

「あみいこ」は
イタリア語で「仲間・友達」

あみいこ amico

『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 ～

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】毎週火曜日 10:15～11:45(現在募集なし)
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

○は午後クラスも開催します

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

※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。