

「あみいこ」は
イタリア語で「仲間・友達」



『あみいこ』は、人と人との
出会いを大切にする
居場所としての教室です。
参加してみませんか？



【会場案内】裏面をごらんください

健康麻雀教室 ~火・金曜日~

※現在、金曜日クラスは募集していません。

「お金を賭けない・お酒を飲まない・煙草を吸わない」のルールで、
頭脳ゲームとしての麻雀を安心して楽しめます。インストラクター
が参加者の経験に合わせて組み合わせ、初めての方にも丁寧に
ご指導します。



【時 間】毎週火曜日 9:30~12:30
【参加費】1回3時間 800円
【会 場】会議室 宙 【定 員】20名

初心者歓迎！

開催日 火曜日

4月	7	14	21	28	
5月	*	12	19	26	
6月	2	9	16	23	30
7月	7	14	21	28	
8月	4	*	18	25	
9月	1	8	15	*	29

あみいこ教室

ヨガ教室 ~ 火曜日 ~

※現在、午前クラス(毎週 10:15~11:45)は募集していません。

日ごろ頑張っている自分へのご褒美に、ゆったりとした時間を
お過ごしください。呼吸を整え、体と向き合う優しいヨガです。



【時 間】第1・2火曜日 12:30~14:00
【参加費】1回 1,000円
【会 場】地域活動スペース 虹
【定 員】10名

毎週火曜、午前中に開催しているヨガ教室。
好評につき午後クラスを新設しました！

開催日 第1・2火曜日午後

4月	7	14	*	*	
5月	*	12	*	*	
6月	2	9	*	*	*
7月	7	14	*	*	
8月	4	*	*	*	
9月	1	8	*	*	*

※会場の都合により日程が変更になることがあります

全て要予約 【問合せ・申し込み】 043-290-8017 (松永・宮田) 見学OK！

あみいこ教室に参加した方々が、より楽しく自分たちでサークル活動をしています！ 【問合せ】 043-290-8017 (サークル担当:北田)

あみいこサークル



習字教室 漢字やかな文字など、好みの書体でのレッスンです。初めての方歓迎！
【日時】原則第1金曜日 14:00~16:00 【参加費】1,000円



紫陽花の会(茶道) 裏千家のお点前を椅子席で楽しく学んでいます。
【日時】原則第3水曜日(変更あり)13:30~15:30 【参加費】1,500円(お菓子代込み)



水彩の会 人物・静物・風景画など、初めての方もプロの先生が丁寧に指導します。
【日時】原則第4水曜日 14:00~16:00 【参加費】1,000円

※SAGEの会(読書会)と楊名時太極拳は、現在募集はしていません。