

北新宿 生涯学習館

22団体



美術

1. 墨苑会

ぼくえんかい

活動日 毎月第2・4金曜 午後

会費 月額 3,500円

懇切丁寧な指導と少人数ですが、和気あいあいとした雰囲気のある会です。基本から始めて草木・花鳥・山水を描く彩色水墨画の世界をご一緒に楽しみませんか。年一回の合同展・廊下展などに作品の出展もしております。



美術

2. 彩進会

さいしんかい

活動日 毎月第2・4木曜 午前

会費 月額 4,100円

(モチーフ代含む)

身近な生活の周辺に題材を求めて制作します。色鉛筆や水彩で着色し、絵と共に過ごす日常を味わって頂きます。当会へ参加を希望される方はどうぞお声掛け下さい。



書道

3. 書を楽しむ

しょをたのしむ

活動日 ○土・日曜 10:00~12:00

○火曜 15:00~18:00

○火曜 19:00~21:00

※他曜日応相談・教材費・道具代別

会費 月額 4,500円 (2回)

月額 5,500円 (3回)

子どもから大人まで学べる書道を学べ師範取得も目指せます。2003年9月に結成し書道歴40年以上、指導歴20年以上の常任講師が基礎から優しく丁寧に指導しています。



美術・工芸

4.くみひも同好会

くみひもどうこうかい

活動日 毎月第2・3・4金曜 午前
会費 月額 3,500円

日本伝統工芸品「くみひも」の制作と研修、及びアレンジによる装飾品を制作します。



音楽・ハーモニカ

5.ハーモニカサークル

アンダンテ

活動日 月3回日曜
(3か月前にスケジュール配布)
会費 月額 500円

ハーモニカの演奏練習。複音ハーモニカでの合奏が中心です。日曜日月3回(活動カレンダーあり)13:00~15:00。初めての方から上級者まで入会歓迎。皆で一緒に吹いているうちに、上達しますよ。



蕎麦打ち

6.蕎麦房蕎麦打ち研修会

きょうゆうぼうそばうちけんしゅうかい

活動日 土曜または日曜と木曜
会費 月額3,000円

手打ち蕎麦を個人教授で丁寧にご指導します。打った蕎麦は持ち帰って頂きます。福井県産の蕎麦粉を使い越前おろし蕎麦を召し上がって頂きます。土、日、木をベースに月二回開催しています。入会金は不要です。



いけばな (草月流)

7.若葉会

わかばかい

活動日 月2回 (第2・4水曜 夜間)

会 費 月額 5,000円 (花材費込)

いけばなが初めての方でも花型や花材の切り方、留め方など基本から。経験のある方は、更なる「美」の追求を…。少人数で和気あいあい楽しく活動しています。いけばなに興味がある方、是非ご連絡ください。お待ちしております。



茶道

8.若水会

わかみずかい

活動日 月2回木曜 (13時~15時)

会 費 1回 500円

初心者の方、赤ちゃんや小さなお子様をお連れの方もぜひご参加くださいませ。赤ちゃんがお休みに使えるスペースもあります。



茶道 (裏千家)

9.柚之会

ゆうのかい

活動日 第3水曜または木曜

第4土曜

会 費 小習2,000円

花月3,000円

日本の伝統である茶道を経験してみませんか (裏千家流茶道)。

第3木曜日：七事式、花月の稽古

第4土曜日：小習の稽古、特殊点前の稽古



社会・教育

10.新日本婦人の会柏木班

しんにほんふじんのかいかしわぎはん

活動日 月・火・水・金

会 費 900円 (減免制度あり)

61年前、平塚らいてうの呼びかけで「世界の女性たちと手をつなぎ戦争をなくす」と誕生した新日本婦人の会は、会の目的にそって江戸散策 (ハイキング)、ミュージックベル、絵手紙 など楽しく元気に手をつないでいます。ご一緒しませんか？



フラダンス

11. マミーズフラ

活動日 毎週月曜

午前中 10:15~11:45

会費 1,000円/回

毎日子育てご苦労様です。マミーズフラは赤ちゃんと同じ部屋でフラを習う事ができます。全員がママなので気兼ねする事なく楽しく学べます。ハワイ島コナの先生から教わった内容を生徒へ教えていきます。お気楽にどうぞ。



混声合唱団

12. 混声合唱団 陸国会

こんせいがっしょうだん りくしょうかい

活動日 毎週木曜 午前

会費 月額4,000円

(入会金1,000円)

1999年に発足した混声コーラスを楽しむシニア合唱団です。毎週声出しから始めポピュラー、唱歌や本格的合唱曲まで幅広いレパートリーを丁寧に練習します。



ダンス

13. コアダンス

活動日 毎週水曜

19:15~20:45

会費 1,000円/回

「コアダンス」とは体の中心部（コア）、特にお腹回りを刺激するダンスエクササイズです。昭和平成のヒット曲、流行の洋楽、KPOP、R&Bなどなどいろんな曲によって腰をフリフリ♪さあ！みんなで楽しくシェイプアップ！



ストレッチ、ダンス、月1回バレエ

14. リズム J・D

りずおじえいでい

活動日 毎週土曜

午前10:00~11:30

会費 月額5,000円

初回無料体験あります

仲間の平均年齢60歳超？全身を支える骨、筋肉を楽しく鍛えています。美しい姿勢で若見えをめざしましょう。皆様も一緒に!!



健康体操

15. 楽々太極拳

らくらくたいきょくけん

活動日 毎週火曜

午前10:00～11:30

会費 月額5,000円

私たちは葉室ナミ先生に気功、24式太極拳、32式太極剣（つるぎ）を学ぶ同好会です。太極拳は武術でその調身、調息、調心の基本は悠々と流れる大河の如く生涯健康に過ごす効果があります。これを楽しく学ぶ会です。



フォークダンス（世界の民族舞踊）

16. マイムマイム

活動日 毎週木曜（第5は除く）

13:30～16:00

会費 半年毎3,600円

今年5月、42周年を迎えたフォークダンスのサークルです。世界の国々の音楽に合わせて経験者も新人の方も一緒に踊ります。ダンスは健康作りにも効果があり。会員の皆さんの協力と笑顔で楽しんでいます。見学可。



合唱練習

17. 混声合唱団アルス・ノヴァ

こんせいがっしょうだん

活動日 日曜 月2～3回 午前中

会費 月額5,000円

歌う仲間と共にいる事の心地よさが、ハーモニーの美しさを生み出し、そこから更に歌う喜びに繋がれています。指揮者の分かり易く丁寧な指導とピアノ伴奏者の支えて、常に笑いの絶えない練



女声コーラス

18. すみれ会

すみれかい

活動日 月2回 第1・3火曜

10:00～12:00

会費 月額3,500円

少人数で、アットホームな雰囲気楽しく活動しています。発声練習はコンコーネ50番を斉唱し、日本・世界の歌曲、ミサ曲等幅広いレパートリーに取り組んでいます。メンバー募集中です。第1・3火曜日・10～12時活動中。



女声合唱

19. コール・フェミナ

活動日 毎週木曜 10:00~12:00

会費 月額 6,000円
(入会金 1,000円)

コール・フェミナで一緒に歌いませんか。歌うことがどんなに楽しく元気でいられるか、団員は身を持って感じています。選曲もどんどん新曲をとり入れ、月1回朝の15分発声のレッスンも有ります。どうぞいつでも見学にいらしてください。入団歓迎。



混声合唱団 郷土の歌と踊り

20. 中央合唱団「記念」

ちゅうおうがっしょうだん「きねん」

活動日 毎月第2・4日曜

午後：合唱

会費 月額 3,000円

古今東西の日本の歌、世界の歌を、曲に込められた願いを大切に、美しいハーモニーで歌おうと毎回の練習で汗をかいています。モットーは和気あいあい、そしてアンチエイジング。指導の金田先生と共に歩む合唱団です！



クラシック・学校唱歌・ジャズ・ポピュラー

21. 楽音

らくね

活動日 月曜日・木曜日 月1~2回

会費 会場費・楽譜代 随時

音学を楽しむをモットーにコーラス、ピアノ演奏、アンサンブル等でクラシック、ポピュラー、ジャズ等を演奏しています。フルート、チェロでアンサンブル希望の方を募集しております。



フラワーアレンジメント

22. フラワーアレンジサークルシオン

活動日 毎週金曜

会費 維持費 300円/回
花材費 3,700円

- ・フラワーアレンジメントコース
- ・プリザーブドフラワーコース
- ・新しいけばなコース

があり、市場直送のお花を使いギフト、ブーケ様々な作品を作ります、まずは体験レッスンからはじめませんか？

