

御園宇地域センター自主活動教室の紹介

	グループ名	活動日時	内 容	受講料等
学習	本山珠算教室	毎週火・金曜日 17:00~19:00	そろばんで集中力をアップしよう。計算力がアップして自信がつかます！	月5,000円
	ひまわり会 英語	不定期月曜日 10:00~14:00	講師の先生の指導の元、英語で書かれた小説のリーディングを時事英会話も交えながら楽しく学んでいます。継続は力なり・・がモットーです！	月5,000円
	子ども硬筆	第1・2・3 水・木曜日 16:00~18:00	字形の基本を身に付けます。公的書写検定にも導きます。	月2,000円 本代
生活文化	ニットサークル	第2・4金曜日 13:00~16:00	年齢を問わず、編物の好きなメンバーが集まり、生き生きと生涯楽しく暮らす事が出来ることを目指して続けております。興味のある方は是非覗いてみて下さい。	月2,000円
	ママ会 プリザーブドフラワー	偶数月第3土曜日 10:00~12:30	プリザーブドフラワーとは、特殊な技術で生花のみずみずしさを長い期間保存できるように作られた花です。それを使ってお洒落なアレンジを楽しみましょう。	1回3,100円
	囲碁を楽しむ会	毎週土曜日 13:00~16:00	囲碁は右脳を使う創造性豊かなゲームです。、いつまでも若々しく活動できるよう頭脳を磨きましょう。会員募集中です。	無料
音楽	スノードロップ 御園宇幼稚園コーラス部	毎週火曜日 10:00~12:00	御園宇幼稚園の保護者が集まって楽しく練習しています。園のお誕生会で歌ったりケアホームへの慰問なども行っています。	1回100円
	東広島六弦倶楽部 ギター	毎週火・金曜日 火18:30~21:30 金19:30~20:30	ギターは手軽に始められる楽器です。正しい指でド・レ・ミが弾ければ思いつくメロディを奏でる事ができます。フォークギター・エレキギター・エレキベースなど、色々なジャンルで楽しめます。	月 3,500円~
	しらゆり 大正琴	第2・4金曜日 9:00~11:00	心にしみる色々な名曲を弾いて楽しんでいます。現在4名ですが、エレキギターも入り工夫しています。	無料
	東広島パンフルートの会 パンフルート	第1・3土曜日 13:00~16:00	ギリシャ神話に出てくる牧師、パーンの吹いた笛。現代によみがえらせ、クラシックからポップスまで、様々なジャンルの演奏をします。	無料
運動	命の貯蓄体操	毎週水・木曜日 水9:30~11:30 木19:00~20:30	驚きの丹田呼吸法のちからを最大限に引き出し、深層から身体全体をケアしていきます。腰痛・頭痛・更年期障害・自律神経失調症・冷え性・・などに効果的です。	月2,000円
	キッズビクス	毎週金曜日 16:00~19:00	マット、平均台、鉄棒、とび箱、トランポリンを使って子どもの基礎運動能力を伸ばし、体操の基本を学び技を発展させていきます。現在定員いっぱいです。	月3,000円
	健康ヨガ教室	毎週木曜日 19:30~21:00	ゆったりと伸びやかに身体を動かし、柔軟性を身に付け、心身をリフレッシュしましょう。いつでも無料体験できます。	月3,500円
	モアピース ピラティス	毎週月・金曜日 19:30~21:30	コアトレーニングを主として、楽しく無理なく個々に合わせて出来る全身運動です。1時間後にはスッキリした気分・・。他会場に1か月何度でも参加できます。	月4,500円
	錬心館御園宇支部 空手道	水曜日・土曜日 水18:00~21:00 土17:00~21:00	人間形成を指導理念として、礼節を重んじて心身を鍛え、少年少女の健全育成を目指していきます。体験もできます。	月4,800円
	3S・エクササイズ	毎週金曜日 9:00~10:00	介護のお世話にならないように、身体機能・柔軟性及び筋力を強化するトレーニングです。年齢問わず無理なく行えるようになっています。	1回500円
ダンス	ミント&プリン ジャズダンス エアロビク	毎週月曜日 ジャズ10:30~11:30 エアロ11:30~12:30	ジャズ:HIPHOPとジャズダンスを合わせたかっこよく楽しいダンスです。 エアロ:音楽に合わせて身体を楽しく動かして運動不足を解消できます。	月4,500円 月4,000円
	ジャザサイズ	毎週水・木曜日 10:00~11:00	心拍数を上げ、ビートにあわせてボディを燃焼させるフィットネスプログラムです。全米ヒットチャートに合わせて有酸素運動。筋肉運動・ストレッチを行います。	月4,320円 他会場参加可
	Grupo Z Gravitacion ズンバ	不定期金曜日 13:00~15:00	ラテンの音楽とダンスを融合させて創作されたダイナミックでエキサイティングなエクササイズです。音楽に乗って身体を動かせばダンスパーティー気分です。	1回700円
	レイフラワーマカナ フラダンス	第2・4火曜日 10:00~12:00	無理のないステップとゆるやかな動きで、年齢を問わず楽しむ事ができます。血流も良くなり心も体もリフレッシュ。いつでも無料体験レッスンできます。	月2,000円
	ひまわりフォークダンス	第2・4水曜日 13:00~15:00	習っては忘れ、忘れては習い・・を繰り返しながら、健康維持のために毎回楽しく踊っています。衣装も可愛く、若返ります。興味のある方は、是非体験においで下さい。	月500円
	東広島ソーシャルダンスの会 社交ダンス	不定期火曜日 18:00~21:00	ソシャルダンスは、男性と女性がカップルで音楽に合わせて踊ります。初心者から上級者までクラスに合わせてレッスンします。	月6,000円
住民自治協議会カルチャー教室	教育文化振興事業団 日本語教室	毎週火曜日 13:00~16:00	中国帰国者とその家族の方たちと日本語を勉強しています。時には中国料理の講習会などを通して、日本との文化交流も行っています。	無料
	ミュージックベル	毎週木曜日 9:00~10:30	1人1人が音を担当して音楽を作り上げていきます。ベルの澄んだ音で様々なジャンルの音楽を楽しんでいます。	無料
	折り紙	毎週木曜日 10:30~12:00	手先を動かして頭の体操。地域センターに季節の作品を展示しています。御園宇小学校の卒業生は、講座生の折った薔薇を胸に毎年巣立っていきます。	無料
	オカリナ	毎月第3火曜日 14:00~16:30	土でできた楽器オカリナ。温かく優しい癒しの音色で、童謡・民謡・歌謡曲などを楽しみます。保育所や施設での演奏もしています。	1回1,000円
	手芸	毎月第1金曜日 13:00~16:00	ハンドメイドで身近な小物を作ります。自分で使うのもよし、プレゼントにもよし。区民まつりには展示もします。	1回500円 材料費追加あり
盆踊り	毎月第4火曜日(夏季) 19:00~20:00	5月から夏に向けて月に1度1時間、地域センター大ホールで「信和音頭」「三ヶ城節」「観音踊り」「城跡踊り」「名所節」を練習します。	無料	



笑顔花 みんなで咲かそう スマイルで ゆーすふるサンデー

H28.7.2(土)

7月第1土曜日は、御園宇小学校に於いて児童と地域住民や松賀中学生とのふれあいの会、ゆーすふるサンデーが毎年恒例で行われています!



地元の竹で水鉄砲作成中です!

1年生は折り紙研究会の方々にやさしく丁寧な指導を受けました!



地域の方とふれあいながら、さつまいも畑の草を取りました。

地域の匠に竹トンボ作りの指導を受ける6年生



締めくくりは松賀中吹奏楽部の演奏とリズムダンスです♪



恒例のペットボトルロケット!! 今年の飛距離は??

協力 御園宇小学校区住民自治協議会福祉・教育部会