

3月18日(月) 2F 講習室 10:00~12:00 合唱体験

10:00~10:20 発声練習
10:20~12:00 全体練習

【サークルについて】

講師の指導により、2部合唱を中心に練習を行っています。

2回/月で月曜日の午前中が活動日です。

- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:20名

会費:3,000円/月

入会金:1,000円

普段の練習日にも見学できます。

(練習日は前もって連絡先に確認してください)

自由参加(事前申込不要。当日受付)

コーラス勇気

活動内容:合唱

対象:誰でも

連絡先:本山 進

もとやま すすむ

☎090-8816-1915

✉smoto17@kxe.biglobe.ne.jp



皆さまのご参加をお待ちしております。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月18日(月) 2F 講習室

13:10~16:00

フォークダンス体験

13:10~14:10 やさしい踊り
14:10~15:10 少し難しい踊り
15:10~16:00 少し難しい踊り



- 持ち物:動きやすい服装と靴でご参加ください
- 参加費:無料
- 定員:10名

自由参加(事前申込不要。当日受付)

日本橋有馬レクリエーション倶楽部

活動内容:フォークダンス

対象:誰でも

連絡先:田中 たなか まさる 秀 ☎03-3959-5072



月曜日の13:00~16:00、築地社会教育会館で
部屋が確保できたときに活動しています。

世界各地のフォークダンス(民族舞踊)を楽しく踊っている会です。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月19日(火) 3F 第三和室 10:00~11:30 体操体験

- 10:00~10:30 準備運動
- 10:30~10:40 休憩
- 10:40~11:10 メイン運動
- 11:10~11:30 整理運動、リラクゼーション

- 持ち物:運動出来る服装(裸足)、飲み物
- 参加費:無料
- 定員:10名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

健康体操げんき

活動内容:体操

対象:大人(60歳以上)

連絡先:健康体操げんき ☎03-3531-6838

✉ tsugumining@gmail.com



60歳以上の方を対象に週に1回体操をしています。
歌、ダンス、脳トレ、筋トレ、柔軟体操、有酸素運動 etc.
笑顔の絶えないメンバーと一緒に身体を動かしましょう♪

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月19日(火) 2F 講習室 14:00~16:00 朗読体験

14:00~14:45 発表会(1回目) 開場13:45

15:15~16:00 発表会(2回目) 開場15:00

日ごろの練習の成果を発表します。体験していただく作品もあります。

- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:60名



自由参加(事前申込不要。当日受付)

おはなしシャワー

活動内容:朗読

対象:誰でも

連絡先:岩間 ^{いわま}数子 ^{かずこ} ☎090-6146-3047

✉ ohanasi2016s@yahoo.co.jp



小説の一節や絵本、古典など、声に出して楽しみます。

【活動日】

毎月第4火曜日 午前グループ10:30~12:00・午後グループ13:30~15:00

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月19日(火) 3F 第三和室
13:00~16:30

詩吟体験

13:00~13:20 公開発声練習(吟道館会詞他を吟じます)
13:20~15:00 独吟発表
15:00~15:15 休憩
15:15~16:30 公開練習

- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:10名



自由参加(事前申込不要。当日受付)

築地吟詠会

活動内容:詩吟

対象:誰でも

連絡先:原田^{はらだ}敏明^{としあき} ☎090-3818-2386

✉ harada.toshiaki@nifty.com



日本橋の吟道館流の詩吟です。
皆、楽しんでおります。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月20日(水・祝) 2F 講習室

9:20~11:30

小鼓・三味線体験

9:20~10:20 小鼓ミニコンサート・小鼓体験
10:30~11:30 三味線体験

- 持ち物:筆記用具
- 参加費:無料
- 定員:30名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

歳松会

活動内容:小鼓・三味線

対象:【小鼓】小学1年生~成人(年齢不問)
【三味線】小学5年生~成人(年齢不問)

連絡先:盧 慶順 (ろ きよんすん) ☎090-9671-4699

✉ kyongkyong@hotmail.co.jp

三浦 妙子 (みうら たえこ) ☎080-5693-5666



小鼓・三味線を一緒に楽しみませんか?月に2回のサークルです。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月20日(水・祝) 2F 第1洋室

9:50~11:20

ゴスペル体験

9:50~10:00 発声練習

10:00~11:20 ゴスペル体験

- 持ち物:飲み物(水)
- 参加費:無料
- 定員:25名(下記あてご連絡ください)



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

中央区ゴスペルサークル(CGCG)

活動内容:ゴスペル

対象:どなたでも 男性、お子様連れ大歓迎です!

連絡先:中本 玲子 なかもと れいこ ☒ cgc.information2023@gmail.com

毎月 第2・4水曜日 9:50~11:20

とても明るく元気な野原ヒロコ先生のご指導の下、
みんなで楽しくゴスペルをうたっています。

♪ブログ <https://ameblo.jp/cgc2014/>



* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月20日(水・祝) 3F 第三和室 18:30~20:30 盆踊り体験

18:30~20:30 練習体験

- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:20名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

中央区咲音会

活動内容:盆踊り

対象:誰でも

講師:鳳蝶 美成(あげは びじょう)先生

日本民踊鳳蝶流家元師範・(公財)日本民謡協会民謡アンバサダー
東京オリンピック2020開会式「東京音頭」振付・出演

連絡先:中央区咲音会 ちゅうおうくさいんかい ✉ bondance.signparty@gmail.com



全国各地の盆踊りを楽しく練習しています。ぜひ体験にいらしてください。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月21日(木) 2F 第1洋室

10:10~11:40

フラダンス体験

10:10~11:40 フラダンスの練習

- 持ち物:スカート(あればパウスカート)
室内履きまたは靴下
- 参加費:無料
- 定員:3名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

フラマカナアロハサークル

活動内容:フラダンス

対象:大人の方

連絡先:池田 ^{いけだ} ^{まほ} 真穂 ☎070-5451-3468

✉ mahoshintomo@gmail.com



50代を中心に楽しく踊っています。フラ未経験の方でもOKです。
ぜひ体験に来てください。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月21日(木) 2F 講習室

13:15~15:00

ダンス体験

- 13:15~13:30 準備体操
- 13:30~14:00 ミニ発表会
- 14:00~14:20 休憩
- 14:20~15:00 公開練習、体験



- 持ち物:運動しやすい服・靴、水分補給の飲み物、タオル
- 参加費:無料
- 定員:5名

3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

ダンスサークルコスモス

活動内容:ダンス

対象:大人の方

連絡先:山藤 ^{やまふじ}千賀子 ^{ちかこ} ☎090-8454-8884



女性ばかりのダンスサークルです。曲はクラシック、ラテン、ジャズ、民謡から歌謡曲とあらゆる分野です。毎週木曜日活動しています。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月22日(金) 3F 第三和室

9:20~11:00

棒体操体験

9:20~10:20 気功・棒体操
10:20~11:00 質疑応答など

- 持ち物:タオル、飲み物、螺旋棒(お持ちの方のみ)
- 参加費:無料
- 定員:6名

自由参加(事前申込不要。当日受付)

太極気功螺旋棒の会

活動内容:気功・棒体操

対象:誰でも

連絡先:瀬古^{せこ}知子^{ともこ} ✉ tseko14@gmail.com



螺旋棒を使って楽しく簡単な気功と体操をする会です。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月22日(金) 2F 講習室 14:30~16:30 合唱体験

14:30~15:30 練習

15:30~16:30 みんなでうたいましょう

- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:10名



自由参加(事前申込不要。当日受付)

新婦人コーラスエーデルワイス

活動内容:合唱

対象:大人(女性)

連絡先:犬山 ^{いぬやま} 文子 ^{ふみこ} ☎090-2906-9083

✉ fumiko.inuyama@nifty.com



みんなでなかよく、お腹から声を出して思いっきり歌います。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月22日(金) 3F 第三和室

14:00~15:30

ヨガ体験

14:00~15:30

「春のイライラ・のぼせ・むくみの解消」に効果的なヨガのポーズと呼吸法を行います。

- 持ち物:水分補給の飲み物
- 参加費:無料
- 定員:18名
- 「ヨガ体験」申込み先:ヨガプラス事務局
☎090-4545-6426 ✉hiromi.spring8@ezweb.ne.jp

3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

ヨガプラス

【通常の活動日時】

第1・第3金曜 14:00~15:30

会場:築地社会教育会館 和室

会費:参加毎1,500円

会場費:半年毎1,500円



現在のメンバーはシニア中心で腰や膝などの不調がある時もアドバイスを受けながら無理なく行って、心とからだの調子を保っています。只今、会員を募集中です。ご興味のある方はこの機会にぜひ「ヨガ体験」にご参加ください。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月22日(金) 1F 音楽室

18:00~20:00

ハワイアンコーラス体験

18:00~20:00 ハワイアンコーラス
(発声~コーラス)



- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:20名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

ハワイの風

活動内容:ハワイアンコーラス

対象:誰でも

連絡先:渡辺 わたなべ 羊子 ようこ ☎090-6194-8895

✉ hitujikotomaretayo@yahoo.ne.jp

ハワイアンコーラス

コーラスにあわせて、フラあり、ウクレレありの楽しいサークルです。



* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 2F 講習室

11:10~12:00

カントリーダンス体験

11:10~12:00 やさしいカントリーラインダンス体験

- 持ち物:運動できるシューズ、水分補給のドリンク
- 参加費:無料
- 定員:10名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

月島カントリーラインダンス

活動内容:カントリーダンス

対象:誰でも

連絡先:楠 ^{くすのき} ^{さちこ} 幸子 ☎090-1201-5528



ダンス&カントリーミュージックが大好きな年若男女で和気あいあいダンスを楽しんでまーす。『やりたい!』と思ったら、まずは体験を♡

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 3F 第2洋室
11:00~12:00

楽しみながらの

漢字学習体験

11:00~12:00 漢字クイズ 脳トレ

- 持ち物:筆記用具
- 参加費:無料
- 定員:10名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

漢楽会

活動内容:漢字学習

対象:大人

連絡先:清野 せいの 静子 しずこ ✉ sansoucie003@gmail.com



“楽しく漢字を学ぶ会”です。ご興味のある方はどなたでも。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 1F 音楽室

13:30~17:00

バンド体験

13:30~15:00 公開練習及び体験の方参加(随時)

15:00~15:30 休憩

15:30~17:00 公開練習及び体験の方参加(随時)



●持ち物:自分の楽器があれば

(ドラム、Key、アコギ、エレキ Gt.、Bass は用意してあります。)

希望曲があれば譜面をご持参ください。



●参加費:無料 ●定員:15名

自由参加(事前申込不要。当日受付)

ミッズ・プレイヤー中央

活動内容:バンド演奏

対象:初級者でも、合奏楽しみたい方ならだれでも

連絡先:栗林 ^{くりばやし} 律子 ^{りつこ} ☎03-3551-9007

✉ kintaro@mids-player.net

J-POP 曲を中心にバンド演奏を楽しむ(練習する)会です。毎月課題曲を皆で選曲し編曲を依頼し、月一回講師に指導を受け他の回は交代し合奏します。

初心者や昔やっていた人、バンド演奏のチャンスの無い方ぜひご参加ください。



* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 2F 講習室 13:00~16:45 合唱体験

13:00~14:00 公開自主練習
(団員の自主練習です。特にプログラムはありません。)

14:00~16:45 公開練習・ミニ発表会
普段の練習を公開で行います。
参加いただいても、見学のみでもかまいません。
休憩は1時間に10分程度適宜とります。

- 持ち物:とくになし ●参加費:無料
- 定員:10名



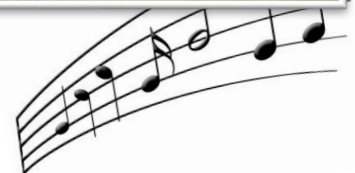
自由参加(事前申込不要。当日受付)

銀座並木通り合唱団

活動内容:合唱
対象:大人

連絡先:事務局 おがわ 小川 ☎090-1884-6459

月2回、土曜午後に練習している混声合唱団です。
団員募集中・初心者大歓迎



* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 2F 第1洋室

13:30~16:50

サルサ体験

13:30~14:30 サルサ入門(基本ステップ及びペアワークの練習)

14:30~14:40 経験者(サークルメンバー)による発表

14:40~14:50 休憩(質問など受付けます)

14:50~16:50 サルサ初級 通常の練習内容

★サルサ入門は体験可、サルサ初級は見学可です

●持ち物:あればダンスシューズ、なければ底がゴム底ではない履きなれたシューズ
汗拭き用のタオル、飲料

●参加費:無料 ●定員:30名



自由参加(事前申込不要。当日受付)

NICE TIME

活動内容:サルサ「大江戸サルサ」

対象:大人の方

(原則70歳以下の方(但し、ダンス経験有ればそれ以上でも可))

連絡先:竹之内 玲子 たけのうち れいこ ☎090-1659-5529



ラテンダンス“サルサ”は世界中どこに行っても踊れるペアダンスです。「NICE TIME」では毎週末の練習、毎月のサルサイベント等活発に活動を行っています。大江戸サルサでサルサの第一歩を踏み、今ではパフォーマンスやソーシャルパーティで大活躍するメンバーも多数います。一緒にサルサで人生を各々豊かに楽しみましょう!

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 3F 第三和室

14:00~16:50

地歌舞体験

14:00~14:20 舞体操

14:30~16:50 公開の舞と体験

●持ち物:とくになし

●参加費:無料

●定員:15名



自由参加(事前申込不要。当日受付)

きらら会

活動内容:地歌舞

対象:誰でも(3歳から)

連絡先:地歌舞古澤流事務局
じうたまいふるさわりゆうじむきょく

✉ momomikko17284950@docomo.ne.jp



地歌舞(上方舞、座敷舞とも言います)と、舞を元に創られた舞体操の実演と体験です。ゆったりとした動きで楽しみながら健康の為に一同続けています。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 2F 講習室 18:00~20:00 かつぽれ体験

18:00~18:30 公開練習会
18:30~19:00 発表会(高砂、深川、木遣りくずし、奴さん等)
19:00~20:00 練習、体験

- 持ち物:とくになし
- 参加費:無料
- 定員:20名

自由参加(事前申込不要。当日受付)

江戸舞の会

活動内容:高砂、深川、奴さん、木遣りくずし・他
対象:大人の方

連絡先:佐多賀 英司 ☎090-6474-0421

✉ eiji.satoka9240@gmail.com



【活動日】第一、第二、第三土曜日 午後六時から八時半

【会場】築地・日本橋・月島社会教育会館 【会費】月二千元・休会制度あり

※活動日と会場は月により変わる事がありますので、お問い合わせください。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月23日(土) 2F 第5洋室 18:30~20:45 カポエイラ体験

18:30~19:30 キッズ練習(大人もご参加可能です)
19:30~20:30 大人・ジュニア合同練習(動き・楽器・音楽)
20:30~20:45 まとめ練習(動き・音楽を総括的に練習します)

- 持ち物: 動ける服装、シューズ
- 参加費: 無料
- 定員: 20名



自由参加(事前申込不要。当日受付)

築地カポエイラの会

活動内容: カポエイラ

対象: 誰でも

連絡先: 藤原 ^{ふじわら} [✉ tsukijicapoeira@gmail.com](mailto:tsukijicapoeira@gmail.com)

ブラジルのカポエイラは動きだけでなく音楽も一緒に練習しています。
どなたでもお気軽にご参加ください!

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催: 中央区立築地社会教育会館

住所: 中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月24日(日) 2F 講習室 9:30~12:00 レザークラフト体験

9:30~12:00 皮の小物入れ 製作体験

- 持ち物:エプロン
- 参加費:500円
- 定員:4名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

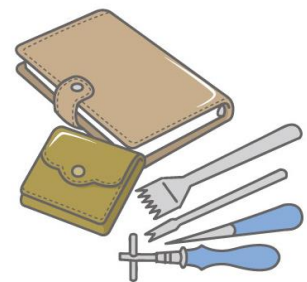
レザークラフト築地

活動内容:皮工芸

対象:大人

講師:遠藤 節

連絡先:レザークラフト築地事務局 ✉ fanatico20121mila@gmail.com



イントレチャート(皮ひもの編み込み)を主とした
レザークラフトを行っています。

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月24日(日) 3F 第3洋室 13:30~15:00 生け花体験

13:30~15:00

時間内で30~40分の体験を実施します。

自分でいけばな作品を制作、花材は持ち帰り可です。



- 持ち物:(普段使っている)ハサミ、持ち帰りのエコバッグ
- 参加費:1,000円
- 定員:6名

3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

中央区花キッズ

活動内容:生け花

対象:誰でも(3歳から)

連絡先:中央区花キッズ ちゅうおうくはな ☒ info@hanaclub.info



幼児から本格的に学べるいけばなサークルです。
一緒に花を楽しみましょう!

* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696

3月24日(日) 2F 第5洋室 13:30~15:30 三味線体験

13:30~15:30 三味線体験

- 持ち物:持っている方は三味線一式
- 参加費:無料
- 定員:10名



3月4日から定員に達するまで先着。定員に達しない場合は当日受付可。

中央区長唄三味線サークル簗里会

活動内容:三味線演奏

対象:誰でも(小学4年生以上)

連絡先:中央区長唄三味線サークル簗里会

✉ gosirou@me.com

初心者でも経験者でも楽しく練習できます。



* サークル体験ウィークに関する問い合わせ *

主催:中央区立築地社会教育会館

住所:中央区築地4-15-1 TEL:03-3542-4801 FAX:03-3542-3696