分野	団体名	活動日時	費用	コメント
健康・保健・医療	瞑想の会	第3週水曜日 10:00～11:30	入会金　0円 会費/回　1,500円	心のリフレッシュ！いつでもどこでも誰にでも手軽にできてストレス解消に役立つ瞑想法、呼吸法を学びませんか。
	Voce Vivace	第2・4週水曜日 9:00～12:00 18:00～21:00	入会金　0円 会費/月　5,000円	美しい声のための発声練習だけでなく、表情筋や腹筋を鍛え、姿勢・呼吸の改善を目指す軽いトレーニングは好評です。
環境・資源開発	北区おもちゃ病院	第2・4週日曜日 13:00～16:00	入会金　0円 会費　0円	おもちゃは直して使いましょう。修理代は無料！部品代がかかったらそれだけ。 https://www.kitaomocha.tokyo/
言語	中央公園 日本語のなかま	毎週水曜日 （月4～5回） 10:00～12:00	入会金　0円 会費/回　100円	外国人に必要なコミュニケーションツールの日本語や日本の習慣、生活に必要な知識などのお手伝いをしております。
	王子英会話クラブ	毎週水曜日 （月4回） 18:30～20:30	入会金　0円 会費　4,400円	イギリス人の先生2名と楽しく学ぶ英会話を中心としたクラスです。是非体験に来て下さい。お待ちしています！
	It’s English Time！ ～大人の初級英会話～	第2・4週木曜日 14:00～16:00	入会金　0円 会費/月　4,000円	講師のグラハム先生は元大学教授で、毎回先生が用意してくださるトピックで進みます。聞いているだけでも楽しいので是非ご参加を
	こどもFUNFUN イングリッシュ	第2・4週土曜日 10:00～11:00	入会金　5,000円 会費/月　5,000円	絵本や歌、ダンスで英語の楽しさを全身で体感。繰り返しの中でリズムや語感を育み、『ことばの幹』をつくる授業です。
	Parlons francais！	第1・3・4週水曜日 13:30～15:30	入会金　1,000円 会費/月　4,000円	多方面からフランス文化を学び楽しくフランス語会話を勉強しています。フランスに興味のある方、どんどんご参加ください。
	チョアチョアハングル	第1・3週木曜日 18:00～21:00 （入門・初級クラスそれぞれあり）	入会金　0円 会費/月　3,000円	入門クラス、初級クラスに分かれています。韓国語がはじめての方もブランクがある方も、私たちと楽しく一緒に学びましょう！
文学	万葉集を楽しく学ぶ会	第2・4週水曜日 14:00～16:00 第2週は講師、第4週は自主学習	入会金　0円 会費/月　2,000円	万葉集の時代背景を考えながら。、歌を読み解きます。講師は元NHK文化センターの万葉集の講座を担当されました。
	滝野川かるた会	毎週土・日曜日 （月8回） 9:00～18:30	入会金　5,000円 会費/月　2,000円	競技かるたの魅力は、一瞬の集中力と判断力、そして古典の世界を体感できるところです。まさに「動と静の競技」「知的スポーツ」です。
絵画	油絵サークルいち絵	第1・2・3週木曜日 10:00～12:00	入会金　0円 会費/月　700円	絵が好きな人が集まり講師なしで文化センター、北とぴあ、喫茶店での作品展を年間目標に活動しています。初心者歓迎します。
	北区水彩画会	第1・3週日曜日 13:00～16:00	入会金　0円 会費/月　2,000円	講師の指導のもと水彩画を中心に個人作品・合同作品を制作、年3～4回の展示会実施します。興味のある方は歓迎!!

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
絵画	北区アートパステル会	第1・3週木曜日 13:00～16:00	入会金　0円 会費/月　500円	毎回、画材を当番制で持ち寄り、季節の花、果物などを描いています。パステルは初心者でも楽しめます。
	北きり絵・あじさい	第2・4週水曜日 13:30～15:30	入会金　1,000円	中央公園文化センター祭に参加しています。毎年カレンダーを作成して楽しんでいます。秋はお出かけ、一月は新年会を開いています。
手工芸	マクラメ同好会	水曜日 （月3回） 10:00～12:00	入会金　0円 会費/月　3,500円	綿、麻、アクリルなど色も素材も違う紐を手で結びバックやインテリア用品、季節物などを個人の好みに応じ作っています。入会随時
	陶芸クラブつどい	第2・4週日曜日 9:30～16:00	入会金　1,000円 会費/月　1,000円	有名な陶芸展に毎回入賞しているベテランから初心者まで、陶芸好きが集まり、和気あいあい手作りの作品づくりを楽しんでいます。
	日曜陶芸会	第1・3週日曜日 10:00～16:00	入会金　0円 会費/月　2,500円	楽しく陶芸！初心者歓迎、興味のある方、親子で参加可能。自分のペースで自由制作、クリエイティブな作品を作りましょう！
	ステンドグラス ティファニー会	毎週木曜日 （月3～5回） 13:00～17:00	入会金　5,000円 会費/月　5,000円	ティファニー会は会員の親睦を深め自由と個性の発想から作られた作品を多くの人に知ってもらえる様活動をしています。
	革工芸の会	第1・3週木曜日 9:30～12:00	入会金　0円 会費/月　2,500円 （別途雑費/年　3,000円）	先生のご指導で染色やデザインなど様々な技法を学び、自分だけの物を作成。毎年中央公園文化センター祭に作品を展示しています。
	フラワーサークル あねもね	第3週火曜日 10:00～12:00	入会金　0円 会費/月　2,900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	隔週木曜日 （月2回） 10:00～11:55	入会金　0円 会費/月　6,000円	ペーパーやリボンをあしらい少ない花でも美しいアレンジメントを学んでいます。時には遠足や食事会も。花好きな方お待ちしています。
	クレイシルバー at 王子	第1週火曜日 9:30～12:00	入会金　0円 会費/月　2,400円 別途材料費	銀粘土や銀線を使い、たったひとつの銀のアクセサリーを作りましょう。
書道	美竹会	第1・2・4週火曜日 13:30～15:30	入会金　0円 会費/月　3,500円	毛筆で仮名や漢字を書いています。書体や文字は、各自が選べます。初心者の方には、先生が基礎から教えて下さいます。入会歓迎！
	茲友会	第1・3週土曜日 10:00～12:00	入会金　0円 会費/回　1,500円	字はちょっとした『コツ』でうまくなります。毎月の美しいお手本できれいな字が書けるようになります。あなたも書道を基礎から学びませんか！
	小竹会	第1・2・4週水曜日 18:30～19:45	入会金　1,000円 会費/月　2,500円	私達、小竹会は習字（毛筆）を通して親睦を深めています。初心者大歓迎です。楽しくお習字を学びましょう。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
書道	コミスポたきのがわ 書道入門	毎週土曜日 （月4回） 10:00～12:00	入会金　100円 会費/月　1,500円	コミスポたきのがわ書道入門では、子供から大人まで書道を楽しみたい人、字を美しく書きたい人が集まって、書を楽しんでいます。
音楽	北区ハーモニカ教室	不定期日曜日 13:00～17:00	入会金　0円 会費/月　2,500円	私達の教室は童謡・歌謡曲・クラシック・ラテン等の名曲を練習し楽しんでいます。年齢・経験は問いません。会員募集中です。
	紅葉ギター同好会	毎週水曜日 13:00～16:30	入会金　0円 会費/月　500円	毎週楽しくギターを練習しているサークルです。クラシックギターの基礎練習、合奏や独奏のサークル内発表会をしています。
	北ギターアンサンブル	第1・3週日曜日 9:30～12:00	入会金　0円 会費/月　3,000円	ギターによる合奏を楽しむ仲間です。『下手でもいい』をモットーに力を合わせてクラシックや映画音楽などに挑戦しています。
	遊悠ハーモニー	第1・3週木曜日 13:00～16:00	入会金　1,000円 会費/月　2,000円	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。また、センター祭にも参加しています。
	北楽会	日曜日 （月1回） 10:00～12:00	入会金　0円 会費/月　3,000円	雅楽の龍笛をお稽古する会です。先生はプロの演奏家で怜楽舎という団体に所属。最初は難しくても気長に息長く取組んでいます。
	三智琴の会　しらゆり	第1・3週土曜日 10:00～12:00	入会金　1,000円 会費/月　3,000円	童謡や演歌等楽しく練習しています。センター祭に出演しています。貸琴もありますのでいつでも教室見学出来ます。
	滝野川シニア アンサンブル	第1・3週水曜日 13:00～15:20	入会金　1,000円 会費　2,000円	音楽好きなシニアの仲間です。一度楽器を持ってお試し参加してみてください。一緒に音を出せば、ほら、もうアンサンブルです。
	北女声合唱団	土曜日 （月2回） 14:00～15:30	入会金　0円 会費/月　6,000円	月2回土曜日の午後、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、中央公園文化センター祭も出演しています。
	ルミエール・ドゥ・ソレイユ	木・土曜日 （月4回） 木18:00～20:30 土9:30～12:00	入会金　0円 会費/月　5,000円	歌を歌うことが好きなメンバーが集まり女声合唱を楽しんでいます。一緒に歌いませんか？団員募集中です。
文芸	川柳一木会	第1週木曜日 13:30～17:00	入会金　0円 会費/月　500円	五七五と指を折り、日常の何気ないでき事、人情を17音のリズムで表現する川柳。例会を通して仲間との親睦を深めています。
	さわやか詩吟の会	第2・4週金曜日 10:00～12:00	入会金　0円 会費/月　2,000円	大きな声を出して、懐かしい漢詩を吟じてみませんか。やさしい節調が心にしみてきます。ご一緒に漢詩の世界に触れてみましょう。
茶香華道	茶道グループ裏千家 めぐみ会	第2・3週火曜日 9:30～15:00	入会金　0円 会費/月　4,000円	和気あいあいと茶道を勉強しております。薄茶濃茶点前を中心に、小習、茶箱手前など季節に合わせてお稽古してます。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
文化史	「和」の文化の会	第3週木曜日 10:00～12:00	入会金　0円 会費/月　1,500円	歳時記、二十四節気、古典文学、和歌、俳句等を通じ和文化を学ぶ
ダンス	アミューズメント ダンスィング	毎週水曜日 （月4～5回） 10:00～11:30	入会金　0円 会費/月　6,000円	私達はダンスの他、ストレッチやエクササイズも時間を取るようにし、自分の身体と向きあうようにしつつ楽しく練習しています。
	ファンキーモンキーズ	隔週土曜日 （月2回） 14:30～16:30	入会金　0円 会費/月　4,000円	学年もダンス歴も様々な子どもたちが、個性を大切にして、自分らしく輝けるように！小学生中心の幅広い年齢層で仲良く踊っています！
	ダンスサークル バウンシーハート	毎週土曜日 （月3回） 13:50～16:30	入会金　5,000円 会費/月　3,000円	レッスンの最初はマット運動をし、体作りをします。ダンスレッスンは基礎から丁寧に教えます。モダンバレエクラスもあります。 https://bouncyheart.com/
健康スポーツ	すこやかなせぼねの会	第1・3週火曜日 19:00～20：30	入会金　0円 会費/月　3,500円	背骨の動きを柔軟にすれば若々しく、健康を保つ事ができます。健康にすごしたいと願う皆様の参加をお待ちしています。
	やさしい社交ダンス	毎週木曜 （月2～3回） 19:00～20:30	入会金　1,000円 会費/回　1,860円	簡単なステップだけを使い社交ダンスを楽しんでいます。ほぼ初心者を対象にしたサークルです。運動可能な服装でご参加ください。
	滝野川ヨーガ道友会	毎週金曜日 （月4～5回） 10:30～12:00	入会金　1,000円 会費/月　2,000円	無理のないポーズでリラックス出来ます。
	ヨガ健康会	毎週水曜日 （月4回） 13:00～17:00	入会金　1,000円 会費/月　3,500円	日常生活を正常に過ごせるよう呼吸法や整体を実践。リラックスした動きから免疫力を高める効果の大きさを実感する。
	ここヨガ	毎週日曜日 10:15～11:30	入会金　0円 会費/回　1,500円	ヨガのポーズや呼吸法、瞑想、アーユルヴェーダの知識を生かし、日々の生活を安定させ、豊かな人生を育んでいく。
	太極拳気功練習会	毎週水・日曜日 （月4回） 13:00～15:00	入会金　0円 会費/月 3,000～5,000円	伝統武術楊式太極拳教室です。水曜は初心者教室で日曜は太極拳推手教室です。お越しの際には必ず連絡をください。
	北区太極拳愛好会	火・水・木・日曜日 火木日10:00～12:00 水13:00～15:00	入会金　0円 会費/年　4,000円	〝若さの秘訣は太極拳〟を合言葉に、中国人侯金玲先生から直接基礎からの指導を受けます。健康とストレス解消、頭の体操に効果あり。
	智能気功愛好会	毎週火曜日 （月4回） 10:00～12:00	入会金　1,000円 会費/月　3,000円	気功で血流を良くし健康元気笑顔のある日常生活が送れる様に頑張ってる平均年齢70才過ぎの若いサークルです。
	Rajaputra	毎週水・木・日曜日 （月12回） 水・木13:30～15:00 日10:00～11:30	お問い合わせください	カルーリカ＆ヨーガ＆立腰体操を通して身体を構造通りに使うことの大切さを学びます。年齢関係なくどなたでも参加できます。

分野	団体名	活動日時	費用	コメント
健康スポーツ	氣功木曜会（きこうもくようかい）	毎週木曜日 （月4回） 10:00～11:50	入会金　1,000円 会費/月　3,000円	気血の流れをよくするように、軽く身体を動かします。フレイルを予防し、元気で長生きを目指します。
武術	明空義塾（めいくうぎじゅく）	毎週土・火曜 （火曜不定期） 13:00～17:00	入会金　5,000円 会費/月　4,000円	老若男女、どなたでも、健康空手から競技空手まで http://meikugijuku.com/tokyo/index.html
武術	合気道道場せせらぎ（あいきどうどうじょう）	毎週土曜日 （月4回） 10:00～12:00	入会金　1,000円 会費/月　3,000円 学生1,500円	誰にでもできる日本独特の心身鍛錬の武道です。老若男女分け隔てなく自らに合った稽古と修練とともに美しい所作を身につきます。 https://aikido-seseragi.main.jp/
レクリエーション	スポーツ吹矢（ふきや） 中央公園同好会（ちゅうおうこうえんどうこうかい）	第1・2・3週金曜日 13:00～17:00	入会金　1,000円 会費/3回　2,000円	腹式呼吸による健康効果、精神力と集中力を高める、競技参加による目標など世代とのふれあい仲間づくりなど楽しんでおります。