

本号では、田迎地域コミュニティセンターを利用している、地域福祉&サークルの活動内容についてご紹介します。

子育てサークル キューピークラブ

・毎月第2、4水曜日 午前10時～12時
未就園児さんと保護者を対象に、絵本、わらべ歌、手遊びや月替わりの活動では、消防士による救急指導法、手作りおもちゃ、講演会、クリスマス会等、内容も豊富です。お気軽にご参加ください。

↓9月 スイミング



↑電話 主任児童委員・木原 090-8768-0313
厚地 090-9580-7682

いきいきサロン・ふれあいディサービス

・田迎西一町内いきいきサロン 毎月 第4木曜日
・田迎／田迎西ふれあいディサービス年2回9月・3月
日頃交流の機会が少ない高齢者を対象に、触れ合いと楽しい仲間づくりを目的として、健康相談及び指導・健康チェック(血圧・脈拍測定)・食事会・茶話会などを行っています。

↓10月 いきいきサロン



<田迎西校区 一町内>

↓11月 親子で遊ぼう



↑電話 松本 090-3799-5860

RapiRapi ベビーマッサージ

・毎月第2・4金曜日 午前10時半～12時半

ママも Baby ちゃんも楽しめる親子教室。ベビマと赤ちゃんヨガを取り入れた楽しい内容。楽しく過ごす事で育児にもゆとりが生まれますよ。ママ友作りや情報交換の場として「親子時間」作り。

↑電話 松本 090-3799-5860

うじじまクリニック マタニティビクス

・毎週火曜日 午後2時～4時

妊娠中の運動は、腰痛肩こりむくみを改善します。また、体重増加を防止し、安産へつながります。専門インストラクターの指導のもと行います。妊婦さんは是非ご参加ください。

↑電話 うじじまクリニック 096-379-2727

幼児教室 ミニミニ幼稚園

・毎月第1・2・3・5木曜日 午前10時～11時半

未就園児対象の幼児教育を行っています。集団生活というものに重点を置き、保護者同士の交流の場にもなればと思います。幼稚園のミニミニ版で、音楽リズムや製作活動、英語活動等盛りだくさん!

↑電話 岩永 090-4515-2873

シャッフルタップダンス

・毎週 火曜日 午後7時～9時

タップダンスは子供から大人まで、年齢に関係なく楽しめるダンスです。楽しみ方は人それぞれ、自分のペースに合わせて足でリズムを奏でいつしょに楽しく踊りましょう。

↑電話 西田 080-5375-6407

田迎地域コミセンだより

第16号:平成25年12月15日 発行 (田迎地域コミュニティセンター)



太極拳

・毎週火曜日 午後7時30分～9時

太極思想を取り入れた拳法であり、ゆっくりとした動作と意識、呼吸を合わせ健康を導きます。年齢を問わずにどなたでも楽しめます。

↑電話 中山 096-363-6066

<熊本県中国武術研究会>

さわやか健康太極拳

・毎週 火曜日 午前9時半～11時

太極拳は、小脳も大脳も刺激する協調運動です。グループで行うとより効果があります。運動が苦手な方、部屋にこもりがちな方、ゆっくりと動いて心も体もリフレッシュします。

↑電話 清塘 080-1532-3346

実践体育学体操三井島システム

・毎週金曜日 午前10時20分～11時20分

全身の筋肉をくまなく刺激しバランスの取れた身体づくりを目指しています。姿勢が良くなり肩こりや腰痛が緩和したといううれしいお言葉もいただいている。30～70代の方が元気に参加されています。

↑代表者 高田 桂子

リラックスヨーガ

・毎週水曜日 午後1時半

日常生活から少し離れたリラックスの場にして下さい。ゆっくりとした時間の中で、心と身体の状態を感じてみませんか？柔軟性を競うものではありませんので、簡単な動きを行います。

↑電話 荒木 090-8356-0623

ナプア 園田フラ

・毎月第1・2・3土曜日 午後6時～8時、8時～10時

・毎月第2・4木曜日 午後6時半～7時半、8時～10時



↑電話 園田 090-5081-3643

カレオナニ・ベティ・「田迎ハワイアンアーツ」クラス

・毎月第2・3・4土曜日午後1時～2時・子供クラス
午後2時～5時・大人クラス



↑電話 ベティキムラ 090-3795-1702

ダンス教室 Cherry Blossom

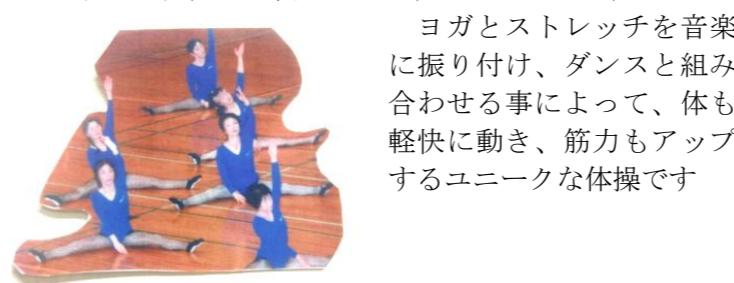
・毎月第1・3木曜日 午後6時～9時



↑電話 中村 090-4351-1888

ユニーク体操 プラーナ

・毎週 木曜日 午前10時半～11時半



↑電話 真野 090-3883-1396