

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
絵	あかばねびじゅつ 赤羽美術クラブ	毎週月曜日 (月4回) 9:00～12:00	会費/月 4,000円	講師の指導で、初心者からでも描ける「水彩画」の教室です。和気合々、楽しく描いています。時には、野外でのスケッチなども行います。
	きたくびじゅつ 北区美術クラブ	毎週日曜日 (月4回) 9:00～12:00	入会金 2,000円 会費/月 4,000円 臨時会員 1回1,500円	昭和25年創立の裸婦デッサンを主として、月1回裸婦のクロッキーもやっている会です。初心者からベテランまでいます。
	パレット	第1・3日曜日 18:00～21:00	会費/月 1,000円	風景主体の油絵を楽しむ会です。若い時に求めた画材を使いスケッチから始めてみませんか？
画	さいがかい 彩画会	毎週金曜日 (月4回) 9:30～12:00	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	今井ちひろ先生ご指導のもと、花草、風景、果物等をはがきに描いています。お互いの親睦をはかり楽しいサークルを心がけています。
	きたく 北区レクリエーション クラブ切絵教室	第3土曜日 18:00～21:00	入会金 1,000円 会費/月 1,500円	切り絵の勉強をしている中高年の会です。
版	にがおえ サークル似顔絵	第2月曜日 (月1回) 18:00～20:00	入会金 1,000円 会費/月 1,000円	有名人や家族、知人、友人の顔を描いて、よろこんでもらえる、似顔絵を楽しく描いています。
	いちかい 一の絵 けんきゅうかい デッサン研究会	第2・4水曜日 (月2回) 18:00～21:00	会費/月 4,000円	プロ女性モデルをクロッキーデッサン。基礎力・感覚力が向上します。
	きたく 北区パステル画 ともかい 友の会	水・土曜日 (月各2回) 水:14:00～16:00 土:13:30～15:30	会費/回 1,000円	忙しい方でも手軽に始められます。初心者の方大歓迎！！比較的早く作品を仕上げる事ができ、準備、後片づけも簡単。ぜひご参加を。
	ゆうあいの会	第1・3金曜日 (月2回) 13:00～16:00	入会金 1,000円 会費/回 2,000円	水彩画を通じて会員相互の親睦を目的とした絵の好きな楽しい仲間の集まりです。初心者の方でも講師が優しく指導致します。
	マチエール油絵の会	第1・2・3日曜日 13:00～17:00	会費/月 4,000円	マチエール油絵の会は、初心者もベテランも和気あいあいと絵を描くことを楽しんでいきます。見学はいつでもOKです。
工芸	じゆんぎんねんどかい 純銀粘土の会 (ステューディオ K2)	第1土曜日 13:00～15:30	会費/月 3,000円	銀粘土を使い、様々な造形・技法を学びながら、楽しく純銀アクセサリを創っています。プレゼントにも最適です！初心者・見学大歓迎！
	きたく 北区バード カービングクラブ	第4土曜日 9:30～11:30	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	柔らかい木を彫って色を塗り、野鳥の木彫り作品を作ります。第1・3土曜日は9時半から清水坂自然ふれあい館で活動しています。 http://kitakubcc2.exblog.jp

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
工芸	仏像彫刻 菩提会	火・木曜日 9:00～12:00 土曜日 13:30～16:30 (各曜日月2回)	入会金 1,000円 会費/回 3,000円	木彫による仏像彫刻。初心者から経験者まで木曾桧を用いた楽しめる木彫りを仏師が丁寧に指導します。 https://www.bodaikai.com/
書道一般	一精書道会	第1・3水曜日 18:00～20:40	入会金 3,000円 会費/月 4,000円	基本から段級位取得まで、希望に応じた指導を受けられます。充実した習い事です。初心者歓迎。
	かな書道みやび	第1・2・3月曜日 9:30～11:30	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	かなを筆で書く練習を基本から勉強しています。センターまつり又他の会にも発表する機会があります。初心者歓迎いたします。
	実用筆ペン あかね会	第2・4火曜日 15:00～17:00 第2・4金曜日 18:00～20:00	入会金 2,000円 会費/月 3,000円	のし袋、年賀状やはがきの宛名書き、芳名帳や手紙文等美しい文字を書くための筆ペンとペン字を基礎から習います。
	柚子墨習会	毎週木曜日 (月3回) 9:00～12:00	会費/月 4,000円	かな文字を中心に美しい字が届けられるよう精進墨の香りにいやされ筆を持ってひととき自分の世界にひたれるよう過ごしています。
映画・ビデオ・写真	赤羽ビデオクラブ	第2・4土曜日 13:00～17:00	入会金 1,000円 会費/月 1,000円	「撮ってみる」から編集まで。編集すると作品が見ごたえあります。音楽や文字を入れ、ナレーションを加えるとより楽しくなります。
	北区自然写真クラブ	第2金曜日 18:30～20:00	会費/半年2,100円	自然写真を通し北区の環境を考え撮影会、講習会を夫々月1回、展示会を年2回行っています。気軽に、ご参加ください。
	写団「群峰」	第1日曜日 13:00～17:00	会費/年24,000円 (3回分納8,000円)	自然写真を写して、たのしんでいます。見学に来てください。専任講師は、川隅 功です。
カラオケ	カラオケサークル 「耀」かがやき	毎週火曜日 (月4回) 13:30～16:30	入会金 1,000円 会費/月 3,500円	歌の上手、へた関係なく、健康の為、仲間作りのために楽しくお互いに学びあいましょ。主に演歌の新曲を月2曲マスターします。
	カラオケサークル ひまわり会	毎週木曜日 (月3回) 13:00～14:30	入会金 1,000円 会費/月 3,500円	講師:大出 久美子先生の指導のもと、皆さんで楽しく学んでいます。
	カラオケサークル 美友会	毎週月曜日 (月4回) 13:00～16:30	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	講師の親切丁寧な指導により、歌唱力の向上と会員相互の親睦を深め、和気藹藹と楽しみ乍らカラオケの勉強をしております。
	ひびきの会	毎週金曜日 (月4回) 18:00～20:30	入会金 1,000円 会費/月 4,500円	講師の指導で、発声から主に「演歌」の最新曲を誰でも唄えるようになる、楽しい教室です。
	ハウオリ カラオケサークル	第1・2・3木曜日 10:00～11:30	会費/月 3,500円	講師:大出 久美子先生を中心に、上級をめざしているサークルです。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
カラオケ	カラオケサークル あんず 杏	木曜日 (月4回) 9:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 4,000円	杏の会は、歌が好きな人の楽しい会で、先生のレッスンを一生懸命に楽しんでいます。
コーラス	アゼリア女声 コーラス	第1・2・3木曜日 14:00～16:00	入会金 1,000円 会費/月 5,000円	人の和を大切に、美しいハーモニーを作り度いと合言葉に「アゼリア女声コーラス」が48年に生まれ早や45年目。北区合唱連盟の中で活躍しています。
	コーロ・ふじ	木曜日 (月2回) 18:30～20:30	入会金 1,000円 会費/月 6,000円	いろいろな歌に挑戦し楽しく練習しています。心をひとつに歌うことは、健康作りの一つになっています。一緒にいかがですか。
	とう きょう 東 京 し きん そう がっ しょう だん 紫 金 草 合 唱 団	第2土曜日 第4日曜日 13:00～17:00 第1・3水曜日 18:00～21:00	会費/月 5,000円	歌が好き、平和が好き、花が好きな者が集まった和やかで仲のよい混声合唱団。出演の機会も多いので、一緒に歌ってください。
	かい がっ しょう だん あこや会 合 唱 団	土曜日 (月3回) 18:00～21:00	会費/月 2,000円	総勢20数名で活動している混声合唱団です。真摯に楽しく合唱に取り組み、毎年演奏会を開いています。是非のぞいてみてください。
	うた かい みんなで歌おう会	第3土曜日 14:00～16:00	会費/回 1,000円	童謡・唱歌、懐かしの歌を皆で歌い、健康づくり、仲間作りをしている楽しい会です。気軽に参加できます。
	え ほほ笑みサロン	第4土曜日 14:00～15:30	会費/回 500円	生ピアノ伴奏に合わせて唱歌、演歌、ポピュラーなど。皆さん一緒に楽しく歌いましょう！！健康づくり、仲間づくりの時間もあります。
	なつ うた かい 懐かしの歌北サロン	土曜日 (月2回) 9:30～11:30	入会金 1,000円 会費/回 500円	都内で一番高齢者の多い北区！生きがいを持ち健康長寿のモデルとなるよう、生活の質の向上を目指します。ワンコインで楽しめます。
ス	て ん TENゴスペル クワイア	月曜日 (月1～2回) 10:00～12:00	会費/月 2,500円	迫力あるピアノ伴奏で楽しく歌っています。子連れ、初心者大歓迎！お気軽に体験にいらして下さい♪
	あかばね 赤羽ウクレレ サークル	第2・4火曜日 10:00～11:30	入会金 1,000円 会費/月 5,500円	初心者でもわかりやすく、メロディーとリズムを学習し、ハワイアン、童謡、歌謡曲など楽しく演奏しております。
	ピアノサークル ドルチェ	毎週金曜日 (月4回) 9:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,500円	弾いてみたい曲を自由に選ぶということで会員が集まりました。年1回発表会、少しづつ楽器の王様ピアノと共に名曲に挑戦しています。
楽	ね む き がく だん 音夢の樹楽団	土曜日 (月2～3回) 13:00～17:00	会費/月 1,000円	マンドリンとギターで合奏を楽しんでいます。月2～3回の高齢者施設での演奏は、私達の活動の支えとなっています。
	ちい 小さなギター楽団	第1日曜日 13:00～17:00	入会金 1,000円 会費/月 500円	クラシックギターを使用して弾き語りやポピュラーソングなどの合奏もします。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
器	ワイキキ オハナ	第1・3土曜日 13:00～14:00	会費/回 1,500円	アローハ！テレビでおなじみのパースのサナエ先生とウクレレでハワイアンの唄ポピュラーソングを楽しく弾いてみましょう。マハロ。
	きん でん りゅう たい しょう ごと 琴 伝 流 大 正 琴 すみれ会	第1・3木曜日 10:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	平成6年より、赤羽中心に普及、演奏技術向上並びに各大会の発表や老人ホームの福祉活動等を目的に集い、楽しく練習しています。
	きん でん りゅう たい しょう ごと 琴 伝 流 大 正 琴 ちどり かい 千鳥会	第1・3金曜日 13:00～17:00	会費/月 4,000円	童謡・歌謡曲・ポピュラー・クラシックの曲を合奏し心を豊かにしています。いつでもご見学してください。お待ちしております。
	きん でん りゅう たい しょう ごと 琴 伝 流 大 正 琴 みち こと かい 三智琴の会	日曜日 (月2回) 10:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	ポピュラー、クラシック、演歌、童謡等、皆で楽しく練習しています。お気軽に見学にいらしてください。
	しん たい しょう ごと 新 大 正 琴 あい こう かい 愛好会	第2・4土曜日 13:00～14:30	会費/月 2,500円	目標を持ち仲間と楽しく大正琴の練習をしています。初心者大歓迎。
舞	あや かい 綾 の 会	金曜日 (月3回) 10:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	古典舞踊(花柳流)の基本を大切に、ゆっくりお稽古しております。お気軽に見学又は体験にいらしてください。
	にち ぶ とも かい 日 舞 友 の 会	毎週木曜日 (月4回) 13:00～16:00	入会金 1,000円 会費/月 5,500円	日本舞踊を基本から、お稽古しています。10月の文化センターまつりに参加します。日舞から和の心を学びませんか！初心者、経験者歓迎。
	にち ぶ おおぎ かい 日 舞 扇 の 会	第1・2・3金曜日 13:00～16:00	会費/月 5,500円	日本舞踊を基本から、お稽古しています。大人の女性の佇まいを身につけるよう！楽しく活動しています。初心者、経験者歓迎。
	あや かい 彩 の 会	土曜日 (月3回) 10:00～12:00	会費/月 4,500円	新舞踊で健康増進を図りませんか？初めての方も大歓迎です。
	りゅうきゅうぶ よう 琉球舞踊 かい はま かりゆし会 浜ゆう	毎週月曜日 13:30～17:00	入会金 2,000円 会費/月 3,500円	舞台化粧をして色鮮やかな紅型を羽織り、高齢者施設等のボランティアに御一緒しましょう。ワクワクする自分を見付けてみませんか。
踊	りゅうきゅうぶ よう 琉球舞踊 かい かりゆし会	第1・2・4火曜日 9:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円	沖縄の踊を楽しく習っています。センターの発表会やボランティア活動や施設訪問で日頃の成果発表をしております。
	あかはね よさこい赤羽 おう ぶ 桜 舞	第2・4木曜日 18:30～20:30	会費/月 2,000円	赤羽文化センター講座参加者で結成。プロの指導を受け、地域イベント参加、施設訪問をしています。一緒によさこいを踊りましょう。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
文芸・芸能・演芸	じぶんし か かい 自分史を書く会	第4水曜日 13:00～15:30	会費/月 1,000円	自分史を書いて、年2回冊子を発行している。また年1回文章講座を開いて同音異字や類義語などの表現の多様性を勉強している。
	さくぶんのかい エッセイ作文の会	第2・4土曜日 13:30～15:00	会費/月 3,000円	身近な出来事や故郷の思い出などを易しい文章に書いています。基本から教えますので、初めての方もお気軽にどうぞ！
	りゅう しょう ぎん どう かい 龍省吟道会	第1・2・3 金・日曜日 14:00～16:30 木曜日 18:00～20:30	会費/月 3,000円	腹式呼吸と大きな声でストレス解消＆健康に！独特の旋律で詩歌を吟ずる「詩吟」を基礎から学びます。
茶	しょう わ かい 松和会 おもてせんけ (表千家)	第2火曜日 13:30～16:30	会費/月 4,800円	初めての方、興味ある方、季節を感じリセットする時間を、御一緒にしませんか。お手前基礎基本動作、頂き方等、和やかに稽古しています。
	しょう げつ かい 松月会 おもてせんけ (表千家)	第3水曜日 13:30～16:30	会費/月 1,000円	赤羽文化センター茶道教室終了後、自主グループとして発足。和やかに親睦をはかりながら、楽しく稽古をしています。会員募集中。
	きさ らぎ かい 如月会	第1・3金曜日 18:30～20:30	会費/月 3,500円	大日本茶道学会、佐川聖仙先生のもと「一生続ける心構え」で、ゆっくりしっかり勉強しています。全くの初心者の方も是非どうぞ。 https://twitter.com/FebruaryParty
	ちゅうごくちや たの 中国茶を楽しむ ろうそうすいせん かい 「老樞水仙の会」	木曜日 (月2回) 9:30～12:00	会費/回 400円 (菓子代含む)	中国茶の粋な淹れ方を学び、茶葉の独特な香りとコクを楽しむ。自分の好みに合う茶葉を探し味を楽しむ。健康向上と仲間作りに役立つ。
	さどう うらせんけ 茶道裏千家 せいふうかい 清風会	毎週金曜日 (月4回) 9:00～17:00	入会金 2,000円 会費/回 3,000円	伝統文化の茶道のお稽古をご一緒にいたしませんか。一碗を手にして、おいしいお茶をいただきましょう。初心者の方歓迎です。
華道	しょう ふう りゅう 正風流 いっ こう かい 一光会	月曜日 (月2回) 10:30～12:00 18:30～20:00	会費/月 4,000円 (別途 花材費等)	花材を生かしながら自然調や造形調と基本からしっかりと学んでいきます。年齢性別問わず、大歓迎！！
アレンジメント	フラワーサークル あねもね	毎週木曜日 (月4回) 13:30～15:30 15:20～16:50	会費/月 2,000円 (別途 花代費等)	フラワーアレンジメントの基本形や季節感溢れる作品を作ります。プリザーブドフラワーも楽しめます。月1回からの参加でもOK。
	フラワーサークル 「ボヌール」	隔週金曜日 (月2回) 10:00～12:00	会費/月 5,200円 (花代・資材費等)	「ボヌール」ではペーパーを花器に仕立てることで材料費を押えています。月2回花のある暮らしを楽しみましょう。体験も受付中！！

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
囲碁・将棋・麻雀	じょう ぼく い ご 城北囲碁クラブ	毎週日曜日 (月4回) 13:00～16:30	入会金 1,000円 会費/月 500円	高段者から初級者までの勉強会を毎週日曜の午後実施。講師による指導の他、囲碁大会や囲碁研修旅行で親睦と碁力の向上に努めている。
	しょう ぎ どう こう かい 将棋同好会 「けい ま の かい」 桂馬の会	毎週月曜日 (月4回) 13:00～16:55	会費/月 1,000円	楽しく将棋を指し上達を目指します。初心者・女性・シニア・小学生の方、大歓迎です。将棋指導員による講座も開設しております。
	しょしんしゃしょうぎ 初心者将棋クラブ あゆみ かい 歩みの会	毎週水曜日 9:00～12:00	会費/3ヶ月 1,000円	初心者の方、大歓迎します。強い人弱い人、関係なく和気あいあいと自由に皆さんとさして少しづつうまくなっている様です。待っています。
料理	だんせい しあわ 男性のための幸せ りょう り かい 料理会	第2・4木曜日 9:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 4,000円	男性だけですが、楽しいグループです。気軽にご参加ください。
着付け	みやこわすれ まつ (着付け)	土曜日 (月3回) 13:30～15:30	会費 4,000円 諸経費 1,000円	和服の着こなし、立居振舞い、着物の文化史、道具を使わない手結びの帯結びを学んでいます。若い方も熟年の方も仲よく楽しい会です。
	けい かい 恵の会	水曜日 (月2回) 10:00～11:30	入会金 2,000円 会費/月 3,500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しましょう！
裁縫	わか ば かい 若葉会	第1・2・4火曜日 18:00～20:30	年会費 1,000円 会費/月 4,000円	ご自分でお召し物を仕立てます。楽しい会話がはずみ、仕立て上がりは皆で歓声が上がります。
	わさいとも かい 和裁友の会	第1・3・4金曜日 (月3回) 13:00～16:30	入会金 1,000円 会費/月 2,000円	和裁友の会は、各自が好みの布で着物・帯・コート等をそれぞれのペースで手縫いで縫っています。初心者でも気軽に始められます。
	きると Quilts っこクラブ	第2・4水曜日 9:30～12:00 13:00～16:00	会費/回 1,500円	タペストリー・バッグ等の小物を綿や絹・古布を利用して自由に制作しているパッチワーククラブです。楽しい仲間と待っています。
手芸	あかばね 赤羽ぬいぐるみ どうこうかい 同好会	第2・4土曜日 (不定期 月2回) 9:00～11:30	入会金 1,000円 会費/回 500円	家に有る端布で、ぬいぐるみ他、いろいろな物を作り、カギ針で小物を作っています。
	て と て TETOTE	第2・4金曜日 13:30～16:30	入会金 1,000円 会費/回 500円	洋服地、子供服地、着物、ネクタイ、など家にある布地を利用して切り抜いたりしたものを画面構成し絵を作成します。
芸	まくらめ かい マクラメの会	第1・3月曜日 9:30～12:00	会費/3ヶ月 7,000円	平行にはった紐を結び合わせて模様を表す手芸です。紐のちがいで、アクセサリ、小物、バック、インテリア類などが作れます。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
パ	あかばね 赤羽 ipad	第2・4金曜日 10:00～11:30	会費/月 4,000円	ipadを教科書がわりに生涯学習をしているサークルです。楽しく活動して、ipadも使えるようになっちゃいましょう。
	あかばね ウインドウズ赤羽	第2・4水曜日 13:00～15:30	会費/月 3,000円	ワードや画像編集、インターネット検索、メールやブログなどを楽しく学習します。
ソ	カルガモ パソコンクラブ	第1・2・3金曜日 13:30～16:00	会費/月 3,500円	分かり易い教材で、暮らしに役立つ優しいサークルです。
	さくら iPad	第2・4水曜日 10:00～11:30	会費/月 4,000円	ipadを教科書がわりに生涯学習をしているサークルです。楽しく活動して、ipadも使えるようになっちゃいましょう。
コ	ビビットPCクラブ	第1・2・4土曜日 13:00～15:00	入会金 1,000円 会費/月 3,500円 別途 PC使用料300円/回	エクセル・ワード・パワーポイント・写真・動画などを楽しく習得する、中級のPCクラブです。
	もくようかい チャレンジPC木曜会	第2・4木曜日 18:30～20:30	会費/月 3,000円 別途 PC使用料300円/回	わかり易く、ていねいな授業です。基礎から一人一人のやりたい事をめざして、楽しく学習しています。
ン	PC&デジタル くらぶ あかばね 倶楽部 赤羽	第1・3月曜日 9:30～11:30	入会金 1,000円 会費/月 2,500円	Word、Excel、年賀状の作成など、日常にパソコンを活用できるように学びます。
	こころとからだの げんき 元気Lab.	土曜又は日曜日 月1回 10:00～12:00	会費/年 2,000円 参加費/1回 500円	ハンドタッチングと植物の香りでこころとからだをリフレッシュ&リラックスしませんか？アロマリラックスたいむ参加者募集中♪ http://www.facebook.com/genki.lab2006/
話し方・コミュニケーション	あかばね 赤羽スピーチクラブ	第2・4木曜日 18:25～20:50	会費/月 2,000円 テキスト代 (8回ごと)1,000円	テキストを使用した講義で効率的に学べます。発声、会話、即題・課題実習、講師の批評で身につきます。スピーチに自信が持てます。
	はな かた 話し方 さくらの会	第2・4土曜日 13:10～15:40	会費/月 2,000円 テキスト代 (8回ごと)1,000円	テキストを使用した講義で効率的に学べます。発声、会話、即題・課題実習、講師の批評で身につきます。スピーチに自信が持てます。
	はな かた 話し方 すずらん会	第2・4土曜日 9:35～12:00	会費/月 2,000円 テキスト代 (8回ごと)1,000円	教本を使用して学習します。発声、会話、即・課題話の実習であがり克服します。大勢の前でのスピーチに自信が持てます。
	はな そう かい 話 窓 会	第4水曜日 19:00～20:30	入会金 1,000円 会費/月 700円	皆の前であがらずに話が出来るように楽しく仲良く勉強しています。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
語学	えいかいわ 英会話スターズ	月曜日 (月1回) 14:00～16:00	会費/月 2,000円	外国人に習っています。まずはレッスンが第一。継続をモットーに努力しています。
	ティンカーベル	第1・3・4水曜日 18:30～20:30	入会金 2,000円 会費/月 6,000円	英国経験のある女性講師によるフレーズ・発音の指導を受け生きた会話の練習を行います。日本の文化を英語で話しましょう。
	ちゅうごくご ほうゆうかい 中国語 朋友会	毎週水曜日 (月4回) 10:00～12:00	会費/月 5,000円	日本在住歴の長い中国人講師が会話、漢詩の発音を丁寧に指導します。初心者の方も大歓迎です。アットホームなサークルです。
教養	おー けい O Kくらぶ	不定期 午前・午後	会費/年 1,000円	昆虫採集および標本作り、写真撮影を通して青少年育成に協力。
	ほうじん NPO法人プログラミング きょういく けん きゅうじょ 教育研究所	日曜日 (月1～2回) 14:30～16:00	会費なし	ゲーム感覚で楽しみながらプログラミングを学びます。小中学生・初心者歓迎！ https://j-code.org/
体操・健康スポーツ	きこう たいきょくけん かい 気功と太極拳の会	毎週木曜日 (月4回) 10:00～11:45	入会金 1,000円 会費/月 3,500円	生命エネルギーの源である気を通して太極拳、気功、呼吸法を修練。心身を緩めストレスや病気に対する自然治癒力を高めていきます。
	よう すい かい 楊水会	毎週水曜日 (月4回) 14:00～16:00	入会金 500円 会費/月 2,500円	どなたでも無理なく出来る健康太極拳です。老若男女を問いません。
	めいそう かい 瞑想の会	第3日曜日 10:20～11:30	会費/回 1,500円	家庭でどなたでも手軽に出来る瞑想法を指導します。心身のリフレッシュ、ストレス解消、能力開発に効果が期待できます。年齢不問。
	あかばねこ ぶどうけんきゅうかい 赤羽古武道研究会 ひ えん かい 「翫縁会」	毎週水・土曜日 (月8回) 18:30～20:45	入会金 2,000円 会費/月 8,000円	剣術や柔術を通じ無理のない自然な体の使い方を学びます。 Http://www.hien-kai.com/
	きたく たいきょくけん あいこうかい 北区太極拳 愛好会	月曜日 (月4回) 10:00～12:00	会費/月 6,000円	中級から上級へ、本場中国の先生に直接指導を受けます。初級の方は4000円からの練習になります。
ダンス	アカアラア プア フラスタジオ	月曜日 (月3回) 13:30～15:00	入会金 1,000円 会費/月 3,000円 維持費 1,000円	ハワイの歌と踊りには風、雨、花、鳥が飛ぶ自然の形を表します。ハワイアンフラを美しく踊れるようにスタジオでレッスンしております。
	ブルースカイ プアマナ	毎週月曜日 (月3回) 9:00～12:00	入会金 1,000円 会費/月 4,000円	フラダンスを通して、グループの親睦、そして健康で明るく楽しいグループとして活動しています。
	あきこ おはな AKIKO OHANA ふら HULA	第1・2・3木曜日 10:00～11:45	入会金 1,000円 会費/月 5,000円	楽しく健康的に優雅にフラダンスを踊ってみませんか。心地よいハワイの音楽で心と身体をリフレッシュ。 http://r.goope.jp/kamakanoha

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
ダンス	もみらにじえーぽっぷ Momilani J-popフラ	第1・2・3土曜日 (月3回) 13:30～15:00	入会金 1,000円 会費/月 3,500円	ハワイでも日本の曲が好評です。基本をしっかりと魅せるフラからみんなと一緒に楽しめるフラを体験してみませんか？
	かぬぬ あかばねふら Kanunu Akabane Hula くらぶ Club	毎週金曜日 (月3回) ※月2回の場合有り 10:00～11:30	入会金 1,000円 会費/月 3,000円 ※2回の場合2,000円	ハワイの音楽に合わせて、楽しくフラを踊りましょう！区民まつりなどにも参加させていただいています。一緒にいかがですか？
	レインボーフォーク どうこうかい ダンス同好会	第2・3・4 土・日曜日 (月3回) 13:00～16:00	会費/月 1,000円	年齢問わず誰もが楽しく踊ることを目的としています。社会貢献として様々な老人施設を訪問してフォークダンスを披露しています。
レクリエーション	きたく 北区レクリエーション クラブ	不定期 午前・午後・夜間	会費/年 2,500円	旅行の好きな人たちが集まって楽しんでいます。日帰り、一泊、ハイキングが中心です。
	いーきゅう いっきゅう EQ (一休) スマイル	第1・3・5 日・月曜日 14:00～16:00 18:30～19:30	会費/回 500円	EQは心の知能指数。体を動かしながら脳も心もひと休み、笑って邪気を放出しましょう。「笑う門には福が来」ます。 ♡♡♡ 笑いヨガ、40歳からの「脳活性化・認知症予防ゲーム」
	わら 笑いクラブ あかばね スマイル赤羽	第2・4月曜日 18:30～19:30	会費/回500円	笑いヨガは1995年にインド人医師マダン・カタリア夫妻が考案したもので誰でもできる笑いの健康法です。私達と一緒に笑いませんか！ https://laughtervoga.jp/newbie/club/detail