

田迎地域コミセンだより

第16号:平成25年12月15日 発行 (田迎地域コミュニティセンター)



本号では、田迎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

・毎月第2、4水曜日 午前10時～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。

↓9月 スイミング



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

↓11月 親子で遊ぼう



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2回9月・3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。

↓10月 いきいきサロン



<田迎西校区 一町内>

↓9月 ふれあいデイサービス



<田迎・田迎西 合同>

地域住民交流事業

・毎週日曜日 午後1時～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田迎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住民の人たち。

電話 田迎コミュニティセンター 096-379-3079

RapiRapi ベビーマッサージ

・毎月第2・4金曜日 午前10時半～12時半
ママも Baby ちゃんも楽しめる親子教室。ベビマと赤ちゃんヨガを取り入れた楽しい内容。楽しく過ごす事で育児にもゆとりが生まれますよ。ママ友作りや情報交換の場として「親子時間」作り。



↑電話 松本 090-3799-5860

うしじまクリニック マタニティビクス

・毎週火曜日 午後2時～4時
妊娠中の運動は、腰痛肩こりむくみを改善します。また、体重増加を防止し、安産へとつながります。専門インストラクターの指導のもと行います。妊婦さんは是非ご参加ください。



↑電話 うしじまクリニック 096-379-2727

幼児教室 ミニミニ幼稚園

・毎月第1・2・3・5木曜日 午前10時～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ばと思います。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～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～8時、8時～10時
・毎月第2・4木曜日 午後6時半～7時半、8時～10時
↑(子供:開校予定)
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

ダンス教室 Cherry Blossom

・毎月第1・3木曜日 午後6時～9時
バレエ・HIPHOP・JAZZ・LOCKIN・ブレイクダンス等、様々なダンスを練習します。キッズから大人まで幅広く受講できます。それぞれの年代に合ったレッスンをしています。



↑電話 中村 090-4351-1888

ユニーク体操 プラーナ

・毎週 木曜日 午前10時半～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～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～11時
太極拳は、小脳も大脳も刺激する協調運動です。グループで行うとより効果があります。運動が苦手な方、部屋にこもりがちの方、ゆっくりと動いて心も体もリフレッシュしましょう。



↑電話 清塘 080-1532-3346

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～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

リラックスヨーガ

・毎週水曜日 午後1時半～3時
日常生活から少し離れたリラックスの場にして下さい。ゆっくりとした時間の中で、心と身体の状態を感じてみませんか? 柔軟性を競うものではありませんので、簡単な動きを行います。



↑電話 荒木 090-8356-0623