

# 区民のひろば

## サークル会員募集の特集

～年に一度のご紹介です～ **保存版**

- 入会の交渉などは当事者間で。区は関与しません
- 実施会場は予定であり、特に公共施設については利用を確定したものではありません
- 次のものは掲載できません
- ①営利・売名目的 ②投稿者本人が職業として行っている ③政治・宗教活動
- ④投稿者が区内在住でない ⑤活動場所が区外 ⑥その他掲載基準に反すると認められる
- サークル会員募集の掲載は年に一度です。次回原稿募集と掲載時期は改めてご案内します

区民のひろば 凡例	<b>入</b> =入会費など <b>費</b> =1か月分の会費など <b>申</b> =申込・問合せ ※費用の記載がないものは原則無料
--------------	--

### 1 合唱・コーラス

- アンサンブルひろ  
水曜午後7時～9時、大森第三中学校で  
費3,500円 申石橋☎3774-9536
- プラチナコーラス  
初心者可。月1回火曜正午～午後2時、  
アプリコ(休館中は大田区民プラザ)で  
入2,000円 費1,500円 申森本☎080-3351-7290
- うたごえ・スマイル  
懐かしい歌声喫茶のような雰囲気  
で童謡・唱歌・昭和歌謡・外国の歌などを  
歌う会。月1回①午前10時～正午②午後  
2時～4時、エセナおおたで ※①②  
から選択 費1,000円 申猪村☎090-9959-7926
- サークル「みず」  
童話・唱歌・叙情歌など。第1・3金曜  
正午～午後2時、大田区民プラザで  
費2,000円 申山本☎3752-7687
- 羽田混声コーラス  
第1・2・4木曜午後7時～9時、羽田  
文化センターで 費3,000円 申瀧口  
☎090-4742-4215
- 女声コーラス「コールマーサ」  
大田区合唱祭参加。月3回土曜午前10時  
～正午、エセナおおたで 入1,000円  
費3,500円 申山田☎3766-8291
- 女声コーラス「雅」  
金曜午後4時～5時30分、小池小学校で  
入1,000円 費3,000円 申杉山☎3748-1177
- 女声合唱団やまびこ  
楽しく歌って認知症を予防する。月3回  
土曜午後1時30分～3時30分、エセナ  
おおたで 入2,000円 費5,000円  
申仲田☎3764-2998
- 初めてのシャンソン  
シャンソンを中心に世界の歌、日本の  
歌、懐かしい歌を歌う。体験可。月2回  
火曜①午前10時～11時30分②正午～  
午後1時30分③第3土曜午前9時45分～  
11時15分、大田文化の森で ※①～③  
から選択 入2,000円 費①②4,500  
円③2,000円 申葉月☎090-7171-4468
- コール・アミーケ  
金曜午後1時45分～3時15分、石川町文  
化センターで 入1,000円 費6,500  
円 申直井☎3729-6222

- 合唱団「乙女座」  
女性のみ。第1・3・4水曜午前10時～  
正午、石川町文化センターで 入1,000  
円 費4,000円 申山中☎3721-7926
- オペラ・アルモニア合唱団くら・  
ヴォーチェ La Voce>  
譜読みが一人でできない方(イタリア・  
ドイツ語)は個別指導可。月会費のほか  
に費用別途2,000円(1回)。月1回土・  
日曜、休日の午後か夜間、池上文化セン  
ターほかで 入2,000円 費1,000円  
申戸田澤☎090-6144-4025
- 女性コーラス しゃくなげ会  
月各3回火・木曜午後1時30分～4時、  
エセナおおた(火曜)、羽田文化センター  
(木曜)で 費4,000円 申森田☎090-4591-0708

### 2 ギター

- 大田ギターアンサンブル  
火曜午後7時～9時、萩中文化センター  
ほかで 入1,000円 費4,000円  
申坂田☎3744-0978
- 雪谷ギターアンサンブル  
木曜午後7時～9時、雪谷文化センター  
で 入2,000円 費1,500円 申永井  
☎5703-6305

### 3 ハーモニカ

- ハーモニカ・昔のはやり唄JP  
文化の森大田区アマチュア音楽祭、新井  
宿福祉園まつり出演。65歳以上の方。初  
心者可(一般・初心者コース)。第1・3・  
4火曜午後1時～4時、山王高齢者セン  
ターで 入500円 費2,000円 申片桐  
☎3761-7581
- ハーモニカサークルHMF池上  
第1・3土曜午後6時～8時、第2・4水曜  
午後1時～3時30分、池上文化センター  
で 入1,000円 費3,000円 申大石  
☎3751-2422

### 4 ウクレレ

- ウクレレバンバン  
月2回月曜午後2時～5時、こらぼ大森で  
費2,500円 申島田☎080-2038-6621
- みのり会  
歌とウクレレ演奏。初心者可。月曜午

後7時～9時、池上文化センターで  
費1,000円 申阿部☎3753-0768

### 5 その他音楽

- 楽しい箏・三味線・尺八合奏サー  
クル「こんぶの会」  
和楽器を通して交流。月1回土曜午後1  
時～3時、東馬込二丁目の会場ほかで  
入2,000円 費2,000円 申小林☎080-5655-9556

### 6 旅行

- 太田ひまわり会  
年4回会食、年6回旅行。60歳以上の方。  
入2,000円 費4,000円(年)、会食費・  
旅費などの実費 申中村☎3759-9003

### 7 釣り

- 溪流釣り同好会  
ヤマメ・イワナの溪流釣りと温泉。3～  
9月、北関東中心で 費実費 申若林  
☎090-5816-7556

### 8 版画

- 馬込木版画会  
第2・4月曜午後1時～5時、馬込文化セ  
ンターで 入1,000円 費2,500円  
申柄澤☎3777-1386

### 9 フラワーアレンジメント

- 花あそび  
第2～4土曜午前10時～正午、消費  
者生活センターで 費3,300円 申霜村  
☎090-8306-6774

### 10 書道

- かな書道「翠心会」  
第2・4火曜午後1時～2時45分、エ  
セナおおたで 入1,000円 費3,000円  
申武石☎080-3249-7994
- ペン習字「曙会」  
第1・3木曜午後1時～3時、消費  
者生活センターで 入1,000円 費2,000円  
申甲田☎3732-7078
- 壬申会  
第2・4木曜午後1時～3時、ふれあいは

すぬまで 費3,000円 申古山☎3735-4602

- はづきの会  
講師有り。第1～3木曜午前9時30分  
～11時30分、羽田文化センターで  
費4,000円 申山本☎3742-0259

### 11 茶道

- 花月の会  
裏千家。濃茶は各服点。月1回月曜午前  
10時30分から、新蒲田三丁目の会場  
で 費3,000円 申森☎3733-1158

### 12 外国語会話

- 英会話同好会  
ネイティブ講師。シンプルで相手に伝  
わる英会話を目指す。中級レベル。金  
曜午前10時～正午、消費者生活セン  
ターで 入1,000円 費6,000円 申伊藤  
☎3743-4038
- Smart & Simple  
中級英会話。木曜午前10時～正午、  
消費者生活センターで 入1,500円  
費6,000円 申平井☎090-1803-3272
- ローズガーデン  
やさしい英会話。60歳以上の方。ネ  
ィティブ講師。初心者＝金曜午前10時～  
11時、初級者＝金曜午前11時～正午、  
消費者生活センターで 入1,000円  
費4,200円 申丸山☎070-7560-8635(午後4時まで)
- ギルバートの英会話クラス  
LA出身のアメリカ人講師を囲む英会話  
サークル。土曜午前10時～正午、千鳥  
町駅近くの会場で 費1,250円 申十川  
☎090-3243-3880
- フレンズ「楽しくばげ防止」  
初級英会話。月3回月曜午後の80分、  
消費者生活センターで 費5,500円  
申笹井☎090-2672-9419



13 文学・歴史

●古典あじさいの会

「今昔物語集」の説話を専門分野で活躍する講師が分かりやすく丁寧に読み解く。令和の私たちの心に響く奥深い内容。第4木曜午後1時30分～3時30分、消費者生活センターで 費2,000円 申尾花☎090-4922-6775

●大田区郷土の会

歴史散歩・学習。月1回、都内で 費500円(1回)、2,000円(年) 申小山☎3751-1137

●源氏の会

各人の発表について、参加者が中心で質疑応答。初級・中級・上級の区別なし。古語・文法の知識不要。第4日曜午前9時～正午、嶺町文化センターで 費実費 申江口☎3721-4831

14 詩吟

●池の台シニアクラブ詩吟部

月2回木曜午前10時～正午、洗足区民センターで 費3,000円 申渡邊☎3729-9220

●吟詠池上サークル

初心者可。第2・4火曜午後1時～5時、池上文化センターで 費1,000円 費500円(1回) 申白田☎090-1862-4637

●詩吟「湘清会」

火曜午後1時15分～4時、消費者生活センターで 費2,000円 申塩谷☎090-8013-2246

●雪谷詩吟の風

第2・4日曜午後1時から、雪谷文化センターで 費3,000円(75歳以上の方は1,000円) 申上野☎3727-4202



15 俳句・短歌

●火曜会

短歌の勉強(相互に鑑賞し、批評・推敲する)、年6回講師有り。第1火曜午後1時～4時、消費者生活センターで 費8,000円(6か月) 申須藤☎3778-2083

●新山王俳句会

講師有り。見学可。第3金曜午後1時～4時30分、入新井集会所で 費2,500円 申五十嵐☎080-6779-0387

●のぞみ俳句の会

第4日曜午後1時～4時、消費者生活センターで 費2,000円 申内田☎3756-2648

16 詩歌

●馬込文士村五行歌会

五行で書く詩歌を作る。内容・字数に制約を設けず、作品には詩歌らしい感じを持たせる。見学可。第3木曜午後1時30分～5時、ライフコミュニティ西馬込で 費1,000円 申玉井☎3775-4877

17 囲碁

●アスナロ会

初心者可。土曜午後1時～4時30分、消費者生活センターで 費1,000円 費1,000円 申西畑☎090-8808-9192

●真碁会

個々の持ち点に応じたハンデ戦による対局。年2回大会を開催。高齢者・初心者、見学可。木曜午後1時～5時、馬込文化センターで 費1,000円 費500円 申清水☎3778-1822

18 麻雀

●石川四季の会

健康麻雀。講師有り。月2回水曜午後1時～5時、石川町文化センターで 費1,500円(1回) 申松下☎3729-7621

●健康麻雀「イージャン」

全自動卓3台。介護福祉士主催。初～上級。火曜午前10時～午後4時、金曜午後0時30分～4時30分、久が原六丁目の会場で 費1,300円(火曜、1回)、1,000円(金曜、1回) 申小林☎090-9131-4557

●新緑の会

健康麻雀。講師有り。女性のみ。金曜午後1時～5時、池上文化センターで 費1,500円(1回) 申田部井☎080-6777-7241

●秋桜の会

健康麻雀。講師有り。月曜午後6時～10時、池上文化センターで 費1,500円(1回) 申中島☎090-2553-6804



19 料理

●ユニークな男の料理の会

男性のみ。第1土曜午後1時から、雪谷文化センターで 費500円 費1,500円 申清水☎5747-6421

20 絵画

●八方会

水彩教室。第3土曜午前9時～午後1時、東六郷老人いこいの家で 費2,000円 申吉田☎3732-7945

●水彩富士見

初心者可。第2・4水曜午前9時～正午、田園調布せせらぎ館ほかで 費1,000円 費3,000円 申南川☎3757-9008

●水彩画「彩親会」

静物・風景・屋外写生・絵画展など。第2・4火曜午前9時～正午、東六郷老人いこいの家で 費2,000円 申河口☎3741-6099

●アート空間・アトリエ ナチュラル子供絵画教室

子どもの自由な発想、気持ちを絵で表現し絵画を楽しむ。4歳から可。①第1・3水曜午後2時～3時30分②第1・3日曜午後1時～2時30分、大田文化の森で 費1,000～2,200円 申茅島☎090-4541-0589

●キャロット会 絵が大好きな集まり

初心者可。油絵、水彩、パステルなど。月2回火曜午前10時～午後4時30分、大田区民プラザで 費1,000円 費4,000円 申神山☎090-5546-6944

●水彩画クラブ'90

各自の個性をもとに技術の向上と趣味としての楽しさを優先。①第1土曜午前10時～午後1時、都内と周辺で(写生)②第3土曜午後1時～4時、石川町文化センターで(講師有り) 費1,000円 費3,000円 申岩淵☎090-1794-1944

●蒼樹会

油絵、水彩画、ペン水彩画。年2回写生会開催。初心者・経験者可。第3土曜午後1時～4時、大田文化の森で 費1,000円 費2,000円 申小林☎3752-7556

●パステル画倶楽部

講師有り。第2・4火曜午後6時30分～8時30分、大田文化の森で 費2,000円(1回) 申龍野☎090-9979-4416

●ほっとアート

油絵、水彩画、パステル画ほか。初～中級。第1・3土曜午後1時～5時、大田区民プラザで 費1,000円 費12,000円(3か月) 申今村☎5711-4195

●絵画同好会「アトリエ会」

①墨絵=月2回金曜午前10時～11時30分、エセナおおたで②水彩画=月1回土曜午後1時～3時、消費者生活センターで 費1,000円 費2,000円程度(1回) 申横地☎090-8460-0391



21 木彫・てん刻

●木石会

初心者可。講師から篆刻の技法、篆書体の字源などを学び雅号印、年賀状印などを楽しく刻する。第2・4木曜午前10時～正午、ふれあいはずめまで 費1,000円 費3,000円 申渡部☎090-1409-9806

22 絵手紙

●絵手紙の会

第4水曜午前9時30分～正午、嶺町文化センターで 費1,000円 申川嶋☎3729-9240

23 写真・カメラ・動画

●大田フォトクラブ

初心者にも丁寧に指導。第2火曜午後6時30分から、消費者生活センターで 費1,000円 費5,000円(3か月) 申吉田☎3758-7560(午後4時30分以降)

●大田フォト四季

写真教室。第3水曜午後1時～4時、消費者生活センターで 費1,000円 費1,500円 申藤本☎3751-7917

●六郷デジカメクラブ

デジカメ編集をパソコンで楽しむ。第2・4土曜午前9時30分～11時30分、六郷文化センターで 費500円 申田中☎080-3271-7981

24 パソコン

●大田区パソコン同好会(OPC)

操作に慣れた方。Word、Excel、お絵描き、パソコンの基礎、メールほかの学習。月4回木曜・月2回土曜午後1時～4時15分、消費者生活センターで 費4,000円 費6,000円(年) 申御園生☎090-6495-5687



25 手品

●城南マジック

第2・4水曜午前10時から、エセナおおたで 費2,000円 費3,500円 申小島☎3766-6519(留守電)

26 話し方

●伝わる話し方・相手によりそう聴き方・表現力を高める朗読学習会

朗読、3分間スピーチ、全体で話し合い。講師による講義。①第2・4月曜午後1時30分～4時②第2・4日曜午前9時50分～正午、エセナおおたで ※①②から選択 費1,000円 費2,500円 申鈴木☎070-1464-1206

●朗読サロン 心に響く作品を朗読し、内容について話しあう

体をほぐす準備体操有り。第2・4金曜午後2時～3時30分、エセナおおたで 費1,000円 費2,000円 申澤野☎3763-6043

●朗読 はましぎの会

朗読の練習を通して腹式呼吸、発声法などを学び、必要に応じて発表などの機会を持つ。第1・3木曜午前9時50分～正午、消費者生活センターほかで 費4,000円 申中田☎090-2215-8556

27 社交ダンス

●ダンスサークル黄色いつばめ

プロ指導、初心者向け。①火曜午後1時～3時、大田区民プラザで②金曜午後7時～9時、萩中文化センターで 費2,000円 費4,000円(4回) 申藤田☎090-4844-7051

●ビューティーダンスサークル

プロ指導、初～中級程度。月曜午後7時～8時50分、大森第四小学校で 費2,000円 費4,000円(4回) 申神永☎3745-2942

●社交ダンス 銀のくつ

プロ指導。①入門(未経験者)=水曜午後6時30分～7時30分②初級=水曜午後7時30分～9時③初～中級=月曜午後1時～4時30分④初～中級=木曜午後7時～9時、①～③ 糀谷文化センター④ 大森第四小学校で 費①1,500円②2,000円③④3,000円 申赤松☎090-8777-4499

●ドリームダンスサークル

初～中級。楽しく運動不足の解消に。木曜午前10時から、池上文化センターで 費4,000円 申村上☎090-2652-3365

## 28 フラダンス

### ●HŌO KIPA(ホーキパ)

初心者可。月3回水曜正午～午後1時50分、アプリコほかで 費4,000円 申岡崎☎090-3474-3103

### ●フラダンス「ア・ロケ」

月3回水曜午前10時～11時45分、美原文化センターで 入1,000円 費2,000円 申鈴木☎080-3521-5514

### ●ワイレレフラサークル

月3回月曜午後1時30分～3時、嶺町文化センターほかで 入1,000円 費5,000円 申瓜生☎3756-6750

## 29 バレエ

### ●子どもバレエ リトルスワン

4歳以上。クラシックバレエの基礎を学びながら楽しくレッスン。木曜午後3時10分から、ライフコミュニティ西馬込で 入2,000円 費3,500円から 申遠藤☎090-3927-8577



## 30 その他ダンス

### ●フォーク・レクダンス ひまわり

初心者可。第2水曜午後7時～8時30分、北蒲広場で 費600円、1,200円(年) 申永田☎3759-2910

### ●フォークダンス 西クラブ

フォークダンス、レクダンスを楽しむ。火曜午後7時～8時40分、大森第八中学校で 費700円(1回)、1,000円(年) 申植木☎3730-0059

### ●ジュニアダンス・シンデレラ

いろいろなジャンルの楽しいダンス。月2～4回土曜①3歳～小学2年生=午後4時～5時②小学3年生以上=午後5時～6時30分、萩中文化センターほかで 入1,000円 費2,500円 申飯野☎080-1296-0511

### ●羽田スコティッシュ・カントリー・ダンス・サークル

小走りで動く、体力維持と脳トレができるダンス。男性可。月3回火曜午後2時～4時30分(うち1回は午後1時30分～5時)、萩中文化センターほかで 費500円(1回)、300円(年) 申柳川☎090-4710-7367

### ●Baby Face

ヒップホップ。年少～年長。月曜午後3時45分～5時、多摩川二丁目の会場で 入2,000円 費4,000円 申喜島☎090-7199-2263

### ●FUNKY DOCKERS DANCE CIRCLE

火曜①キッズダンス(小学生親子)、午後6時～6時50分②一般ガールズ(女性のみ)、午後7時～7時50分③一般ボーイズ、午後8時～8時50分、嶺町文化センターで 費1,000円(1回) 申田中☎6885-8801

## 31 剣道・居合道

### ●居合道好会

全日本剣道連盟居合・夢想神伝流居合。日曜午後7時15分～9時、大森第四中学

校で 費3,000円(年) 申原☎3754-8977

### ●大田区護心スポチャンクラブ

スポーツチャンバラ。月・土曜午後4時30分～6時30分、道塚小学校ほかで 費300円(1回) 申峯☎080-2349-4138

## 32 少林寺拳法

### ●少林寺拳法「蒲田東」

護身術など。親子可。月・木曜午後7時から、蒲田小学校ほかで 入3,000円 費4,000円(4歳以上) 申南☎080-6708-3779

## 33 なぎなた

### ●大田区なぎなた連盟

①金曜午後5時～7時、池雪小学校で②日曜午後1時～5時、石川町文化センターほかで 入2,000円 費2,500円(中学生1,500円、小学生1,000円) 申立原☎090-6511-6370



## 34 太極拳

### ●大田陳式太極拳道友会

伝統陳式太極拳。土曜午前9時45分～11時45分、洗足区民センターで 入1,000円 費500円(1回) 申岡☎090-7716-1136

### ●馬込太極拳愛好会

火曜午後1時30分～3時30分、馬込文化センターで 入2,000円 費3,000円 申吉沼☎3772-0296(申し込みは当日会場へ)

### ●太極拳池上

初級、中級クラスの楊名時24式太極拳、気功8段錦と練功18法(上段・下段)。月4回日曜午前9時30分～11時30分、大田文化の森ほかで 入1,000円 費2,500円 申是永☎3759-5988

### ●太極拳嶺町

健康太極拳。月3・4回日曜午前10時～11時45分、嶺町文化センターほかで 費4,000円 申福原☎3757-4886

### ●太極拳大田

健康太極拳。月3・4回土曜午前10時～11時45分、大田区民プラザほかで 入2,000円 費4,000円 申福原☎3757-4886

### ●太極拳山の会

月曜午後6時45分～8時45分、徳持小学校で 入2,000円 費2,500円 申花木☎090-4054-6511

### ●太極拳けやきクラブ

水曜午後2時～4時、下丸子二丁目の会場で 入2,000円 費3,000円 申町田☎080-5196-9031

### ●健康太極拳 洗足池

健康のための太極拳、ストレッチ。体験可、初心者可。第2・4木曜午前10時～11時30分、洗足区民センターで 入1,000円 費2,000円 申森☎3726-6008

### ●健康太極拳 プロストシティ

健康のための太極拳、ストレッチ。体験可、初心者可。第2・4月曜午前10時15分～11時30分、大森北二丁目の会場で 費2,300円 申渡辺☎3761-5207

### ●大田太極拳愛好会昼教室

簡化24式・功夫扇など。火曜午後1時40分～3時30分、馬込区民センターで 入2,000円 費2,500円 申高橋☎3772-5233

### ●大田太極拳愛好会

水曜午後6時40分～8時40分、徳持小学校で 入2,000円 費2,500円 申佐藤☎090-8489-3519

### ●気功太極拳養生会

健康太極拳。月曜午後1時30分～3時、大田文化の森で 費3,000円 申北島☎6326-1399

### ●健康太極拳大森

木曜午後2時～3時30分、大森スポーツセンターで 費2,500円 申石森☎3743-0504

### ●太極拳ひがしみね

火曜午後7時～8時30分、シニアステーション東嶺町で 費2,000円 申茂野☎090-4207-0335

### ●太極拳美原

月曜午前10時～11時30分、美原文化センターで 費2,500円 申竹内☎3733-8083



## 35 テニス

### ●フレンド・テニス・サークル

初～中級。木・土・日曜、休日午前9時30分から、森ヶ崎公園テニスコートで 入2,000円 費1,500円 申平岩☎3732-1335

### ●もりもりテニスサークル

初～中級。木・土・日曜、休日午前9時30分から、森ヶ崎公園テニスコートで 入2,000円 費1,500円 申須田☎090-4835-9157

## 36 ゴルフ

### ●GAT会(ゴルフ愛好友の会)

ゴルフコンペ。バスで送迎。男性は60歳以上、女性は50歳以上。第2木曜(年10回)、房総半島(千葉県)のゴルフ場ほかで 入1,000円 費5,000円 申石田☎3777-7767



## 37 グラウンドゴルフ

### ●多摩川グラウンド・ゴルフクラブ

グラウンド・ゴルフのプレーを楽しむ(ウォーキング程度の運動量)。月・火・木・金曜午前10時から、多摩川ガス橋緑地で 費250円 申菱沼☎090-1122-6207

## 38 卓球

### ●MTC

区内在住・在勤で試合に参加できる女性のみ。金曜午前9時30分～正午、馬込区民センターで 入500円 費6,000円(年) 申松本☎090-6710-7325

### ●卓球「スマイルかまた」

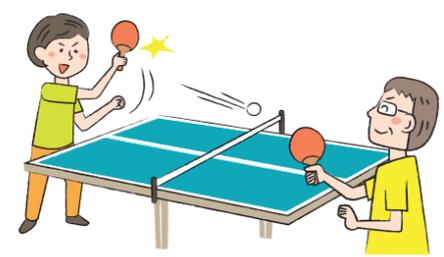
コーチ指導による卓球技術練習。木曜午後7時～9時、多摩川小学校で 費300円(1回)、2,000円(年、65歳以上は1,500円) 申和田☎090-7013-6873

### ●オレンジ会

女性のみ。講師有り。月曜午後1時～4時、エセナおおたで 費2,000円 申稲葉☎090-5194-5214

### ●ダイヤモンドクラブ

初～中級。水曜午後1時～4時30分、エセナおおたで 費2,000円 申井上☎090-3806-9197



## 39 体操

### ●氣功経絡体操

丹田呼吸で健康体を作り、免疫効果を高め、健康増進を目指す経絡体操。体験可。火曜午前9時45分～正午、蒲田図書館で 入3,000円 費3,600円(4回) 申東☎090-4014-4690

### ●わくわく体操

健康体操・ストレッチ・ダンス・脳トレ。楽しく優しく体を動かす。見学・体験可。水曜午後7時～8時30分、大森スポーツセンターで 費1,500円 申大谷☎3762-9932

### ●いつまでも自分の足で歩けるように!

シニア健康体操。講師有り。月曜午前10時30分～11時30分、北蒲広場で 費3,500円(3か月) 申前田☎3736-4012

### ●せせらぎ真向法体操教室

股関節中心のストレッチ。第4火曜午前10時～11時30分、田園調布せせらぎ館で 費800円、3,000円(年) 申開米☎090-8315-4921

### ●60才からの健康体操

火曜午前10時～11時30分、鶴の木三丁目の会場で 費250円(1回) 申林☎090-6110-3935(午後2時～4時)

### ●馬込体操クラブ

体験可。水曜午後1時30分～3時、馬込区民センターで 費1,500円 申藤田☎3774-8997

### ●雪谷健康体操クラブ

見学・体験可。金曜(祝日を除く)午後1時30分～3時、雪谷文化センターで 入500円 費1,250円 申吉澤☎6321-5973

### ●プリエ サンデーストレッチ

ストレッチ、トレーニング、ダンス。日曜午後2時～3時、萩中集会所で 費500円(1回) 申藤田☎090-3905-5991

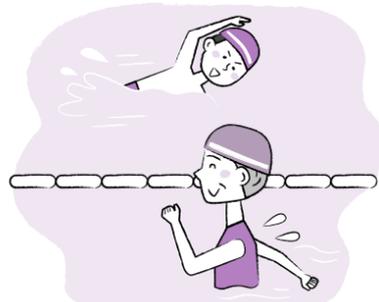
### ●シェイプアップ

月・木曜午前10時～11時10分、ライフコミュニティ西馬込で 入2,000円 費3,500円(4回) 申宮島☎090-9145-5092

## 40 水泳・アクア

### ●ASPスイミングサークル

水中歩行～上級。コーチ指導の下、楽しく練習。火曜午前9時30分～11時30分、矢口区民センター温水プールで  
 入1,000円 費3,500円 申広沢☎080-3589-2916



## 41 ヨガ

### ●池上なでしこ

木曜午前9時30分～11時、池上文化センターで 入1,000円 費2,500円  
 申塚元☎3754-8294

### ●ヨガ愛好会

月曜午後1時30分～3時、嶺町文化センターで 入1,000円 費3,000円  
 申小林☎080-5576-2429

### ●ヨガ

木曜午前10時30分～11時30分、ふれあいはずぬまで 入1,000円(1回)  
 申深沢☎070-8533-5071

### ●フィットネスサークル FEEL

ヨガやエアロビクス。月曜午後7時30分～8時30分、羽田三丁目の会場で  
 入1,000円 費2,500円 申小山☎080-3121-3182

## 42 ピラティス

### ●ピラティスワークアウト

月3回月曜午後2時～3時10分、ライフコミュニティ西馬込で 入2,000円 費4,000円  
 申宮島☎090-9145-5092



## 43 ハイキング

### ●大田ハイキングクラブ

登山、ハイキング。土・日曜、東京近郊からアルプスまで 入1,000円

費4,000円(6か月) 申小林☎090-5547-0707

## 44 散策

### ●見て歩こう会

四季折々の花巡りや工場見学、海辺の散歩など。健康な方。第1・3火曜午前9時か10時から、東京近郊で 入3,000円(年)  
 申岩淵☎090-1794-1944



## 45 その他

### ●産前産後 ママ広場「まるまる」

助産師主催。「ちょっとした相談ができる場所」をオンラインと対面で提供。月3・4回不定期、オンラインか区内の会場で 入500円 申石丸☎090-6549-8548

### ●自主保育「ぼぼの会」

歩き保育中心。未就園児の親子。火・金曜午前9時30分から、武蔵新田駅近くの会場ほかで 申唐木☎090-6185-9159

### ●外遊び・行事遊び 子育てサークル「まめっこクラブ」

未就園児の親子。月曜午前10時から、徳持公園ほかで 申唐木☎090-6185-9159

### ●健康(心)の支えを考える会 in Ota

心と体の健康を支え合うこと、「つらい」を伝えて気づくことを理解するための場を持ち、実際に展開できる活動。①定例会＝第1火曜午前11時～午後0時30分、久が原駅近くの会場ほかで②ココロカフェ＝月1回土曜午前9時45分～11時45分、田園調布せせらぎ館で 入2,000円(年)、②のみ参加の場合は800円(1回) 申上森☎3751-4960

### ●大道芸研究会

月1回日曜午後1時～5時、山王三丁目の会場で 入1,000円 申横澤☎3742-4600

### ●えいちゃんと紙芝居研究会

紙芝居の演じ方の研究の勉強会。第4金曜午後1時～5時、蒲田図書館で 入1,000円 申吉沼☎070-6472-6870

## 生涯学習相談会

あなたに合ったサークルやイベント、講座などの情報を紹介する相談会を定期的に開催しています。開催日程は、区HPをご覧ください。

▶会場 生涯学習センター蒲田など



詳細はコチラ

## 生涯学習ガイド「WaKuWaKuおおた」

区内で行われる講座・講演・催し物など、さまざまなイベントの情報を掲載している冊子。年4回発行しています。

▶配布場所 図書館、文化センター、特別出張所など



詳細はコチラ

知るって楽しい!  
 学ぶって楽しい!

# 学びで広がるわくわくの輪

▶問合先  
 地域力推進課区民協働・生涯学習担当  
 ☎5744-1443 FAX5744-1518

## 社会教育情報「マナビィ☆おおた」

あなたが興味のあるサークルが身近にあるかもしれません。社会教育関係団体の催し情報や活動紹介(会員募集)を掲載。毎月25日ごろ発行しています。

▶配布場所 図書館、文化センター、特別出張所など



詳細はコチラ

## 大田区生涯学習ボランティア制度

これまでの経験で培った知識や技術を地域に役立ててみませんか。ぜひご登録ください。要件などは、区HPをご覧ください。



詳細はコチラ

# 区民のひろばへの掲載を希望する方へ

区民の皆さんの催しやサークル会員の募集などを紹介するコーナーです

詳細は  
 コチラ



## ●催し 毎月1日号に掲載

原則として開催日や申込締切日が1～9日のものは前月の1日号、10日以降のものは当月の1日号(1月のみ1～14日のものを12月1日号、1月15日～2月9日のものを1月11・21日号)に掲載します。また、同一の人物か団体で、前回の掲載から6か月経過していないものは掲載できません。

原稿の締切日は掲載月の2か月前の15日必着です。

### 掲載例

- 7月20日に「○○講座」(事前申込不要)を開催  
 =7月1日号に掲載。原稿の提出は5月15日必着
- 7月20日に「○○講座」(事前申込が必要で申込締切は7月5日必着)を開催  
 =6月1日号に掲載。原稿の提出は4月15日必着
- 7月9日に「○○講座」(事前申込不要)を開催  
 =6月1日号に掲載。原稿の提出は4月15日必着

※4月1日号に掲載した方が次回掲載できるのは10月1日号以降となります

## ●サークル会員募集 1年に一度の特集として掲載

次の原稿募集と掲載時期は区報1日号、区民のひろば内で改めてご案内します。

## ●区民のひろば(催し)の申込方法

問合先へ申込書(問合先で配布。区HPからも出力可)を郵送かFAXか持参。右記の記入事項を記載したはがき、封書、FAXも可。

- 掲載できないもの
- 営利目的や売名目的、講師が主催する教室と認められる
- 政治・宗教活動
- 同一の人物か団体で、前回の掲載から6か月経過していない
- 会員の募集が目的
- 投稿者が区内在住でない
- 活動場所が区外
- そのほか掲載基準に反すると認められる

## 記入事項

(送り先)	(裏面記入例)
〒144-8621	●催し名
大田区役所 広聴広報課 「区民のひろば」宛	●サークル名
	●日時・場所
	●講師名
	●費用
	●問合先の氏名・ 〒住所・電話番号
	●区報1日号の感想

※文面は最小限に整理させていただきます。また、紙面の都合で掲載できない場合があります。Eメールアドレス、HPのURLは掲載できません

▶問合先 広聴広報課広報担当 ☎5744-1132 FAX5744-1503