

令和6年度、後期の講座開講日をご紹介します  
ご関心をお持ちの方は、東丘コミセンへお問い合わせ下さい

区分	サークル・講座名	開講日	回数/月	備考
舞踊	瀬間亜理砂バレエ教室	月 午後・夜間	毎週	バレエ
	フラダンス	木・土 午後	各3回	第1・2・4週
	梓会	水 午後	3回	第2・3・4週 楽しく踊る民踊
健康	楊名時太極拳	月 午前	4回	太極拳
	はつらつクラブ	月 午前	毎週	介護予防(体操、ゲーム、手芸、折り紙等)
	大人の休息ヨガ	木・土 午前	毎週	大人の女性ヨガ(ヨガ・ストレッチポール)
	ストレッチ体操	月 午前・木 午後	毎週	運動不足解消、ケガ防止、疲労回復
	アロマヨガ シャンティ	金 午前	3回	第1・2・4週 10:00~
	認知症カフェ レモン	水 午前	1回	第1週 脳トレしながら体を動かす、楽器演奏
	ふれあいひろば東丘	金 午後	1回	第1週 65歳以上の方の交流会
育児	子育てひろば東丘	火 午前	1回	第3週交流会(学区、保健師、民生委員) 未就園児・妊婦さん
空手	極真会	木 夜間	毎週	初級 18:10から、中級・上級 19:10から
	虎徹	土 夜間	4回	実践空手
	月心会	土 午後	4回	第1・2・4・5週 初心者から丁寧に教えます 3週目もあります
趣味	絵手紙の会	月 午後	1回	第1週 見学、体験は当日でも受付
	どんぐりんぐクラブ	金 午後	1回	第2 子育て支援・子どもの居場所・保護者同士の交流
	筆ペン同好会	木 午後	2回	第2・4週
	釣墨会(書道入門講座)	金 午前	3回	第1・2・3週 書道
	中日写真協会	日 午前	4月・12月を除く毎月	第3週 写真愛好サークル
	ひまわりクラブ	水 午前	2回	第2・4週、手芸
	いきいき麻雀クラブ	日 午後	毎週	健康マージャン・おしゃべり
	東丘麻雀友の会	水 午後	毎週	健康マージャン・おしゃべり・カラオケ・食事会
	アートサロン	日 午後	1回	第2週 臨床美術を使った認知症予防の造形教室
	あーとーらば	日 午後	1回	第3又は4週 臨床美術を使った子どもの為の造形教室
	読書会	水 午後	1回 偶数月	第3週 読書を楽しむ
学習	ステップキッズクラブ	金 午後・夜間	3回	第2・3・4週 そろばん
	イングリッシュ プロッサムズ	土 午後	3回	第1・2・4週 子供英語教室(小3~小6)
	有松文学散歩の会	金 午前	1回	第4週 読書会と研修旅行

