かせ



↑電話 主任児童委員・木原 090-8768-0313  
厚地 090-9580-7682

### いきいきサロン・ふれあいデイサービス

・田迎西一町内いきいきサロン 毎月 第4木曜日  
・田迎/田迎西ふれあいデイサービス年1回9月  
日頃交流の機会が少ない高齢者を対象に、触れ合いと楽しい仲間づくりを目的として、健康相談及び指導・健康チェック(血圧・脈拍測定)・食事会・茶話会などを行っています。

↓6月 いきいきサロン ↓9月 ふれあいデイサービス



<田迎西校区 一町内>

<田迎・田迎西 合同>

### 地域住民交流事業

・毎週日曜日 午後1時～午後5時



毎週日曜日の午後を「地域住民交流の日」と設定し、当コミュニティセンターを校区住民の皆さんへ無料開放しています。利用条件として、「スポーツ、文化、趣味、レクリエーション、地域の祭り」等幅広く開放して、地域住民の皆さんが気軽に参加されて、交流が深まるよう支援しています。皆さんの参加をお待ちしております。写真は囲碁を楽しんでいる地域の人たち。  
電話 田迎西コミュニティセンター096-379-3079

### 幼児教室 ミニミニ幼稚園

・毎週木曜日(4回/月) 午前10時～午前11時半



未就園児対象の幼児教育を行っています。集団生活というものに重点を置き、保護者同士の交流の場にもなれると思います。幼稚園のミニミニ版で、音楽リズムや製作活動、英語活動等盛りだくさん!

↑電話 岩永 090-4515-2873

### シャッフルタップダンス

・毎週火曜日 午後7時～午後9時



タップダンスは子供から大人まで、年齢に関係なく楽しめるダンスです。楽しみ方は人それぞれ、自分のペースに合わせて足でリズムを奏でいっしょに楽しく踊りましょう。

↑電話 西田 080-5375-6407

### ナプア 園田フラ

・毎月第1・2・3土曜日 午後6時半～7時半(子供)  
午後8時～9時半(大人)



ハワイで愛され受け継がれたフラを仲間たちと楽しく学んでいます。年齢を問わず初心者の方、経験のある方一緒に楽しみましょう。気軽に見学、体験においで下さい。

↑電話 園田 090-5081-3643

### カレオナニ・ベティ・「田迎ハワイアンアーツ」クラス

・毎月第2・3・4土曜日午後1時～2時・子供クラス  
午後2時～5時・大人クラス



Aloha!太平洋の真ん中に浮かぶ南の楽園ハワイ!神々の宿る自然から無数のストーリーがハワイの歴史の中で歌い継がれ踊り継がれてきました。ハワイアンフラを最高に楽しんでいます。

↑電話 ベティキムラ 090-3795-1702

### ユニーク体操 プラーナ

・毎週木曜日 午前10時半～午前11時半



ヨガとストレッチを音楽に振り付け、ダンスと組み合わせる事によって、体も軽快に動き、筋力もアップするユニークな体操です

↑電話 眞野 090-3883-1396

### 太極拳

・毎週火曜日 午後7時30分～午後9時



太極思想を取り入れた拳法であり、ゆっくりとした動作と意識、呼吸を合わせ健康を導きます。年齢を問わずどなたでも楽しめます。

<熊本県中国武術研究会>

↑電話 中山 096-363-6066

### さわやか健康太極拳

・毎週火曜日 午前9時半～午前11時



老後も元気で楽しく生きるためには太極拳のゆっくりとした動き、中腰で動くことによる筋トレはとても効果があり親しみやすく無理なく続けられます。初心者、経験のある方も一緒に楽しみましょう。

↑電話 清塘 080-1532-3346

### りらくす ヨーガ

・毎週水曜日 午後1時半～午後3時



ヨガ中に眠られる方続出!するもしないも御自分次第で大丈夫です。ご都合のあう日にいらっしやってください。ゆるめることに重点をおいたヨガです。

↑電話 荒木 090-8356-0623

### 実践体育学体操三井島システム

・毎週金曜日 午前10時20分～午前11時20分



全身の筋肉をくまなく刺激しバランスの取れた身体づくりを目指しています。姿勢が良くなり肩こりや腰痛が緩和したといううれしいお言葉もいただいています。30～70代の方が元気に参加されています。

↑代表者 高田 桂子

### 骨盤体操&ピラティス

・毎週木曜日 午後2時～午後3時



疲れにくく美しいカラダ作りを目指すピラティスは、床に敷いたマットの上で骨盤や脊柱などの骨格を整えて筋力強化をします。代謝アップにも効果的!無料体験等の問い合わせは、どうぞお気軽に。

↑電話 赤池 090-9657-6961

### フラワーサークル ベビーローズ

・毎週火曜日 午後2時～午後9時半



季節行事のアレンジメント・ギフト・ブーケ・プリザーブドなど様々な作品を作ります。初めてでも安心!まずはお花の扱い方から始めましょう。趣味はもちろん資格取得もできます。

↑電話 西 090-7449-7391

### (書道・ペン字) わたなべ教室

・毎週木曜日 午後5時15分～午後9時



書道・えんぴつ・ボールペンを幼児から大人まで暮らしの中でのたく勉強していきます。希望者は段級雑誌もありペン字や書道の全国検定も受験できます。まずは楽しくのんびりとされては!

↑電話 渡辺 090-8512-7112