



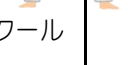
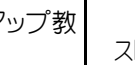



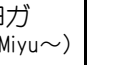




# 2022年度 コミュニティ・センター日の里会館 自主講座一覧表

2022年3月11日現在

スポーツ・体操・ダンス			音楽			趣味・おけいこ		
団体名	内容	日程	団体名	内容	日程	団体名	内容	日程
 ジャザサイズ フィットネスダンス 会員募集中	毎週火	9:00～13:00	宗像男声合唱団	全ジャンルに挑戦 見学歓迎	毎週土 18:00～21:00	華道池坊華月会	植物から元気と癒しを いただきます	第4木 9:00～12:00
	毎週日	9:00～13:00	レディースハーモニー ユリックス	コロナ禍終息後は 定期演奏会を計画中	毎週金 10:00～12:00	フラワーデザイン教室	生徒さん募集中 初心者歓迎です	第2木 13:30～16:30
リズムミック・ダンス教室	子どもの成長に合わせた ストレッチとダンスの教室	毎週木 17:00～21:00	(公財)日本民謡協会 宗像楽謡会	お腹から声を出して 健康維持	月2回金 13:00～15:00	池坊いけ花教室	生け花で心に栄養を そして楽しみましょう	月1回金 13:00～
 誠英学舎 誰にでもできる 安全な空手道 (幼児～シニア)	毎週火	17:00～21:00						月2回土 17:00～
 日の里空手スクール 空手・護身の 基本技術を学ぶ	毎週土	14:00～17:00				日の里松花会	観世流謡曲と 仕舞の稽古	毎週金 9:00～13:00
実践空手道 玄心館 稲穂のような人材を 空手道を通じて育成中 4歳から入会可	月3・4回水	17:00～21:00				むなかた爆笑会	博多にわか・コント劇 ・落語	月1回日 13:00～17:00
(市民学習ネットワーク) らくらく健康体操	音楽にのせて無理なく 身体を動かします	毎週水 9:30～12:00	<b>絵画・習字</b>			日の里囲碁同好会	囲碁は脳トレ! 入退会自由!お気軽に!	毎週火・木 13:00～16:00
			団体名	内容	日程			
 日の里元気度アップ教室 介護予防 ストレッチ・筋力・脳トレ	毎週木 9:00～13:00	はがき絵 梅の会	季節の花や先生のはがき 絵を見本に自由に描く	月1回金 14:00～16:00				
 すみれ会 仲良く卓球を 楽しんでいます	毎週水 13:00～17:00	習永書道	文字の成り立ちと 筆の使い方を学びます	月4回木 17:00～21:00				
 デトックスヨガ (Hatha Yoga ～Miyu～)	毎週水 10:00～12:30	(市民学習ネットワーク) 書道	楷書から草書まで	月3回土 9:00～12:00	<b>教養</b>			
 自己マッサージ 「ゆるり」 緊張した筋肉を 自分の力でほぐします	月2回土 13:30～15:00	日本習字 かきかた教室	硬筆・毛筆で楽しく 文字を書きます	毎週金 17:00～21:00	ウェルカム英語塾	音読と歌を通しての 英会話クラス	毎週水 13:00～17:00	
 カーコヨガ 初心者から楽しく リラックスヨガ	月4回火 19:30～20:45	<b>その他</b>					韓国語講座(中級)	ハングル文字が読める方は どなたでも参加できます
	月4回水 13:30～14:45	無料法律・生活相談会	身近な事から法律まで 弁護士が相談に乗ります	第4水 15:00～17:00	月2回木 13:00～17:00			

※開催日程は変更の場合があります。  
 ※詳細に関しましては事務局(☎0940-37-1587)までお問い合わせください。