

北川副公民館

自主サークルのご案内

(令和7年度)

公民館では、毎日いろいろなサークル活動が行われています。興味がある方は、まずは一度ご見学においでください。見学後、気に入っていただけたら直接サークルの代表者の方へ申し込みをお願いします。

月

書道教室

- ①第1・第2・第3
 - ②9:00～12:30
 - ③竹井光江先生
 - ④2,700円
- 明るく楽しい教室です。年2回の昇段昇級試験を目標に書道会で名高い先生のご指導の元、みんなで励んでいます。

北川副さわやかダンス(リズムダンス)

- ①第1・第2・第3・第4
 - ②13:00～15:00
 - ③中村鈴子先生
 - ④2,000円
- 軽快なリズムに合わせて心も身体もリフレッシュ癒されています。さわやかな汗を一緒に流しましょう。初心者の方、大歓迎です。



火

ちよこつとhandmade

- ①第4
 - ②10:00～13:00
 - ③谷口由美子先生
 - ④600円 材料費500円～1,000円程度
- 季節の飾りやアクセサリ等、1回～2回でできる簡単(?)の手作りをみんなで楽しんでいます。一緒に「ちよこつと!」しませんか。

ジョイフル社交ダンス

- ①毎週
 - ②12:30～15:30
 - ③松本景子先生
 - ④2,700円
- 社交ダンスは楽しいですよ。健康寿命は背中を伸ばし一歩一歩しっかり歩くことより初めましょう。音楽を聞きながらリズムに合わせてステップを踏み、会話をします。認知症予防にもいいですよ。家から出て皆の輪に入りましょう。是非見学して下さい。

吟道佐賀松風会(吟詠)

- ①第1・第2・第3
 - ②13:30～15:30
 - ③大坪安子先生
 - ④3,000円
- 詩吟は腹式呼吸であり、心身の活性化に役立ちます

水

北川副謡曲愛好会

- ①第1・第2・第3・第4
 - ②10:00～12:00
 - ③綾部一盛先生
 - ④2,000円
- 650年前を振り返ってみませんか。想像の世界を覗いて見ませんか?会員5名で語り合、楽しく大きな声を出して謡っています。

リズムミック(リズムダンス)

- ①第1・第2・第3・第4
 - ②10:00～11:30
 - ③持丸順美先生
 - ④2,100円
- ステキな音楽を聞きながらダンスをする時はとても楽しくストレス解消、足、腰をきたえて丈夫な身体を作ります。遊びに来て下さい。

キッズダンスjump(ダンス)

- ①毎週
 - ②14:30～17:30
 - ③瀧下光先生
 - ④3,000円
- ダンスで仲良し!元気!笑顔!かわちい♡自分たちでふりつけを作ったり、教えあう、スーパー天才女の子チーム!

リズムダンスプリズム

- ①第1・第2・第3・第4
 - ②20:00～22:00
 - ③灰塚ゆかり先生 松永佳子先生
 - ④2,000円(入会金1,000円)
- 夜の時間ですが、軽快なリズムに乗って楽しく踊っています。若い会員が増え平均年齢もぐっと下がり、元気をもらっています。健康維持やストレス解消など、ダンスいっしょに踊ってみませんか。

新しいこと、始めてみませんか!

随時会員募集中
北川副公民館 TEL 23-3086



木

ほのぼのライフ(絵画・陶芸)

- ①第1・第3
 - ②9:00～11:30
 - ③なし
 - ④500円
- 材料費1,000円(陶芸)
- みんなで、なかよく、楽しく。作品を作ってがんばりましょう。

こ雀会

- ①第1・第2・第3・第4
 - ②12:15～17:00
 - ③中野伸芳先生
 - ④500円
- 「賭けない・吸わない・飲まない」をモットーに、頭脳スポーツとして麻雀を楽しみながら記憶力・推理力を高め、脳の活性化を目的としています。勝っても負けても笑顔が絶えない健康麻雀です。

金

舞踊教室

- ①第1・第2・第3
 - ②10:00～12:00
 - ③花柳鶴貴三先生
 - ④3,000円
- 先生を囲み、笑いあり楽しい時間を過ごしています。どうぞ見学にお出かけください。

クッキングメイト(男性料理)

- ①第4
 - ②17:00～20:30
 - ③原田洋子先生
 - ④500円
- 初心者大歓迎です。みんな素人です。ワイワイ楽しくやりますヨ!!

拳正會(空手)

- ①第1・第2・第3・第4
 - ②20:00～22:00
 - ③石橋佳典先生
 - ④3,000円
- 空手を通して、体力向上心と身体健康増進を旨とし、病気やケガのない体づくりを目標に練習しています。

土

一楽庵太極拳

- ①毎週
 - ②10:00～13:00
 - ③宮崎初野先生
 - ④2,000円
- 緩やかな動作で、無理なく体幹を鍛え、健康維持にもつながります。

シャドーボックス しゃらら(手芸)

- ①第2・第4
 - ②10:00～13:00
 - ③谷口由美子先生
 - ④1,500円
- シャドーボックスは、絵を切って高さをつけて重ねていく立体貼絵です。平面の絵が立体になるのは感動しますよ。一緒に楽しみませんか?

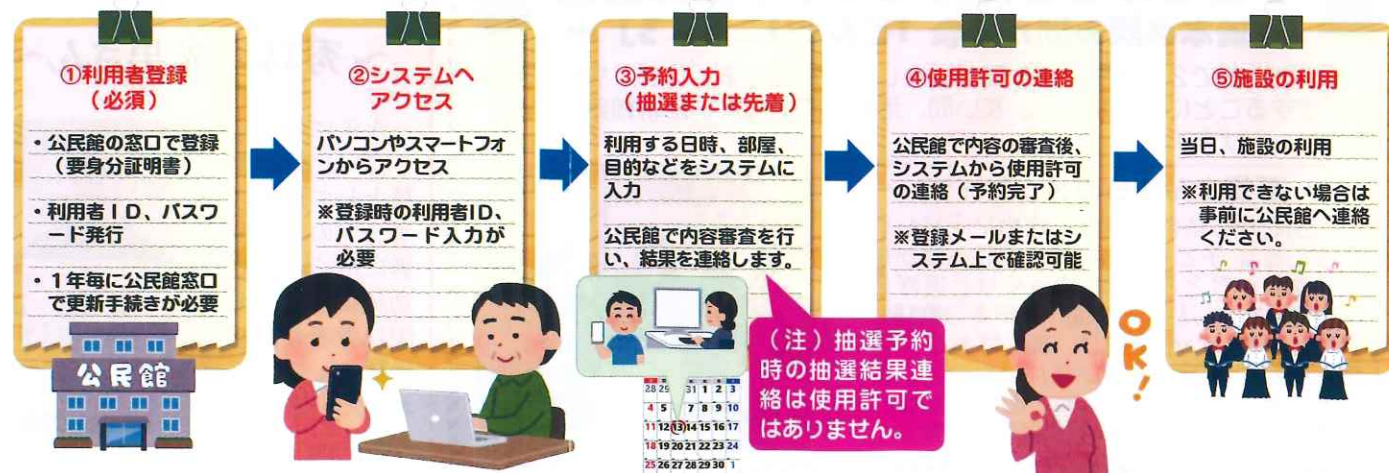
サンフレッシュ健康体操

- ①第1・第3(土)
 - ②13:30～16:00
 - ③中村鈴子先生
 - ④1,500円
- ストレッチを主に音楽にのせて運動しています。体を動かすと心も体も温まります。

佐賀市立公民館予約システムのご案内

公民館予約システムは、市立公民館等の空き状況の確認、予約申込をパソコンやスマホを使って、インターネットからいつでも行うことができます。

◎利用者登録から利用までの流れ



- ① 毎月の開催日
- ② 時 間
- ③ 講 師
- ④ 会 費 / 月

※都合により日時が変更になる場合があります。

みんなが利用する公民館です。マナーを守って、きれいに気持ち良く利用しましょう。

- 公民館の利用時間は8時30分から22時までです。22時には後片付けを終了し、退館していただきますようお願いいたします。
- 公民館利用後は、掃除、後片付け、戸締りを忘れずに。
- ゴミ(生ごみも含む)は、必ずお持ち帰り下さい。
- 公民館内は禁煙となっております。喫煙は、喫煙所をお願いいたします。

皆様のご協力をお願いします

