

ナプア園田フラ



明るく美しくを大切に5歳から80歳までフラダンスを楽しんでいます。初めての方大歓迎です。基礎からゆっくり指導します。健康の為、ストレス解消にも最適です。お気軽に見学においで下さい。

第1・2・4火曜日午後6時半～7時半（5歳～小学生）
午後8時～9時半 第4土曜日午後6時～9時半
第1・2・4木曜日午前10時～12時

代表者：園田真由美 090-5081-3643

りらくすヨーガ



ヨーガは自分との対話です。日頃ないがしろにしがちな自身を見つめなおし、体のゆがみを整え、心の安定をはかっていきます。年齢・性別を問わず、誰にでもできる体操をゆったりとした呼吸にあわせて行います。初心者

の方も大歓迎です。まずは体験にいらしてください。毎週水曜日（7月からは第1・2・4）午後1時半～3時 代表者 荒木 090-8356-0623

日本空手道田崎道場



フルコンタクト（直接打撃制）空手を通じて「克己心」（自分に負けない心）・自己鍛錬・ダイエット・メタボリック対策・ストレス発散しませんか？ 4歳（上限無し）入門可。見学自由・無料体験入門有り。毎週水曜日 少年の部 午後6時～7時半

一般の部 午後8時～9時半

代表者 田崎義朗 090-9406-9933 HP: <http://tasaki-dojo.com>

東京きものコンサルタント協会



器具なし。昔ながらの着付けや帯結びを初歩からプロ養成までの一貫着付け教室です。何度も教室に通ったが着ることが出来ない方、もう少し深く勉強したい方、帯だけを習いたい方、変わり結びを勉強したい方、要望に合わせて、カリキュラムを組みます。プロ養成コースは、プロの着付け師として仕事も出来ます。毎週水曜日午後7時～9時 代表者 田村マツ子

大正琴・オカリナ教室



邦楽から最新のヒット曲まで幅広く練習し、アンサンブルにも挑戦しています。「オカリナ」の教室もあり、音楽を通して、友好・ストレス解消等にもつながり、明るい日々を過ごすことができます。楽しいサークルを一度覗いてみてください。男性の方も大歓迎です。毎月第1・3木曜日午後1時～4時半 代表者 村上けい子

ダンススポーツ



私たち田迎ダンススポーツ愛好会は、当センター開設当初からお世話になっております。ベーシックを中心にモダン・ラテンの練習をしています。メンバーで雑談しながらのお茶の時間がとても楽しみです。

これからも頑張って部員一同ダンスの練習に励みます。

毎週金曜日午後7時～10時 代表者 二宮成子

サークル活動の紹介

英会話



日本語も教え方も上手で日本人と結婚されたカナダ出身のデビット先生と毎回楽しく英会話の勉強をしています。愉快的メンバー揃いで、笑いが絶えないクラスです。興味のある方は是非おいで下さい。

毎月第1・3・5土曜日9時半～12時45分

代表者 許雪玉 362-9832

極真カラテ



極真カラテは、子供達には礼儀とイジメに遭わない心身の強さ、女性には美容と護身といった具合に、夫々の目的、体力に合わせて老若男女誰にでも出来るカラテです。お手軽に見学、無料体験入門にお越しください。最高師範 大石代悟

毎週土曜日午前10～12時

代表者 吉里浩 090-2518-0887

詩吟



私たち吟詠同好会は、時には童謡唱歌を歌いながら練習に励んでいます。中国の詩聖といわれた李白や杜甫の漢詩や日本の詩人の作品を吟じています。お腹の底から声を出してストレス解消、楽しい仲間と和気藹々と練習しています。日本の古典芸能である誦吟に興味のある方はどうぞ気軽に練習風景を覗いてみてください。お待ちしております。

毎週土曜日午後1時～4時 代表者 甲斐冠二 378-6109

吉永フラスクール田崎教室



今ブームのタヒチアンダンスとフラダンスを約9名の皆さんで、楽しくレッスンしています。これから、各イベントや施設のボランティアでの活動を主に行っていきたいと思っています。楽しみませんか。毎月第1・2・3土曜日 午後7時～9時半

代表者 田崎広美



ミニミニ幼稚園

ミニミニ幼稚園では、お友達とふれあいながら様々な遊びに慣れ親しむことにより、集団生活の楽しさを感じ取る事を目的としています。幼稚園のミニミニ版で、音楽リズムや製作も行い、月に2回は

英語レッスンもあります。お子様により多くの事を学びたい方・お友達の輪を広げたい方・きっと楽しい一時を過ごせると思います。希望される方・詳しい内容が知りたい方は、ご連絡ください。

水曜日が基本（年38回）2～4歳児対象・90分間（10時10分～11時40分） 連絡先：向井 366-2547 岩永：090-4515-2873

東京きものコンサルタント協会(着付け教室)



教室の着付けは独自の方法で器具を使用しない手結びのみの正統派、覚えやすく忘れない着法です。まずは自分できものが着れる喜びを味わってみませんか。毎週木曜日 夜間7時半～9時半 代表者 吉田

ラウンドダンスサークル



ラウンドダンスとは、社交ダンスやフォークダンスのステップをとりいれて皆で輪になって楽しく踊るダンスです。わきあいあい楽しく踊っています。是非遊びにいらしてください。毎週金曜日午後1時半～3時半 代表者 橋本啓子

書写教室



書写をすることにより、集中力を身につけ、心を落ち着かせることが出来ます。筆を持つことで自分が心地よい気分になることが出来れば幸せなことです。只今、大人から子供さんまでが学習できるプログラムに取り組んでおります。子供さん

には、かきかた、大人の方には、ペン習字・筆ペン、三種の学習を通じて美しい文字を書くことが出来るようになれば新たな日常生活が待っていることでしょう。無料体験もありますのでお好きな時間に遠慮なく見学に来てください。

毎週金曜日 15時～20時・代表者 馬場崎洋子 080-3985-2733

尚、その他の活動もありますので当センターへお問い合わせください。

カレオナニ・ベティ・「リコ・レファ」クラス



Aloha! 太平洋の真真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た事を思い浮かべ誰もが優しくなれるハワイアンスピリットを感じながら、自然に学び、笑顔、純心、探究心を忘れずに人生の一部となっているハワイアンフラを最高に楽しんでいます。貴方も、心身に優しい“フラ”を始めませんか。

——Meke Aloha Pume hana——

毎月第2・4土曜日 午後1時～5時（現在2時～4時ですが都合の良い時間に合わせます。）

代表者 カレオナニ・ベティ・キムラ

葉月教室(書道)



だれでも初めは初心者。楽しく人生の生きがいを感じませんか。きっと発見があります。参加者小人から大人までお気軽にご参加ください。(書は形だけでなく心を学ぶもの) 教室内容: 漢字・かな文字・ペン

代表者 上野美智子 382-6160