

分野	だんたしめい 団体名	活動日時	費用	コメント
絵	きた え 北きり絵 あじさい	第2・4水曜 13:30～15:30	会費/月 1,000円	カッターを使い絵の作成をしています。展示会、カレンダー作成、まちなみ散歩など楽しいきり絵の教室をめざしております。
	きたく すいさいが かい 北区水彩画会	第1・3日曜 13:00～16:00	会費/月 1,000円	絵の好きな人の集まりです。年数回の作品展を目指し、楽しみながら水彩画を描いています。
	きた かい 北パステル会	第1・3木曜 13:00～16:30	会費/月 500円	色彩豊富で美しいパステルを主材に、初歩の絵画を勉強しています。画材や画題等は自由で、野外スケッチにも出かけたりします。
	きたく かい 北区 アートパステル会	第1木曜 9:00～17:00 第3木曜 13:00～17:00	会費/月 500円	日常物を見つめる事はそうあるものではありません。何時間かを物を見つめる事もいいものです。代わり当番制で行っています。気軽にどうぞ。
	きぼ えかぜ かい 木彫り絵風の会	第2・4木曜 13:00～16:00	会費/月 1,500円	板に絵を描き、彫刻刀で線彫り、アクリル絵の具で彩色して出来上がり。構図・色彩の配置、色の出し方は丁寧に先生が指導します。
	どようくらぶ 土曜倶楽部	第1・2・4土曜 13:00～16:30	入会金 1,000円 会費/月 1,000円	自由と気楽をモットーに仲間と楽しく描く。年に一度画廊にて展示発表します。
	はがき え ゆうゆう会	第1・3 水曜 13:30～15:30	会費/月 3,000円	講師関根悦子先生の指導のもと、身近な物をモチーフにハガキ絵にしています。年1回ロビーに展示。又センター祭にも発表しています。
	びじゅつ 美術サークル うてな	第1・2・3木曜 10:00～12:00	会費/月 3,500円	油彩画を初歩から勉強しています。文化祭、展示会等に参加し、スケッチ旅行、美術館鑑賞等、絵に親しみ、作画を一生の楽しみとしています。
	しん わ かい 親和会	第1・3土曜 13:00～16:00	会費/月 3,000円	現代水墨画の学習と共に会員相互の親睦を深めることを目的に仲良く学んでいます。又、根岸先生の懇切丁寧な指導も魅力です。
	に がおえ かい ニコニコ似顔絵会	第2金曜 最週日曜 (月2回) 13:00～15:00	会費/月 500円	絵心ない方や初心者⇒歓迎 似顔絵は上手・下手は関係ない所が魅力！一度無料体験して、楽しく一緒に描きましょう。
工芸	かわ こう げい かい 革工芸の会	第1・2・3木曜 9:30～12:00	会費/月 2,500円	身のまわりの小物から大きなバッグまでオリジナルのデザインで作品を作りませんか。
	コアラグループ	第2・4金曜 13:00～17:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	革を使用して、サイフや、バックなど、オリジナルな物を作っています。
	ガラスアート しずく	毎週水曜 9:00～12:00	会費/月 3,000円	スタンドガラスの製作を通じて、会員相互の親睦と技術の向上をはかる。

分野	だんたしめい 団体名	活動日時	費用	コメント
工    芸	ステンドグラス しずく	毎週水曜 4回 13:00~17:00	会費/月 2,000円	週一度、時間いっぱいお互いに学び合い教え合いながら、活動しています。個性あふれる作品造りを楽しんでいます。
	ステンドグラス ティファニー会	毎週木曜 13:00~17:00	入会金 4,000円 会費/月 4,000円	一週間に一度のお教室で、皆さんとステンドグラスについてディスカッションや制作等楽しんでやっています。
	ステンドグラス かがや 輝き	第2・4火曜 9:00~12:00	会費/月 3,000円	色々なガラスにふれ合いながら、楽しくいろいろな作品作りをし、互いの感性や個性を磨き向上したいと思って活動しています。
	しっぽうやきどうこうかい 七宝焼同好会	第2・4火曜 13:00~16:30	お問合せください	センターを利用して、少人数で七宝焼のアクセサリー等を作成しています。
	くらしをいろど らする タイルクラフト	第3または4金曜 14:00~16:00	お問合せください	モザイクタイルを使ってインテリア雑貨を作ります。どなたでも簡単に楽しめますのでお気軽に！女性限定です。 <a href="http://www.ayu-tile.com">www.ayu-tile.com</a>
陶   芸	ひやくわんひやくせんかい 百碗百撰会	第1・3土曜 13:00~17:00	会費/月 2,000円	抹茶碗の作成を基本に陶芸を楽しんでいます。
	りゅうせんかい 瀧川会	第1・3日曜 13:00~16:00	入会金 1,500円 会費/月 500円 粘土代/個200円	御都合の良い時間に来て下さい。楽しく作品をつくりましょう。
	とうげい 陶芸クラブつどい	第2・4日曜 9:00~ 午前・午後	入会金 1,000円 会費/月 1,000円	一日をかけて楽しく作陶に励んでいます。
書   道	くれたけどうこうかい くれたけ同好会	第1・3木曜 10:00~12:00	会費/月 5,000円	生涯教育に順じ、書を通して友好を深め、年輪を重ねつつ、人生を旺筆しております。センター祭で作品展。
	こたけかい 小竹会	第1・2・4水曜 19:00~20:30	会費/月 2,500円	北区青年教室の講師・卒業生で活動している会。月3回集まり、相互に親睦を深めている。毛筆・ペン字どちらも可。初心者大歓迎。
	みたけかい 美竹会	第1・2・4火曜 13:30~16:30	会費/月 3,000円	美竹会は書道の学習会。毛筆による漢字、仮名文字を学習することにより、教養を高め、相互の親睦を深めることを目的とする。
	しゆうかい 茲友会	第1・3土曜 10:00~12:00	会費/月 3,500円	仲間と和気あいあい、いつの間にか美しい筆文字が書けて、呆け予防。一生続けられる趣味です。写経から始める大人の書道を学びます。
篆刻	たきおうかい 滝王会	第2・4水曜 14:00~16:00	会費/月 3,500円	年賀状、暑中・寒中見舞、名前印などを楽しみながら彫ります。

分野	団体名 <small>だんたいしめい</small>	活動日時	費用	コメント
篆刻	秀雪会 <small>しゅうせつかい</small>	第2・4日曜 10:00～12:00	会費/月 500円	書道・水墨画用の落款の作成のみならず、 賀状用の吉語印・絵と組合せた手紙の封印 等を会の課題と自由作品とを組合せて適時 発表する。
ビデオ	城北ビデオサークル <small>じょうほく</small>	毎月8日頃 18:00～21:00	会費/年 10,000円	ビデオ映像の作品を作り、月1回の映写会 をして、会員相互の親睦を深めて技術向上 を目ざしています。入会希望の方歓迎致し ます。
写真	王写会 <small>おうしゃかい</small>	第1日曜・撮影会 第3日曜・月例会 13:00～16:00	入会金 1,000円 会費/月 1,000円	昭和62年に結成、写真技術の向上、会員相 互の親睦を深めるよう月1回撮影会、例会を 実施。入会希望の方歓迎致します。
	フォト集団 写励人 <small>しゅうだん しゃれいど</small>	第2日曜 13:00～17:00	入会金 2,000円 会費/月 1,500円	みんなで楽しく写真の撮り方を勉強していま す。初心者の方、写真に興味をお持ちの方、 是非いらして下さい。お待ちしております。
	サンアートフォトクラブ	第2日曜 撮影会 第4土曜(例会) 13:00～17:00	会費/月 2,500円	プロ写真家を顧問に毎月撮影会、例会を楽 しく行なっています。たまには一泊で撮影会 も。またそれぞれの後には楽しい飲み会も。
コーラス	北女声合唱団 <small>きたじよせいがつしやうだん</small>	毎週土曜 13:00～16:00	会費/月 5,000円	毎週土曜日の午後、日本の作曲家の曲集 を中心に歌っています。秋の北区合唱祭に 出演、北区合唱連盟の行事にも進んで参加 しています。
	東京紫金草 合唱団 <small>とうきやうしきんそう がつしやうだん</small>	第2日曜 13:20～17:00 第1・4水曜 18:20～21:00 第3土曜 13:20～17:00	会費/月 5,000円 活動場所 中文・赤文・滝文	花がすき歌がすき平和がすきお酒が好き なものが集まった混声合唱団です。地域で の出演もあります。指導は作曲家の安藤先 生です。
	コーラス そよかぜ	第1・3木曜 13:30～15:30	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	“楽しく歌おう”をモットーに会員一同“和 気あいあい”と練習しています。新しい仲 間の入会大歓迎です。
	スターダスト	第1・3金曜 14:00～16:00	会費/ 3カ月 1,000円	よく知っているポピュラーソングを英語で 口ずさんでみませんか。上手下手は関係あ りません。気軽にご参加下さい。お待ちし ております。
	さわやかコーラス	毎週金曜 10:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 6,000円	歌を楽しみ生き甲斐としてまもなく結成40 年、皆元気に仲良く歌ってます。北区合 唱祭、文化センター祭に参加し日々頑張 っています。
	マンネルコール北友会 <small>ほくゆうかい</small>	第1・2・3日曜 9:40～12:00	入会金 1,000円 会費/月 5,000円	日曜の午前、楽しく練習している男声合 唱団です。主な出演は北区合唱祭、東京都 合唱祭です。いつでも練習の見学においで 下さい。 <a href="http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-05.html">http://www.kita- bunka.com/sa/note/chubun-05.html</a>
	ひまわり (抒情歌)	第1木曜 10:00～11:30	会費/月 2,000円	みんなで歌おう世界の抒情歌！ 《歌って若返る♪歌って健康》。日本の歌 を含む、世界の様々なジャンルの曲を楽し みます。見学歓迎。
器楽	アンサンブル・トレモロ	第1・3・5日曜 10:00～17:00	会費/月 1,000円	平成11年結成。月2回の練習、年数回のボ ランティアと演奏会を実施。皆様に親しま れている曲を編曲、独特のサウンドを表現 しています。 <a href="http://tremolo-new.jimdo.com">http://tremolo-new.jimdo.com</a>

分野	団体名 <small>だんたいしめい</small>	活動日時	費用	コメント
器  楽	アンサンブル・ラピスラズリ	毎週土曜 13:00～17:00	入会金 3,000円 会費/年 36,000円	将来性のある若手指揮者とともにモーツァルト等のクラシック作品を中心に演奏を楽しんでいるマンドリンアンサンブルです。 <a href="http://www9.plala.or.jp/lapis_lazuli/">http://www9.plala.or.jp/lapis_lazuli/</a>
	<small>こうよう どうこうかい</small> 紅葉ギター同好会	第2・4水曜 13:00～16:30	会費/月 1,000円	毎月第2・4週の水曜日の午後からギター(クラシック、演歌等)を練習しているサークルです。みなさんの参加をお待ちしています。
	<small>ゆうゆう</small> 遊悠ハーモニ― (ハーモニカ)	第2・4木曜 13:00～17:00	入会金 1,000円 会費/月 1,500円	遊悠ハーモニ―は月2回、ソプラノ、アルト、バス、コードも入って楽しく練習しています。又センター祭にも参加しています。
	<small>かい</small> さくら会 <small>いくたりゆう こと</small> (生田流・琴)	第1・3土曜 13:00～17:00	会費/月 3,000円	古典・現代曲どちらも和気あいあいと楽しく学んでいます。発表会前には尺八等との合奏練習も行います。入会いつでも歓迎します。
	<small>もく そう かい</small> 木 箏 会	第1・3木曜 13:00～16:00	会費/月 3,500円	箏は家で一人で弾くよりも、大勢での合奏の方が、楽しみが倍加します。稽古の時は、箏はお貸しています。山田流です。
	<small>みちこと かい</small> 三智琴の会 しらゆり	第1・3火・土曜 10:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	いろいろなジャンルの曲を練習。センター祭には毎年出演。楽器が初めての方も気軽に楽しめます。大正琴の音色は心を癒します。
	<small>おうじががくかい</small> 王子雅楽会	不定期	会費/回 1,500円	本格的な雅楽合奏を楽しみたい方、ワンランク上の演奏技術を身につけたい方、雅楽の楽器を製作や修理を学びたい方のための会です。
	<small>きた ら かい</small> 北 楽 会	第2・4日曜 10:00～12:00	維持会費 半年/ 3,000円	世界最古のオーケストラ雅楽を学ぶサークルです。その雅楽の横笛(龍笛)の演奏をプロの演奏家の指導のもと一緒に楽しみませんか。 <a href="http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-06.html">http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-06.html</a>
	<small>にこにこ かい</small> にこにこ二胡の会	第2・4金曜 14:00～15:30	入会金 500円 会費/月 3,500円	この会は今年で設立3年目になります。初心者の方でも楽しんでもらえるように一人一人の会員みなさんに丁寧な指導を心がけていますので、たくさんのご参加をお待ちしております。
日本舞踊	<small>こと ぶ かい</small> 琴 舞 会	毎週 金曜 14:00～16:00	会費/月 6,500円	ゆかたを着て手足を動かし汗をかきましょう。踊りが初めて又、着付けができない方には、丁寧にお教えいたします。
落語	<small>きたくらくごあいこうかい</small> 北区落語愛好会	第1・3水曜 19:00～21:00	会費/年 10,000円 2回分納	会員の会費のみで落語会を開催。落語ゆかりの地をめぐる落語散歩、落語に関する学習、落語家さんとの交流等楽しく活動します。
古典文化	<small>まんようしゅう たの まな かい</small> 万葉集を楽しく学ぶ会	原則第2・4水曜 14:00～16:00	会費/月 2,000円	元NHK文化センター講師の五嶋靖弘先生を中心に万葉集を易しく楽しく学びます。多くの方が中学生、高校生以来の学びです。
川柳	<small>せんりゅう ぎんしゃ</small> 川柳つっじ吟社	第3火曜 13:00～16:30	会費/月 1,000円	現代社会は高齢化が進み、脳の活性化が必要不可欠。私達は、人間観察を少々角度を変え川柳独自のユーモアで楽しんでいます。 <a href="http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-03.html">http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-03.html</a>

分野	団体名 <small>だんたいしめい</small>	活動日時	費用	コメント
朗 読	ろうどく 朗読・れもんの会 <small>かい</small>	第2・4金曜 13:30～17:00	入会金/2,000円 会費/月 4,000円	作品にきちんと向き合い書き手の思いを しっかりつかみ聞き手に心を伝えられる様、 声に出して朗読の楽しさと深さを勉強しま す。
茶 道	さどう 茶道グループ うらせんけ 裏千家 めぐみ会 <small>かい</small>	第1・2・3火曜 9:00～16:00	会費/月 4,000円	先生のご指導のもと和気あいあいと茶道の お稽古をし、センター祭でお茶会を催し発表 の場としています。興味のある方お待ちして ます。
	さどうおもてせんけ 茶道表千家 みゆの会 <small>かい</small>	第1日曜 9:00～12:00	会費/1回 小人 500円 大人 1,000円	小学生からおいしいお菓子とお茶をいた だき、礼儀や人をおもいやる心を学んでいま す。気軽に見学してみてください。
華 道	こりゅう 古流いけばなさくら会 <small>かい</small>	不定期 13:30～17:00	入会金 1,000円 花材 2～3,000円	生花を中心に仲間と毎月楽しい午後を過ご しています。
	しょうりゅう 正風流一光会 <small>かい</small>	月2回 お問合せください	入会金 2,000円	花材を生かしながら自然調や造形調を基礎 からしっかりと学んでいきます。一緒に始め てみませんか？年齢性別問わず、大歓迎で す。
メ ア レ ン ジ ン ト ジ	フラワーサークル・ あねもね	火曜 (月1回) 9:30～12:00	会費/回 3,500円	プリザーブドフラワーを使い季節感溢れるフ ラワーアレンジメント作りを楽しみます。お 花パワーで脳を活性化！体験受付中。
	フラワーサークル・ 「ボヌール」	隔週木曜 (月2回) 10:00～12:00	会費/月 5,200円 (花代・資材費等)	ボヌールのアレンジメントはペーパーで花器 を作ります。手軽でプレゼントにも最適！年 2回のバラいっぱいレッスンも大好評！！
園 芸	さん そう ぞう けい 山 艸 造 型 あすか山草会 <small>さんそうかい</small>	第1・3火曜 13:00～16:00	入会金3,000円 会費/月 1,000円	抗火石や熔岩等の小片で植木鉢を作り、山 草や野草・雑草を植えています。
	きたくどうこうかい 北区同好会	金曜(月1回) 10:00～12:00	入会金 1,000円 会費(実費)	緑に親しむ、町の緑化を心がける同志の集 りに御賛同ください。特に多肉植物の種の 保存にも力を入れています。緑の大切さを 志に。
ア バ ー ト ン	きたくなる バルーンアート	第2土曜 10:00～12:00	会費/月 2,500円	バルーンアートを作って楽しむサークルで す。一緒に素敵な作品を作って大切な人に プレゼントしませんか？
着 付 け	しゅう おう かい 秋 櫻 会	月3回水曜 10:00～12:00	入会金 2,000円 会費/月 4,000円 雑費 500円	着付けを教えて下さる先生を中心に和気あ いあい楽しくお稽古しています。
	けい かい 恵の会	お問合せください	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	ご自身で着物を着てみたい女性の方、ご連 絡をお待ちしております。着付けができるよ うになったら一緒にお出掛けを楽しみましょ う。
手 芸	て あ どうこうかい 手編み同好会 あざみ	第2・4土曜 9:30～11:30	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	講師の指導により、基礎編みを正しく習得 し、セーター等、身の回りの小物類を各自 の好みを生かして、手編みます。

分野	団体名 <small>だんたしめい</small>	活動日時	費用	コメント
手芸	ビーズクラフト	第2・4木曜 13:30~15:30	会費/月 1,000円	ビーズ手芸のお好きな方 一緒に楽しみませんか
	マクラメ同好会 <small>どうこうかい</small>	第1・3・4水曜 10:00~12:00	会費/月 3,000円	色、素材、太さ、さまざまな紐を手で結び、 バッグを始め日々の生活に役立つ物や季 節物など楽しく仲間と結んでいます。入会随 時受付中！
パソコン	ふれ愛パソコン <small>あい</small>	第2・4金曜 14:00~16:00	会費/月 1,500円	シニアボランティアの指導下、シニアの方対 象にパソコンを通じてコミュニケーションの 向上を図ることを意図します。
	わくわくパソコン 倶楽部 <small>くらぶ</small>	第2・4火曜 10:00~12:00	入会金 500円 会費/月 2,000円 (パソコン借用の場合)	パソコンが出来たらもっとも世界が広がる。 こんな思いを実感できるようになりたくて スタートしました。よかったですどうぞお待ち しています。
	パソコン木曜会 <small>もくようかい</small>	第1・3木曜 9:00~12:00	入会金 500円 会費/月 2,500円 (パソコン借用の場合)	皆で楽しくパソコンを使用して、サークルの 案内、写真日記等を作成。
	パソコンを楽しむ会 <small>たの かい</small>	第1・3水曜 14:00~16:00	入会金 500円 会費/月 2,000円	みんなでパソコンを勉強し技能を高めましょ う。
児童	きたく子ども劇場 <small>こ げきじょう</small>	不定期	入会金 4歳以上 300円 会費/月 1,500円	舞台鑑賞と遊び表現活動を親子で楽しんで います。北区に誕生して44年、子ども達の 健やかな成長を願い、約700人の会員が活 動。 <a href="http://kitakukodomogejjou.wixsite.com/main">http://kitakukodomogejjou.wixsite.com/main</a>
生活	きたく北区おもちゃ病院 <small>びょういん</small>	第2・4日曜 13:00~16:00	会費/0円	おもちゃは直して使いましょう。修理代金は 無料！部品代がかかったらそれだけ。 <a href="http://www.asahi-net.or.jp/~dk2m-ichr/omocha/">www.asahi-net.or.jp/~dk2m-ichr/omocha/</a>
日本語	ちゅうおうこうえん 中央公園 にほんご 日本語のなかま	毎週水・金曜 10:00~12:00	会費/回 100円	日本語の勉強を通して、日本の文化、生活 習慣、マナー、情報などのお手伝いと仲間 作りに外国の皆さん利用して下さい。
語学	おうじえいかいわ 王子英会話 クラブ	毎週水曜 (月4~5回) 18:30~20:30	会費/月 4,400円	毎週水曜日の夜2時間英会話の勉強。20代 から60代までの男女が2名のイギリス人の 先生の指導で楽しい雰囲気の中、学んでい ます。
	さざんくろす Southern Cross えいかいわ 英会話	毎週水曜 14:00~16:00	会費/月 4,000円	若い美人のオーストラリアの先生を中心に、 頭の訓練も兼ねて、英会話を勉強してい ます。どうぞ見学にお越し下さい。
	ばるろん ふらんせ Parlons francais !	毎週水曜 13:30~15:30	入会金1,000円 会費/月4,000	楽しくフランス語会話を勉強しています。フ ランスの言葉、音楽、絵画、映画、料理、旅 等に興味ある方、どんどんご参加下さい。
国際理解	とうきょうきたくいーゆー 東京北区EU おうちゅうれんごう (欧州連合) けんきゅうかい 研究会	第2・4土曜 13:30~15:30	会費/月 500円	北区民大学のEU講座が母体。ヨーロッパの 統合は夢物語とも人類の実験とも言われ る。EUの拡大と深化に人類の知恵を見る！

分野	団体名 だんたいしめい	活動日時	費用	コメント
国際理解	にほんちゆうごくゆうこうきょうかい 日本中国友好協会 きたしづ 北支部 ちゆうごくえいがをたのしむかい (中国映画を楽しむ会)	第2日曜 13:00~16:00	入会金 0円 会費/0円	中国の古今の名画をDVDで上映。中国映画に興味のある方ならどなたでも大歓迎します。
体操	ダイヤビック きた 北	毎週金曜 (月4回) 9:30~11:30	入会金 500円 会費/月 1,000円	私達は高齢者向けで楽しく体を動かして健康に心がけています。マンボダンス、エアロそして楽しいおしゃべりでふんわりとしたチームです。
気功	ちのうきこうあいこうかい 智能気功愛好会	毎週火曜 (月4回) 10:00~12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	気功を行なう事は血流を良くし、日常生活を健康になるよう練功し、元気で笑顔のある生活になる事が目的のサークルです。
	きこうもくようかい 氣功木曜会	毎週木曜 (月4回) 10:00~12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	健康で長生きを目指して和気あいあいと楽しく気功の練習をしています。初心者も大歓迎です。 <a href="http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-02.html">http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-02.html</a>
太極拳	たいきょくけん あすか 太極拳 飛鳥	土曜(月4回) 10:00~11:30	会費/月 2,000円	健康太極拳24式及び8段錦の実践により、呼吸を調え心を整えて体質改善と健康増進をはかる。老若男女誰でも出来る健康法です。
	きたたくたいきょくけん あいこうかい 北区太極拳 愛好会	毎週火曜(初級) 10:00~11:30 毎週日曜 9:00~12:00 毎週木曜 10:00~12:00 13:30~15:30 18:00~20:30 毎週金曜 18:30~20:30	会費/月4回 初級 4,000円から 詳細は問合わせてください。	中国人 侯金玲(ほうちんりん)先生に習う簡化二十四式太極拳から中級は四十八式、四十二式太極拳へ。剣は三十二式から四十二式へ進みます。
	たいきょくけんきこうれんしゅうかい 太極拳気功練習会	初心者クラス 毎週水曜 月4回 10:00~11:30	会費/月 500円	伝統武術太極拳で健康と護身術、そして本当の太極拳の養生と使い方を学んでいく会です。どなたでも初心者クラスは参加できます。
空手	めいくうぎじゅく 明空義塾	毎週木曜 18:30~21:00 毎週土曜 13:00~17:00	会費/月 4,000円	未就学児から大人まで多くの仲間と一緒に汗を流しています。空手道を通じて礼儀を学び、強い心を育てます。 <a href="http://meikugijuku.com/tokyo/">http://meikugijuku.com/tokyo/</a>
合気道	あいきどうどうじょう 合気道道場 せせらぎ	毎週土曜 (月3回) 9:30~11:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	初めての方、大歓迎です。誰にでもできる心身鍛錬の武道です。稽古を積み重ねながら礼節を知り、美しい所作が身につきます。 <a href="http://aikido.seseragi.website/">http://aikido.seseragi.website/</a>
その他	きたたくたいどうきょうかい 北区剣道協会	水曜(不定期) 19:30~21:00	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	攻防一体の三次元の武道です。年齢、経験に合わせて稽古できます。仲間を大募集しています。無料体験も大歓迎です！ <a href="http://sports.geocities.jp/marishinnokyou/index.html">http://sports.geocities.jp/marishinnokyou/index.html</a>
サイエンス	ファイティング	毎週火曜 月4回 5週目有 10:30~11:30	会費/月 4,000円	ストレス発散&脂肪ノックダウン。美しい身体を維持する為に、一緒に気持ち良い汗をながしませんか？
ヨガ	たきのがわ 滝野川ヨーガ どうゆうかい 道友会	毎週金曜 (月4回) 10:20~11:50	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	ヨーガの呼吸法、無理のないポーズをする事で自律神経を整えていくので、心も身体もリラックス出来、健康になっていきます。

分野	だんたしめい 団体名	活動日時	費用	コメント
ヨ ガ	けん こう かい ヨガ健康会	毎週水曜 (月4回) 13:20~15:00	入会金 1,000円 会費/月 3,500円	日常生活が正常に過ごせる様に呼吸法から身体の各部分の整体を行い、全体を楽にして免疫力を高める効果が大きいと思います。
	ここヨガ	毎週土・日曜 10:15~11:30	会費/回 1,000円	呼吸に合わせてじっくりポーズをとることで、こころとからだのバランスを整えていきます。初心者の方も安心してご参加ください。 <a href="http://coco3105.blog25.fc2.com">http://coco3105.blog25.fc2.com</a>
	らーじゃぶとら Rajaputra	毎週水・木 13:30~15:00 毎週土・日 10:00~12:00 お問合せください	お問合せください	免疫力と骨代謝を高めるといわれるマハーラージャ カルーリカ&ヨーガ。幼児~大人(現在86歳女性も参加)、妊婦を対象に開催。
けん 玉	スポーツけん <sup>だま</sup> 玉クラブ	第2・4土曜 10:00~11:30	会費/月 1,500円	みんなで楽しくけん玉をやっています。けん玉を通して親睦を深め健康寿命を延ばし、けん玉技術向上をめざして集まっています。
ダ ン ス	<u>アミューズメント</u> <u>ダンスィング</u>	毎週水曜 10:00~11:30	会費/月 5,000円	先生や仲間と楽しく踊ることは、ココロとカラダのリフレッシュ！筋トレやストレッチも、良い姿勢を保つために効果大！ <a href="http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-04.html">http://www.kita-bunka.com/sa/note/chubun-04.html</a>
	ダンスィング それいゆ	毎週金曜 19:30~21:00	会費/月 4,500円	健康な心身を維持していけるよう、ストレッチで体をほぐし、音楽にあわせてジャズダンスを楽しむサークルです。
	バルリーヌ (ジャズダンス)	第1・2・3木曜 18:45~20:15	入会金 2,000円 会費/月 4,000円	中高年の方々も楽しく、気持ちよい汗を流しています。初めての方もすぐに踊れます。健康づくりと仲間づくりをしてみませんか。
	ファンキーモンキーズ	土曜 月によって時間・回数不定期	会費/月 3,000円	ダンスを始める理由も、学年も、ダンス歴も様々な子供達が自分らしく輝くように！MIO先生が指導するキッズダンスサークルです。
ダン ス	プア・イリマ	第1・2・3金曜 13:00~17:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	女性として素敵な趣味です。ハワイの曲と歌で身体をリフレッシュし楽しんでいます。先生も優しい方です。見学もお待ちしております。