

| 分野                  | 団体名                                | 活動日時  | 費用   | コメント  |
|---------------------|------------------------------------|---|--|---|
| 絵                   | あかばねびじゅつ<br>赤羽美術クラブ                | 毎週月曜日<br>(月4回)<br>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<br>北区美術クラブ                 | 毎週日曜日<br>(月4回)<br>9:00～12:00                        | 入会金 2,000円<br>会費/月 4,000円<br>臨時会員<br>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<br>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？                      |
|                     | さいがかい<br>彩画会                       | 毎週金曜日<br>(月4回)<br>9:30～12:00                        | 入会金 1,000円<br>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。   |
|                     | せいゆう ひやくさいかい<br>星遊・百彩会             | 第3月曜日<br>(月1回)<br>第2・4木曜日<br>(月2回)<br>14:00～17:00   | 入会金 3,000円<br>会費/月<br>月曜日 5,000円<br>木曜日 500円                   | 日本画特有の岩絵具、胡粉、膠で絵を描きます。初歩の方は月曜日(月1回)、経験のある方は木曜日(月2回)と教室が選べます。    |
|                     | きたく<br>北区レクリエーション<br>クラブ切絵教室       | 第3土曜日<br>18:00～21:00                                | 入会金 1,000円<br>会費/月 1,500円<br>(3ヶ月分前納)                          | 切り絵の勉強をしている中高年の会です。   |
|                     | にがおえ<br>サークル似顔絵                    | 第1火曜日<br>(月1回)<br>13:30～15:30                       | 入会金 1,000円<br>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<br>一の絵<br>けんきゅうかい<br>デッサン研究会 | 第2・4水曜日<br>(月2回)<br>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 が<br>北区パステル画<br>とも かい<br>友の会   | 水・土曜日<br>(月各2回)<br>水曜 14:00～16:00<br>土曜 13:30～15:30 | 入会金 2,000円<br>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<br>(月2回)<br>13:00～16:00                     | 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。       |
|                     | あや かい<br>彩の会                       | 第1・2火曜日<br>13:00～16:50                              | 会費/月 3,000円  | 20年程前より10人位で水彩画を描いています。モチーフは静物画と年2回着衣の人物画です。作品発表は赤羽文化センター祭り。    |
|                     | あぶらえ かい<br>マチエール油絵の会               | 第1・2・3日曜日<br>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ます。見学はいつでもOKです。          |
| えてがみゆい かい<br>絵手紙結の会 | 第2・4水曜日<br>13:30～16:30             | 入会金 1,000円<br>会費/月 1,250円                           | 楽しくをモットーに描いています。王子カルチャーロードギャラリー、中央公園文化センター、北とぴあ等で絵手紙展を開催しています。 |   |

| 分野               | 団体名                               | 活動日時  | 費用   | コメント  |
|------------------|-----------------------------------|---|--|---|
| 工<br>芸           | きたく<br>北区バード<br>カービングクラブ          | 第4土曜日<br>9:30～11:30   | 入会金 1,000円<br>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。<br><a href="http://kitakubcc2.exblog.jp">http://kitakubcc2.exblog.jp</a> |
|                  | ぶつぞうちょうこく<br>仏像彫刻<br>ぼだいかい<br>菩提会 | 火曜日<br>9:00～12:00<br>土曜日<br>13:30～17:00<br>(各曜日月2回)             | 入会金 1,000円<br>会費/回<br>火曜 3,000円<br>土曜 3,500円 | 木彫による仏像彫刻をしています。初心者から経験者まで歓迎。仏師が丁寧に指導します。<br><a href="https://bodaikai.com">https://bodaikai.com</a>                                  |
| 書<br>道           | いっせいしやうかい<br>一精書道会                | 第1・3水曜日<br>18:00～20:40  | 入会金 3,000円<br>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。  |
|                  | しやうとう<br>かな書道みやび                  | 第1・2・3月曜日<br>9:30～11:30   | 入会金 1,000円<br>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。  |
|                  | じつよう<br>实用ペン字と筆ペン<br>あかね会         | 第2・4火曜日<br>13:00～15:00<br>15:00～17:00<br>第2・4金曜日<br>18:00～20:00 | 入会金 2,000円<br>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。   |
|                  | ぼくしゅうかい<br>墨習会                    | 毎週木曜日<br>(月3回)<br>9:00～12:00                                    | 会費/月 4,000円                                  | かな文字を中心に美しいたより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。  |
| ビ<br>デ<br>オ      | あかばね<br>赤羽ビデオクラブ                  | 第2・4土曜日<br>13:00～17:00  | 入会金 1,000円<br>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。   |
| 写<br>真           | ゆう<br>遊・フォトクラブ                    | 第2木曜日<br>10:00～12:00  | 会費/2ヶ月ごと<br>3,500円                           | 初心者のためのカメラ教室です。カメラの使い方、撮影の基本などみんなで楽しく学び合いながら自己表現ができたらいいですね。   |
|                  | きたくしぜんしゃしん<br>北区自然写真クラブ           | 第2金曜日<br>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。   |
|                  | サンアートフォトクラブ                       | 第4土曜日<br>13:00～17:00  | 会費/月 3,000円                                  | 写真好きな仲間と講師の写真家の指導で撮影会を行い、写真を持って月一回の例会で講評をと写真に関する勉強会を行います。   |
| カ<br>ラ<br>オ<br>ケ | カラオケサークル<br>かゆうかい<br>「歌優会」        | 原則として<br>第2・4月曜日<br>9:30～12:00                                  | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円                    | 作曲家の先生の指導のもと、演歌・歌謡曲の新曲を楽しく学んでいます。(60歳以上の方歓迎)  |
|                  | カラオケサークル<br>みともかい<br>美友会          | 毎週月曜日<br>(月4回)<br>13:00～16:30                                   | 入会金 1,000円<br>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。   |
|                  | カラオケサークル<br>ひまわりかい<br>ひまわり会       | 毎週木曜日<br>(月3回)<br>13:00～14:30                                   | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,500円                    | 楽しく・前向きを合言葉にレッスンをしています。健康のためにも大歓迎。直接見学に来てください。お待ちしております。  |

| 分野                         | 団体名                           | 活動日時  | 費用                        | コメント  |
|----------------------------|-------------------------------|---|---------------------------|---|
| カ<br>ラ<br>オ<br>ケ           | カラオケサークル<br>あんず<br>杏          | 木曜日<br>(月4回)<br>9:00～12:00                              | 入会金 1,000円<br>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。                         |
|                            | ハウオリ<br>カラオケサークル              | 第1・2・3木曜日<br>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。                                 |
|                            | アウリイカラオケ<br>サークル              | 金曜日<br>(月3回)<br>10:00～11:30                             | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,500円 | 会員の希望を取り講師と相談のうえ、月1曲を決めて仕上げます。皆さん数カ月で上手になります。体と心の健康を一緒に楽しみましょう。 |
|                            | カラオケサークル<br>やよい               | 第1・2・4金曜日<br>(月3回)<br>13:30～16:30                       | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円 | 歌えない方、音痴だと思っている方大歓迎です！健康のために声を出し、人と会話して楽しく人生を歩んで行きましょう！         |
|                            | ひびきの会                         | 毎週金曜日<br>(月4回)<br>18:00～20:30                           | 入会金 1,000円<br>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。                      |
|                            | 歌謡サークル<br>「カトレア」              | 原則として<br>第1・2・4金曜日<br>18:00～20:30                       | 入会金 1,000円<br>会費/月 5,000円 | 課題曲を決め発声、メロディ、リズムを先生が指導して下さいます。                                 |
| コ<br>ー<br>ロ<br>ー<br>ソ<br>ン | こまどりコーラス                      | 第2火曜日<br>10:00～12:00                                    | 会費/月 1,000円               | 創立34年、童謡・唱歌・新曲、そして健康づくりの音楽体操を取り入れ、楽しく活動しています。お気軽にご参加ください。       |
|                            | コーロ・ふじ                        | 木曜日<br>(月2回)<br>18:30～20:30                             | 入会金 1,000円<br>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。ご一緒にいかがですか。     |
|                            | とうきょうしきんそうがっしょうだん<br>東京紫金草合唱団 | 第2土曜日<br>第4日曜日<br>13:00～17:00<br>第1・3水曜日<br>18:00～21:00 | 会費/月 5,000円               | 歌が好き、平和が好き、花が好きなの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。      |
|                            | あこや会合唱団                       | 土曜日<br>(月3回)<br>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。   |
|                            | ほほ笑みサロン                       | 第4土曜日<br>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。皆さんと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<br>懐かしの歌北サロン               | 第1木曜日<br>13:00～17:00                                    | 入会金 1,000円<br>会費 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。   |
|                            | てん<br>TENゴスペル クワイア            | 月曜日<br>(月1～2回)<br>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♪                  |

| 分野   | 団体名  | 活動日時                          | 費用                        | コメント   |
|------|--|-------------------------------|---------------------------|--|
| コーラス | けんこうおんがく<br>健康音楽クラブ                          | 第1・3月曜日<br>14:00～15:30        | 会費/回 1,000円               | 歌を歌うことは楽しい。歌を通して健康作り、仲間作り。そして明朗愛和な社会作りをしています。                  |
| 器    | あかばね<br>赤羽ウクレレ<br>サークル                       | 第2・4火曜日<br>10:00～11:30        | 入会金 1,000円<br>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。           |
|      | え-じえい<br>AJウクレレ クラブ                          | 第2・4水曜日<br>14:00～17:30        | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円 | ウクレレで歌と合奏を楽しく学び仲間づくり、協調を目標とします。ジュニアクラス(小中学生)一般クラスがあります。        |
|      | ピアノサークル<br>ドルチェ                              | 毎週金曜日<br>(月4回)<br>9:00～12:00  | 入会金 1,000円<br>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、少しずつ楽器の王様ピアノと共に名曲に挑戦しています。 |
|      | ピアノ プラス                                      | 第3水曜日<br>(月1回)<br>9:30～12:00  | 会費/月 1,000円               | かつてのピアノ少女、音楽青年だった人達。ピアノを弾いたり、アンサンブルをしたり一緒に音楽を楽しみましょう。          |
|      | ねむ きがくだん<br>音夢の樹楽団                           | 土曜日<br>(月2～3回)<br>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 かがくだん<br>小さなギター楽団                         | 第1日曜日<br>13:00～17:00          | 入会金 1,000円<br>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。                           |
|      | きたくたかぎ<br>北区高木ギタークラブ                         | 第2・4日曜日<br>9:00～12:00         | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円 | クラシックギターの三重奏を楽しんでいます。曲目は日本の抒情歌、Jポップなど多様です。高木孝先生の指導を受けてます。      |
| 楽    | ワイキキ オハナ                                     | 第1・3土曜日<br>13:00～14:00        | 会費/回 1,500円               | アローハ！テレビでおなじみのバースのサナエ先生とウクレレでハワイアンの唄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<br>琴伝流大正琴<br>すみれ会             | 第1・3木曜日<br>13:00～16:00        | 入会金 1,000円<br>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<br>琴伝流大正琴<br>ちどりかい<br>千鳥会     | 第1・3金曜日<br>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下さい。お待ちしております。     |
|      | きんでんりゅうたいしょうごと<br>琴伝流大正琴<br>みちこと かい<br>三智琴の会 | 日曜日<br>(月2回)<br>10:00～12:00   | 入会金 1,000円<br>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あいこうかい<br>新大正琴愛好会                   | 第2・4土曜日<br>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。                                |

| 分野   | 団体名  | 活動日時                          | 費用                         | コメント   |
|------|--|-------------------------------|----------------------------|--|
| 器楽   | shintai shiyou go to kai<br>新大正琴コスモス会            | 第2・4土曜日<br>10:00～11:30        | 会費/月 2,500円                | 大正琴は簡単に音が出せて初心者でもすぐに弾けて、取り組むことが出来ます。仲間との合奏も楽しいです。目標を持ちながら学習をしています。 |
|      | shakuhachi chikuren kai<br>尺八すばる竹連会              | 毎週土曜日<br>18:00～20:00          | 会費/4回 2,000円<br>1回500円その都度 | 尺八の音色を楽しむ仲間が集い、本曲、古典曲、新曲を吹奏しています。時には箏、三弦と合わせ発表もしています。              |
| 日本舞踊 | aya kai<br>綾の会                                   | 金曜日<br>(月3回)<br>10:00～12:00   | 入会金 1,000円<br>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。                |
|      | nichibu tomo kai<br>日舞友の会                        | 毎週木曜日<br>(月4回)<br>13:00～16:00 | 入会金 1,000円<br>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。   |
|      | nichibu ougi kai<br>日舞扇の会                        | 第1・2・3金曜日<br>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。         |
| 新舞踊  | aya kai<br>彩の会                                   | 土曜日<br>(月3回)<br>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。                                       |
| 民族舞踊 | riyukiyuubouyou<br>琉球舞踊<br>kai hama<br>かりゆし会 浜ゆう | 毎週月曜日<br>13:30～17:00          | 入会金 2,000円<br>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。      |
|      | riyukiyuubouyou kai<br>琉球舞踊 かりゆし会                | 第1・2・4 火曜日<br>9:00～12:00      | 入会金 1,000円<br>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。              |
|      | akane oubou<br>よさこい赤羽桜舞                          | 第2・4木曜日<br>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。      |
| 朗読   | roudok kai<br>朗読れものの会                            | 第2・4金曜日<br>14:00～16:00        | 会費/月 1,000円                | 作者の思いを聞き手に伝えるよう練習しています。声に出して朗読を楽しみましょう。                            |
| 文芸   | jibunshi kai<br>自分史を書く会                          | 第4水曜日<br>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。        |
|      | essai bun no kai<br>エッセイ作文の会                     | 第2・4土曜日<br>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！             |

| 分野     | 団体名  | 活動日時   | 費用                         | コメント  |
|--------|--|--|----------------------------|---|
| 詩<br>吟 | しぎん かい<br>詩吟の会                                   | 月または金曜日<br>(月3回)                                     | 入会金 1,000円<br>会費/回 3,100円  | 漢詩・俳句・短歌・詩などの吟詠を月3回おこなっています。旅行、見学会、飲み会、おしゃべりなど楽しい会です。   |
|        | りゅうしょうぎんどうかい<br>龍省吟道会                            | 第1・2・3<br>金・日曜日<br>14:00～16:30<br>木曜日<br>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。   |
|        | きたくぎんけんしぶどうれんめい<br>北区吟剣詩舞道連盟                     | お問合せください<br>午前・午後                                    | お問合せください                   | 日本の伝統文化である吟詠剣詩舞の日頃の成果を発表し又幼少青年の健全育成と成果の披露を行います。   |
|        | あかつきぎんえいあいこうかい<br>暁吟詠愛好会                         | 毎週土曜日<br>(月4回)<br>13:00～16:30                        | 会費/4回 2,000円<br>1回500円その都度 | 生涯学習の一つに選んだ吟詠や和歌を「楽しみ健康と教養を身につけています。時には尺八やお箏の伴奏で合わせて楽しんでいきます。   |
| 俳句     | はいくかい こうかん<br>俳句会「交歓」                            | 第3木曜日<br>18:00～21:00                                 | 会費/月 1,000円                | 楽しく俳句の学習をしています。   |
| 短歌     | きたく かい<br>北区ななも会                                 | 第4金曜日<br>13:30～16:30                                 | 入会金 1,000円<br>会費/月 5,000円  | 初心者の方にも、よくわかるように丁寧に添削いたします。気楽に見学に来てください。  |
| 茶<br>道 | しょうわ かい<br>松和会<br>おもてせんけ<br>(表千家)                | 第2火曜日<br>14:00～16:30                                 | 会費/月 2,500円                | 初めての方、興味ある方、季節を感じりセットする時間を、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<br>松月会<br>おもてせんけ<br>(表千家)                | 第3水曜日<br>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<br>如月会                                    | 第1・3金曜日<br>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。<br><a href="https://twitter.com/FebruaryParty">https://twitter.com/FebruaryParty</a> |
|        | きどう、うらせんけ<br>茶道裏千家<br>せいふうかい<br>清風会              | 毎週金曜日<br>(月4回)<br>9:00～17:00                         | 入会金 2,000円<br>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。  |
| 中国茶    | ちゅうごくちや たの<br>中国茶を楽しむ<br>ろうそうすいせん かい<br>「老樸水仙の会」 | 最終日曜日<br>13:30～16:30                                 | 会費/回 400円<br>(菓子代含む)       | 中国茶の粹な淹れ方を学び、茶葉の独特な香り&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。  |
| 華道     | しょうふうりゅういっこうかい<br>正風流一光会                         | 月曜日<br>(月2回)<br>10:30～12:00<br>18:30～20:00           | 会費/月 4,000円<br>(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！！   |

| 分野          | 団体名                                       | 活動日時   | 費用                        | コメント   |
|-------------|---|--|---------------------------|--|
| フラワーアレンジメント | フラワーサークル<br>あねもね                          | 毎週木曜日<br>(月4回)<br>13:30～15:30<br>15:20～16:50   | 会費/月 2,000円<br>(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<br>ボヌール                          | 隔週金曜日<br>(月2回)<br>10:00～12:00                  | 会費/月 5,200円<br>(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！！    |
|             | フラワーアレンジメント<br>かぶあ<br>サークル kapua87        | 第2・4木曜日<br>(月1回)<br>14:00～15:30<br>19:00～20:30 | 会費/月 5,000円               | 季節の行事花など、生花中心で作成しています。始まったばかりのサークルですのでお仲間大募集中です。                 |
| 囲碁          | うろの会 <sup>かい</sup>                        | 毎週水曜日<br>(月4～5回)<br>13:00～17:00                | 入会金 1,000円<br>会費/月 1,500円 | 北区の生涯学習として、囲碁を通して脳の活性化を図り、良き友達関係を構築する場としての級位者向けの囲碁教室です。          |
|             | きたくい ごれんごうかい<br>北区囲碁連合会                   | 毎週水曜日<br>(月4～5回)<br>13:00～17:00                | 入会金 1,000円<br>会費/月 1,500円 | 北区の生涯学習として、囲碁を通して脳の活性化を図り、良き友達関係を構築する場としての級位者向けの囲碁教室です。          |
|             | じょうほくい ご<br>城北囲碁クラブ                       | 毎週日曜日<br>(月4回)<br>13:00～16:30                  | 入会金 1,000円<br>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。   |
| 将棋          | しょうぎ どうこうかい<br>将棋同好会<br>けいま かい<br>「桂馬の会」  | 毎週月曜日<br>(月4回)<br>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。     |
|             | しょうしんしゃしょうぎ<br>初心者将棋クラブ<br>あゆみ かい<br>歩みの会 | 毎週水曜日<br>9:00～12:00                            | 会費/3ヶ月<br>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<br>男性のための幸せ<br>りょうり かい<br>料理会    | 第2・4木曜日<br>9:00～12:00                          | 入会金 1,000円<br>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。                                    |
|             | きたくすいゆうかい<br>北区粋遊会                        | 第4土曜日<br>13:00～16:00                           | 会費/月 1,000円               | 料理づくりを通して、地域の仲間との親睦を深めています。                                      |
|             | からだにやさしい<br>ほっこうりょうり かい<br>発酵料理の会         | 第1日曜日<br>9:00～12:00                            | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円 | 発酵料理の会は、深田先生の指導で、クッキー焼き・パン作りなどの料理を少人数で行っています。一度参加してみませんか。        |
| 着付け         | みやこわすれ<br>きつ<br>(着付け)                     | 土曜日<br>(月3回)<br>13:30～15:30                    | 会費/月 5,500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<br>恵の会                              | 水曜日<br>(月2回)<br>10:00～11:30                    | 入会金 2,000円<br>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！      |

| 分野 | 団体名                                   | 活動日時                                 | 費用                                 | コメント  |
|----|---------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|---|
| 和裁 | わかば かい<br>若葉会                         | 第1・2・4火曜日<br>18:00～20:30             | 年会費 1,000円<br>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<br>和裁友の会                     | 第1・3・4金曜日<br>(月3回)<br>13:00～16:30    | 入会金 1,000円<br>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。            |
| 手芸 | あべひろこ おお ばなきょうしつ<br>阿部容子押し花教室         | 第3月曜日<br>10:00～12:00                 | 会費/月 1,000円                        | 初心者の方でも親切に指導します。ご自分の近くに咲いている花を使って素敵な作品を作りましょう。                          |
|    | じゆんぎんねんど かい<br>純銀粘土の会<br>(ステューディオ K2) | 第1土曜日<br>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!          |
|    | あかぎんかい<br>赤銀会                         | 第3土曜日<br>13:00～17:00                 | 入会金 500円<br>会費/月 2,500円            | 銀粘土を使用してシルバーアクセサリを作成しています。その日の内に簡単に完成します。体験も行っています。気軽にご参加ください。          |
|    | こふと あそ<br>古布と遊ぼう<br>パッチワーク            | 第2・4月曜日<br>(月2回)<br>13:00～16:00      | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円          | 古布や好きな布を使い、バッグや小物、細工物などを作ります。個人の感性・色相・アイデアを尊重しながら活動しています。               |
|    | きると<br>Quilts っこクラブ                   | 第2・4水曜日<br>9:30～12:00<br>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。             |
|    | あかばね<br>赤羽ぬいぐるみ<br>どうこうかい<br>同好会      | 第2・4土曜日<br>(不定期 月2回)<br>9:00～11:30   | 入会金 1,000円<br>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<br>TETOTE                         | 第2・4金曜日<br>13:30～16:30               | 入会金 1,000円<br>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  | わ<br>和をあそぶおりがみ<br>せんじゆかい<br>千寿会       | 第1月曜日<br>13:00～15:30                 | 会費/月 3,000円                        | 折り紙初心者、角が合わない人でも、楽しくオリジナリティあふれる作品ができるサークルです。笑顔で楽しみながら脳トレしましょう!          |
|    | マクラメの会 かい                             | 第1・3月曜日<br>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。              |
|    | わし<br>和紙ちぎり絵の会 かい                     | 第1・3木曜日<br>10:00～12:00               | 入会金 500円<br>会費/月 4,500円<br>(教材費込み) | 和紙を使って風景、花、動物などを描きます。油絵風でもあり水彩画風でもあります。手先を使って脳トレにもなります。いつでも歓迎します。       |
|    | クイリング プリティ                            | 第2金曜日<br>10:00～12:00                 | 会費/月 2,800円<br>(教材費込み)             | 紙のアートをあなたも♡細い3mmの紙をツールを使って巻き、パーツを作り組み合わせで花、動物など素敵な作品を作ります。一緒にはじめてみませんか! |



| 分野   | 団体名                           | 活動日時                     | 費用  | コメント  |
|------|-------------------------------|--------------------------|---|---|
| パソコン | あかぼねあいばっど<br>赤羽 iPad          | 第2・3・4金曜日<br>10:00～11:30 | 入会金 3,000円<br>会費/月 6,000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も使えるようになりましょう。        |
|      | あかぼね<br>ウインドウズ赤羽              | 第2・4水曜日<br>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。                        |
|      | カルガモ<br>パソコンクラブ               | 第1・2・3金曜日<br>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。                                    |
|      | あいばっど<br>さくら iPad             | 第2・4水曜日<br>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。     |
|      | びーしー<br>ビビットPCクラブ             | 第1・2・4土曜日<br>13:00～15:00 | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,500円<br>別途<br>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。                  |
|      | びーしーもくようかい<br>チャレンジPC木曜会      | 第2・4木曜日<br>18:30～20:30   | 会費/月 3,000円<br>別途<br>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。               |
|      | びーしー<br>PC&デジタル<br>くらぶ<br>倶楽部 | 第1・3月曜日<br>9:30～11:30    | 入会金 1,000円<br>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。                     |
| 話し方  | あかぼね<br>赤羽スピーチクラブ             | 第2・4木曜日<br>18:25～20:50   | 会費/月 2,000円<br>テキスト代<br>(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 かい<br>話し方さくらの会          | 第2・4土曜日<br>13:10～15:40   | 会費/月 2,000円<br>テキスト代<br>(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 かい<br>話し方すずらん会          | 第2・4土曜日<br>9:35～12:00    | 会費/月 2,000円<br>テキスト代<br>(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を克服します。大勢の前でのスピーチに自信が持てます。     |
|      | はなそうかい<br>話窓会                 | 第4水曜日<br>19:00～20:30     | 入会金 1,000円<br>会費/月 700円                         | 皆の前であがらずに話ができ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<br>英会話スターズ                                   | 月曜日<br>(月1回)<br>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<br>18:30～20:30        | 入会金 2,000円<br>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<br>中国語 朋友会                           | 毎週水曜日<br>(月4回)<br>10:00～12:00   | 会費/月 5,000円               | アットホームな中国語愛好家のサークルで、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。  |
|        | ちゅうごくご ほうゆうかい<br>中国語 朋友会<br>(初心者向け)                | 毎週金曜日<br>(月4回)<br>18:00～20:00   | 会費/月 5,000円               | 日本在住歴の長い中国人通訳の先生がわかりやすく丁寧に指導します。  |
|        | こくらはぶ<br>タイ語倶楽部サヌック                                | 第2・4土曜日<br>14:00～16:00          | 入会金 1,000円<br>会費/月 4,000円 | 在タイ15年のベテラン講師からタイ語の基礎や現地の生活、文化まで幅広く学びます。タイ修学旅行企画中。初心者大歓迎。   |
| 教養     | おーけー<br>OK・くらぶ                                     |                                 | 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。   |
|        | えぬびーおーほうじん<br>NPO法人プログラミング<br>きょういけんきゅうじょ<br>教育研究所 | 日曜日<br>(月1～2回)<br>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！<br><a href="http://j-code.org">http://j-code.org</a>   |
| リフレッシュ | こころとからだの<br>げんきらぼ.<br>元気Lab.                       | 土曜又は日曜日<br>(月1回)<br>10:00～12:00 | 会費/年 2,000円<br>参加費/回 500円 | ハンドタッチングと植物の香りでお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♪<br><a href="http://www.facebook.com/genki.lab2006/">http://www.facebook.com/genki.lab2006/</a> |
|        | めいそう かい<br>瞑想の会                                    | 第3日曜日<br>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。   |

| 分野    | 団体名  | 活動日時   | 費用   | コメント   |
|-------|--|--|--|--|
| 太極拳   | にしきかい<br>錦会                                      | 第2・4火曜日<br>(月2回)<br>13:30～15:00  | 会費/月 2,500円                                    | 楊名時健康太極拳。呼吸に合わせてゆるやかな動作で身体の気を養い健康になりましょう。気功・八段錦。   |
|       | ようすいかい<br>楊水会                                    | 毎週水曜日<br>(月4回)<br>14:00～16:00  | 入会金 500円<br>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。  |
|       | きたくたいきょくけんあいこうかい<br>北区太極拳愛好会                     | 月曜日<br>(月4回)<br>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。  |
|       | たいきょくけん あかぶん<br>太極拳 赤文                           | 第1・2・4火曜<br>(月3回)<br>18:00～20:00   | 会費/月 3,500円                                    | 若さの秘訣は太極拳。<br>簡化24式太極拳を基礎から学びます。初心者歓迎。   |
|       | あかばねけんこう<br>赤羽健康クラブ                              | 第1・3水曜日<br>(月2回)<br>10:00～11:30  | 入会金 500円<br>会費/月 2,500円                        | 深部リンパマッサージを取り入れながら、身体のねじれを取り、本来の良い姿勢に気持ちよく、呼吸も整え調整していくヨガです。                                    |
| 自彊術   | スッキリ！すまいる  | 毎週月曜日<br>(月4回)<br>15:30～17:00  | 年会費 3,000円<br>会費/月 3,000円                      | 昔から健康体操として継続し今に至る「自彊術」。これからの時代「自分の体は自分で守る」を合言葉に楽しく時を過ごしましょう。                                   |
| 古武道   | あかばねこぶどうけんきゅうかい<br>赤羽古武道研究会<br>ひえんかい<br>「翫縁会」    | 毎週水・土曜日<br>(月8回)<br>18:30～20:45  | 入会金 2,000円<br>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。<br><a href="http://www.hien-kai.com/">http://www.hien-kai.com/</a> |
| フラダンス | ブルースカイ<br>プアマナ                                   | 毎週月曜日<br>(月3回)<br>9:00～12:00   | 入会金 1,000円<br>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<br>AKIKO OHANA<br>ふら<br>HULA             | 第1・2・3木曜日<br>10:00～11:45   | 入会金 1,000円<br>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。   |
|       | もみらにじえーぼっぶ<br>Momilani J-popフラ                   | 第1・2・3土曜日<br>(月3回)<br>13:30～15:00  | 入会金 1,000円<br>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？   |
|       | かめぬ あかばねふら<br>Kanunu Akabane Hula<br>くらぶ<br>Club | 毎週金曜日<br>(月3回)<br>月2回の場合有り<br>10:00～11:30  | 入会金 1,000円<br>会費/月 3,000円<br>※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。ご一緒にいかがですか？                                    |
|       | ぶあもはら<br>Pua Mohala                              | 第1・3土曜日<br>10:30～12:00<br>13:30～15:00<br>【子ども】<br>15:00～16:00<br>月曜日(月3回)<br>18:00～19:30 | 会費/月<br>4,000～7,000円<br>(回数による)<br>【子ども】2,000円 | 初心者大歓迎。心地よいハワイアンソングに合わせて踊れば自然に笑顔に。心身共に元気になるフラダンスを始めてみませんか。                                     |

| 分野                   | 団体名                              | 活動日時   | 費用                        | コメント  |
|----------------------|----------------------------------|--|---------------------------|---|
| ダンス                  | ホクト・スターズ                         | 毎週木曜日<br>(月4回)第5週休<br>13:00~15:30              | 会費/月 1,500円               | スクエアダンスは、歩いて、楽しく、健康に、<br>マスゲーム感覚なダンスです。興味を持た<br>れたら一度見学に来てください。   |
|                      | のりこ じゃず だんす<br>Norico Jazz Dance | 第1・2・3火曜日<br>18:00~19:30                       | 入会金 4,500円<br>会費/月 4,500円 | 3歳から中学生まで、ジャズダンスを楽しく<br>踊ろう!! バレエの基礎を大切にしたクラス<br>です。  |
| レク<br>リエ<br>ーシ<br>ョン | いーきゆう いっきゆう<br>EQ (一休)<br>スマイル   | 第1・3・5<br>日曜・月曜日<br>14:00~16:00<br>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<br>心もひと休み、笑って邪気を放出しましょう。<br>「笑う門には福が来」ます。<br>♡♡♡ 笑いヨガ、40歳からの「脳活性化・認<br>知症予防ゲーム」<br><a href="https://hokkaido-culture.jp/nyukio/club/detail">https://hokkaido-culture.jp/nyukio/club/detail</a> |
|                      | わら<br>笑いクラブ<br>スマイル赤羽<br>あかばね    | 第2・4月曜日<br>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<br>タリア夫妻が考案したもので誰でもできる笑<br>いの健康法です。私達と一緒に笑いませんか<br>か!  |
|                      | ステップ                             | 毎週月曜日<br>10:30~12:00                           | 入会金 100円<br>会費/月 900円     | 赤ちゃん、幼児とママの交流する場をつくっ<br>ています。体操や季節の行事、絵本の読み<br>聞かせ、工作など、みんなで子育てを楽し<br>みましょう。  |
|                      | きたく<br>北区レクリエーション<br>クラブ         | 不定期<br>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<br>ます。日帰り、一泊、ハイキングが中心で<br>す。  |