

ダンベル体操教室

活動日・場所	毎週火曜日 13:30～14:30 会議室
活動内容	ペットボトルをダンベル代わりにした筋力を使うエクササイズや、タオルを使った簡単な体操などを、60代～70代のメンバーが楽しく行っています。年齢・性別問わず興味がある方まず体験してみませんか？お待ちしております。
会員数	女性15名
指導者名	藤田 久美（健康運動指導士）
ホームページ等	
連絡先	藤田 久美 090-9843-9505

フィットネスサークル ソンリッサ ～笑顔～

活動日・場所	毎週月曜日 19:30～20:45 多目的スタジオ
活動内容	10年以上活動しているアットホームなフィットネスサークルです。活動内容は、ヨガとZUMBA(ダンスフィットネス)を交互にレッスンしています。どなたでも参加できる初心者大歓迎のサークルです。これ見て運動したいと思った方、一度体験してみませんか？私たちと一緒に楽しく運動して、日頃のストレスを発散しましょう！！
会員数	女性 10名
指導者名	判前 真由美
ホームページ等	
連絡先	地域交流センター(0479-21-5131)までお問合せください。

biima sports 神栖校

活動日・場所	毎週日曜日 14:00～16:00 会議室
活動内容	3才～小学生を対象にしたキッズスポーツスクールです。単一のスポーツでなく、総合的に7種類のスポーツ(サッカー、バスケ、野球、テニス、スプリントSAQ、体操、縄とび)を実施することで、幼少児の運動能力を高めています。
会員数	男性10名 女性1名
指導者名	伊藤 悠
ホームページ等	https://biima.co.jp/sports/school/kamisu/
連絡先	上記ホームページよりお問い合わせください。

太極拳 気楽々

活動日・場所	第1・第3水曜日 10:00～12:00 会議室
活動内容	健康と体力向上のため、坂本さん指導の下、簡化24式、剣32式、扇32式を練習します。年2回会員の親睦を深めるため、食事会も実施しています。
会員数	女性 10名
指導者名	坂本 栗花子
ホームページ等	
連絡先	公開しておりません。

Hula Hālau Hoaloha Hawai'i Ekolu

フラ ハーラウ ホアロハ ハワイ エコル

活動日・場所	月2回 13:15～14:45
活動内容	初心者から、基本動作を中心に細かく指導を受けています。市のイベント他、教室のイベント多数出演しています。
会員数	女性 4名
指導者名	荒川 則子
ホームページ等	https://maroon257498.studio.site/
連絡先	荒川 則子 090-3081-5780 メールアドレス hoaloha_hawaii7317@yahoo.co.jp

Te MANU RAU

テ マヌ ラウ

活動日・場所	毎週土曜日 17:00～18:00 多目的スタジオ
活動内容	タヒチアンダンス 初心者向け
会員数	女性 5名
指導者名	藤田 真紀子
ホームページ等	インスタグラム Te Manu Rau (@temanurau)
連絡先	藤田 真紀子 090-1801-0657

シャルウィ DSC

活動日・場所	毎週水曜日 10:00～12:00 多目的スタジオ
活動内容	JDSF公認・承認協議会選手A級 コロナ禍引退。技術向上と指導力向上、健康維持の為練習しています。お気軽に見学どうぞ!!
会員数	男性1名 女性4名
指導者名	末永 孝義
ホームページ等	
連絡先	末永 孝義 090-3523-2175

Hālau Hula O Kananipunahele

ハーラウ フラ オ カナニプナヘレ

活動日・場所	第1・3・4 火曜日 19:00～21:00 多目的スタジオ
活動内容	ハワイアンフラ レッスン
会員数	12名
指導者名	新野 裕子(Kananipunahele Yuko)
ホームページ等	HP: https://hula-kananipunahele.com/ Instagram: halau.hula.o.kananipunahele
連絡先	新野 裕子 (080-1033-0528)

プアレイ・ホークー・さとこ・フラ&ウクレレ・スタジオ

活動日・場所	日曜日 10:30~12:30 13:00~15:00 火曜日・水曜日 13:30~15:30 多目的スタジオ
活動内容	3才~80代が集うアットホームなフラダンス&ウクレレ教室です。本場ハワイのクムフラに師事し、“フラの魅力”を「プアレイ・さとこ」が丁寧にご指導させていただきます。年齢・性別を問わず、ハワイの好きな方！新しい趣味を始めたい方！ダンスや楽器が初めての方！癒しのハワイアンミュージックで、心身ともにリフレッシュしませんか？無料体験随時受付中！レンタルウクレレも有ります！手ぶらで気軽にお越しください。お問合せお待ちしております。
会員数	女性 15名
指導者名	恵子(さとこ)・プアレイホークー・マカヒキナ・多部田
ホームページ等	https://www.pualeihoku.com/blog/
連絡先	多部田 恵子 090-6518-4558 pualei@i.softbank.jp

日本舞踊教室 扇会

活動日・場所	はさき地域交流センター、うずもコミュニティセンター 古場 他	扇会 稽
活動内容	日本舞踊(古典・歌舞伎舞踊・新舞踊・創作舞踊)の教室です。個人指導がメインで、3歳から年配の方までお通いいただいています。1人1人のニーズやレベルに合うお稽古ができます。まずはお気軽にご連絡ください。	
会員数	男性2名、女性25名	
指導者名	西川 扇力巳、西川 扇巳人、西川扇力也	
ホームページ等	Instagram: ohgikai	
連絡先	大根 佳枝 080-1393-3457 0479-48-3678 kamusu.nishikawa@gmail.com	

ホアロハ・ウクレレサークル神栖

活動日・場所	第2・第4土曜日 14時～16時 会議室
活動内容	初心者中心のサークルで、荒川 則子 先生の指導の下、サークル内の交流と技術の向上に努めています。構成メンバーの年代は、50代以上の方がほとんどで、和気あいあいの中活動しています。今後の演奏発表の場所は、地域交流センターや高齢者施設を予定しております。新規会員は随時募集中です。初心者の方も大歓迎ですので、まずは見学にお越しください。
会員数	男性3名、女性12名
指導者名	荒川 則子
ホームページ等	https://maroon257498.studio.site/
連絡先	高木 典子 080-5515-8125

コール・ブルーム

活動日・場所	毎週金曜日 はさき地域交流センター・矢田部公民館・若松公民館
活動内容	コーラス練習
会員数	女性12名
指導者名	牧野 真弓
ホームページ等	
連絡先	公開しておりません

二胡リーナ神栖48

活動日・場所	毎週火曜日 10時～12時
活動内容	ギターと二胡とオカリナとジャンベのサークルです。楽器演奏を通してボランティア活動をしています。演奏したときに聞いてくれる方の笑顔が活動の原点になっています。異国楽器が奏でるメロディーをぜひみなさん聞いて下さい。
会員数	男性2名 女性4名
指導者名	
ホームページ等	
連絡先	公開しておりません

フリースクール「ナナコトヤオキ」

活動日・場所	火・木 東庄町旧石出小学校内 地域交流センターでも活動しています。	はさき
活動内容	「体験」からこどもたちの「じりつ」を考えたフリースクールです。	
会員数	男性2名、女性5名	
指導者名		
ホームページ等	https://www.nanakotoyaoki.com/	
連絡先	080-2301-5098 nanakotoyaoki@gmail.com	