

令和6年度 大垣市北地区センター開講教室（会員募集）のご案内

番号	分類	教室名	代表者名	連絡先	受講料(税込)	開催日	開催時間	備考
1	体操	ファット・バーニング	鈴木 千春	090-1863-8980	1回 800円	毎週火曜日	10:00~11:30	タオル、水分、ヨガマット(バスタオル)
		・有酸素運動後、複式呼吸でゆっくりストレッチ、筋力アップ+脂肪燃焼(ファットバーニング)しています。お気軽にどうぞ。						
2	体操	北ひまわり会	中村 美由紀	090-1291-9034	1回 100円(年会費300円)	第2金曜日	13:30~15:00	60代からお気軽にご参加お待ちしております。
		・いつでも、どこでも、ひとりでも出来る体操を主に、介護予防、脳トレ、レクリエーション等楽しく行っています。						
3	ヨガ	さわやかヨガ	岡田 美栄子	090-9177-0302	2か月 4,000円	毎週水曜日	13:30~15:00	
		・70~80代の女性が多く、ゆっくり楽しく心と体を解しています。						
4	気功	気功クラブ	安田 睦子	090-8133-7715	3か月 6,000円	毎週火曜日	10:00~12:00	お気軽に見学を。
		・呼吸法を大切に、初めての方にも優しい気功クラブです。心と体を緩めリラックスしていただきます。						
5	ストレッチ	新婦人ストレッチ小組	矢橋 和枝	0584-81-7570	月 1,400円	毎週金曜日	10:00~12:00	タオル、バスタオル、水分、あればダンベル
		・いきいき元気にストレッチ&ダンベルで、健康維持・増進をめざしています。						
6	運動(体育)	体育教室 あそびの木	広末 圭	090-5038-1947	月 4,800円(税別)	金曜日(年間40回)	幼児14:10~、小学生17:10~	体験見学大歓迎です。
		・学校体育種目を基本に、色々な運動を行います。詳細はホームページ asobinoki.com をご覧ください。体験をしてご検討ください!						
7	体操・運動	クオーレおとなの体操教室	竹内 勇紀	090-5850-5278	1部 700円	木曜日	1部 13:30~、2部 14:15~	ご参加をお待ちしております。
		・腰やひざの痛みなどを改善するためのストレッチや軽い運動を行います。ストレスのない身体を目指し、健康寿命を延ばしましょう! ※1部 ストレッチ、2部 体操						
8	体操・運動	クオーレキッズ体操教室	竹内 勇紀	090-5850-5278	月 5,000円	木曜日(年間40回)	幼児16:00~、小学生17:00~	いつでも体験見学可能です。
		・「やってみようの心を育む」をテーマに、体操や運動を行います。多くのことにチャレンジしましょう!(ホームページ「クオーレ体操教室」)						
9	空手	おおがき空手道教室	平野 泰斗	0120-010-867	月 5,000円~	毎週土曜日	16:00~、17:00~、18:00~	「おおがき空手道教室」と検索してください。
		・お話を大切にする道場です。「強く」生きる「正しく」ある「優しく」いる「楽しく」過ごすことを教えています。						
10	グランドゴルフ	グランドゴルフクラブ	長坂 絹代	0584-91-6768	無料	第1.3月.水.金曜日	8:30~10:00	
		・健康づくりとコミュニケーションづくりを目的に芝生広場で元気に楽しんでいます!						
11	スクエアダンス	大垣スクエアダンスクラブベガサス	富田 作夫	090-2577-2614	月 1,000円	毎週金曜日	13:30~15:30	5月10日より「スクエアダンス初心者講座」を開催します。
		・アメリカ生まれの明るく陽気なウォーキングダンスです。小学生から昔の若者まで一緒に踊れる楽しく健康的なレクリエーションです。						
12	フラダンス	アマ ハレ フラ テラス	山田 祐子	080-9997-3249	月 3,000円	第1. 3木曜日	10:00~11:00	体験(有料)、見学(無料)歓迎です。
		・ハワイの伝統を大切に、美しいフラスタイルを心がけています。初級レベルの内容です。初心者 11:15~12:15 ※イベント、衣装の強制はありません。						
13	ウクレレフラダンス	アロハ南サークル	岩佐 葉月	090-7309-5472	①ウクレレ1回500円 ②フラ1回1,000円	第2. 4水曜日	①9:30~10:30/②11:00~12:00	体験無料、見学大歓迎(80代未満の方もOKです)。ウクレレ無料貸出し有
		・①ウクレレ(初心者)9:30~10:30 ハワイの曲を楽しく歌いましょう♪ウクレレのみでも大丈夫です!②フラダンス11:00~12:00 80代対象♡これからの人生に更なる輝きを!						
14	民踊	民踊 ひまわり	大塚 八千代	090-3421-3471	2か月 3,000円	第2. 4木曜日	13:30~15:30	盆踊りの好きな方大歓迎!
		・民踊協会の竹中先生にご指導いただいて、全国の民踊を楽しく踊っています。健康づくりに少し身体を動かしてみませんか!!						
15	民謡	大垣市北民謡少年団	竹中 正子	090-1980-4180	年 5,000円	第2. 4土曜日	13:30~15:30	見学に来てみてください。お待ちしております。
		・夏は水まつり、秋は十万石まつり、年に一度スイトピアホールで発表会を行います。全国の民謡を楽しく練習します。誰でも入会出来ます。						
16	英会話	マークミラー英会話教室	吉田	080-3622-5340	3か月分60,000円を人数で割る	第1. 3月曜日	13:00~14:30	
		・外国人を講師に、英会話を楽しむ教室です。気軽に見学しに来て下さい。						
17	彫り絵	彫り絵の会 大垣	古川 優登	090-3484-2400	年 4,000円	第1. 3木曜日	13:00~16:00	
		・ソフトセラミック板(石膏ボードに類似した製品)に風景、人物等を彫刻刀等で彫り立体的な美しい作品を作成します。平成13年から北地区センターで開講しています。						
18	古文書	古文書に親しむ	関口 靖夫	0584-46-3914	1回 1,000円 (5回分前納)	第2土曜日	10:00~12:00	
		・上石津の旗本高木家文書を岐阜聖徳学園大学教授秋山晶則先生を講師として読み解きます。						
19	華道	北華道サークル	久留間 寿香	080-1612-9752	月 1,800円(花代 1回600円)	第1. 3木曜日	9:00~10:00	見学に来てみてください!! 講師 久留間 寿香
		・くらしに彩りを添えてみませんか。笑ってばかりのメンバーで楽しくお花を生けます。脳トレにもなりますよ!!						
20	茶道	お茶教室(表千家)	川島 香代子	0584-74-7395	2か月 3,000円	第1. 3月曜日	9:30~12:00	見学に来てみてください。 講師 石黒 久子
		・月曜日の朝の一服の抹茶はいかがでしょう!お茶のお点前や作法の他に茶花もやっています。一輪のお花に心を癒されています。						
21	習字	硬筆と筆ペン	吉安 とみ子	090-7855-7057	月 2,000円	第1. 3金曜日	9:30~11:00	
		・ボールペンと筆ペンの習字教室です。字を書く機会を増やしませんか。						
22	書道	子鳳書道教室	鈴木 しげみ	090-1098-1415	月 3,300円(教材費別)	毎週火曜日	15:00~20:00	詳しい事はお問い合わせを。
		・4歳児から一般まで、時間内であれば好きな時間にお稽古できます。書道を通して、心豊かな時間を過ごしませんか。						

令和6年度 大垣市北地区センター開講教室（会員募集）のご案内

23	書道	書彩の会	小川 東歩	0584-74-6331	月 3,500円 (3か月10,500円)	毎週火曜日	13:00~15:00	お気軽に電話して下さい。	
			・書道未経験の方も大歓迎です。基本練習から臨書、俳句も練習しますよ。アットホームな教室です！						
24	己書	己書 ことの葉道場	長屋 奈保美	下記メールアドレス	1回 2,200円	第4土曜日	10:00~11:30	見学に来てみて下さい。	
			・己書(おのれしょ)は筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。のんびりゆっくり楽しみましょう。メルアド/onoresho.nagaya@gmail.com						
25	己書	己書 輪楽道場	内田 尚美	090-5111-1549	1回 2,200円 (初回1,100円)	第2水曜日	10:00~12:00	体験・見学お待ちしております!!	
			・年齢に関係なく、すぐに始められます。自由に筆を走らせて、オンリーワンの書を描いてみませんか？						
26	俳句	日輪大垣すすき句会	桐山 晃一	0584-78-8691	月 1,000円	第1金曜日	9:30~11:30		
			・俳句とは、5.7.5の17音からなる短詩です。ベテラン先生方の指導、添削を受け楽しみましょう。年2回の吟行もあります。						
27	オカリナ	大垣オカリナの会「ほほえみ」	小宅 清実	090-9170-7687	3か月 5,000円	第2, 4木曜日	9:30~11:30		
			・オカリナ経験者の方、一緒に楽しい演奏活動しましょう♪						
28	大正琴	琴伝流 たんぼぼ	伊藤 司景	090-4087-9259	月 2,000円	第1, 3月曜日	9:30~11:30	貸し琴(無料)あります。	
			・初心者を対象に楽しんでいます。見学にいらして下さい。						
29	大正琴	琴伝流 あじさい	今井 弘美	090-4085-9289	月 2,000円	第1, 3水曜日	9:30~11:30	貸し琴(無料)あります。	
			・皆で曲を作り上げていきます。仲間に入りませんか？						
30	三味線	現代津軽三味線	富田 幸子	0584-75-2558	月 5,000円	第2, 4月曜日	15:30~17:00、18:30~20:00	三味線レンタル 月2,000円	
			・体験、見学ぜひどうぞ。三味線そんなにむずかしくありません。講師 徳山流現代津軽三味線家元 徳山弦泉						
31	沖縄三線	八重山うた大哲会	増井 謙一	下記メールアドレス	月 3,500円	毎週土曜日	13:00~16:30	ホームページ「八重山うた大哲会岐阜」検索を。	
			・沖縄の楽器「三線」を弾いてみませんか？ 子どもからご年配まで、初心者も大歓迎！ちむどんで待ってます！メルアド/seinou_shimauta@yahoo.co.jp						
32	詩吟	吟舞道至心流 大垣教室	大橋 幸雄	090-3425-3149	月 2,000円	第1, 4土曜日	13:30~17:00		
			・詩吟教本に従って吟詠します。吟詠は、健康と体調に良く、多くの人に吟じ楽しんでいただきたいと思います。						
33	詩吟	心陽流詩吟学院 大垣北教場	久保田 昌風	090-5117-5956	月 2,000円	第1, 3金曜日	13:30~15:30	各種吟詠大会も有り。震えるような体験も出来ますよ。	
			・この教室は、少人数ですが会長先生の直接指導です。初心者の方は、大歓迎！経験者の方も納得の指導がいただけます。出会った時が入門のチャンスです。						
34	カラオケ	カラオケ教室 湧水会	三浦 伸	0584-73-2787	月 2,000円	第1, 2, 4木曜日	13:30~15:30	見学者大歓迎です。	
			・カラオケ好きな高齢者の同好会的な教室で、毎月演歌の新曲を楽しんでいます。講師 広瀬陽子						
35	カラオケ	鈴加歌謡教室	三浦 恵美子	090-1861-4984	月 2,500円	第2, 4水曜日	13:00~15:00		
			・指導歴37年ベテランのプロの先生が毎月新曲を指導♪ 明るく楽しい教室です。講師 鈴加桂子						
36	カラオケ	すずらん歌謡教室	羽賀 美代子	090-9937-9752	月 2,500円	第1, 3水曜日	10:00~12:00		
			・譜面に基づき、個人に合わせて、楽しくレッスンをしています。講師 中村真知子						
37	カラオケ	華カラオケ教室	松岡 節子	090-3458-5050	2か月 3,000円	第1, 3水曜日	13:30~15:30		
			・アットホームな雰囲気毎月課題曲を楽しく、プロの坂井千春先生にご指導頂いています。						
38	合唱	合唱団OMC	松下 あけみ	090-2261-4044	3か月 16,000円	毎週木曜日	9:00~12:00	指導者 武藤千春	
			・エネルギーな指導者のもと楽しく練習しております。体験、見学大歓迎です。						
39	合唱	コール ペアーレ	横山 素子	090-2945-3407	月 5,000円 (別途 楽譜代)	毎週火曜日	10:00~15:00	合唱指導 太田洋子	
			・今ではすっかりシルバー女声合唱団。毎年スイトピア音楽堂で開催する演奏会も22回目です。幾つになっても歌える響きのある正しい発声を学びながら様々なジャンルの曲を歌います。まずは、体験してみませんか！						
40	合唱	めだかの学校	安江 奈々子	090-7914-3951	3か月 5,000円	第1, 3金曜日	10:00~11:30	指導者 村岡由佳子	
			・みんなで楽しく童謡を歌い、作詞者の思いなど歌に込められたエピソードも学んでいます。						
41	合唱	レインボー・エコー	澤 洋子	0584-71-1320	月 2,500円	第1, 4水曜日	9:30~11:30	合唱指導 五島由美子	
			・大好きな歌を楽しくなごやかな雰囲気です。初心者の方も大歓迎です。						
42	子育て	子育て勉強会	阿部	090-3953-7030	無料	毎週木曜日	10:00~12:30	お気軽にご参加お待ちしております。	
			・子育ての悩み、子どもへの接し方、家庭の困りごと等ありませんか？体験談等の話から解決できるヒントが得られますよ。(相談もできます)						
43	ボランティア	よっといで！@北地区	千先 佳津恵	090-7498-3089	なし	第3日曜日	9:00~15:00	ボランティアスタッフ募集！	
			・みんなの居場所づくりです。子供の遊び相手や調理などできることをできる時間でサポートいただけませんか！						

※ 教室に参加を希望される方・ご質問のある方は、代表者(連絡先)の方にお問い合わせください。

【 大垣市北地区センター 大垣市林町6丁目105番地 TEL&FAX 0584-81-7171 】