人大同窓会クラブ活動のご案内

2016年6月から始まった同窓会クラブ活動も8年目を迎えます。趣味を楽しみ乍ら、学科や年齢を超えた新しい出会いに参加してみませんか？
興味のあるクラブがありましたら、一度見学してみてはいかがでしょうか？

クラブ紹介

入部は同窓会HP申込書記入しクラブ活動事務局へ提出又は各クラブ担当者まで連絡してください。

①健康フラダンスの会（ハイビスカス）

フラダンスを女性だけのものと思っていませんか？
年齢・性別を問わず楽しめるのがフラダンスです。
身体の横の動きが基本なので体幹が鍛えられます。
基礎のステップやハワイ語での合図の確認などから無理なく学べます。
ハワイの風を感じながら頭と体をリフレッシュしましょう。

・方式：月２回程度（不定期）　講師：染谷紀子（子１０）
・会費：月1,０００円（教材費）　Tシャツ・スカート持参
・場所：一之江コミュニティ会館

②花と語ろう！　いけばなの会

四季折々の花を使い、自分の心を表現してみませんか？
いけばなが初めての方も、経験のある方も楽しくお稽古をしております。
お花の好きな方でしたらどなたでも大歓迎です！
まずは体験に遊びにいらして下さい！男性会員大歓迎です！

・方式：月１回（第2又は第4土曜日）
・講師：佐々木紀子（介１０　草月流師範）
・費用：１回 2,０００円（花材代込み）
・場所：鹿骨区民館

③パソコン個別相談会（「復習と個別相談会」と同時開催）

パソコンやスマホの勉強だけでなく、これからのネット社会を生き抜く知恵をご一緒に考えていきましょう。　在校生・卒業生などへのパソコンサポートの会主催の復習と個別相談会を通して知りたいこと・お困りごとを解決しています。

・方式：月１回開催
・主催：パソコンサポートの会
・マネージャー：品田正子(国１)
・費用：なし
・参加：2020年11月よりzoomでの完全オンライン形式

④芸術鑑賞（美術館・コンサート）とランチの会：美音楽（びおら）倶楽部

美術展やコンサートってついつい見逃してしまいがち。
同じ趣味の仲間と出かければ、見終わった後のおしゃべりも楽しいものです。
時々周辺のまち歩きもご案内、お花見など芸術以外の楽しみもあります。

・方式：活動日は不定期（決まり次第マネージャーから連絡、出欠確認します）
・講師：松村勝之（国５）
・マネージャー：大塚恭子（まち８期）090-8852-1335
・条件：倶楽部に入会登録
・費用：交通費・入場料・ランチ等実費

⑤基礎からの社交ダンスの会：　粋踊会（すいようかい）

今年の６月に6周年を迎える粋踊会はワルツ、タンゴ、スローのスタンダード種目、ルンバ、チャチャチャ、サンバのラテン種目をやさしいステップからピクチャーポーズまで、学びながら楽しく踊る、和気あいあいの社交ダンスサークルです。
「姿勢よく、笑顔で楽しく」をモットーとし学び、ダンスを通して一緒に健康寿命を伸ばしましょう。

・日時：毎週水曜日１４時から１６時（１３:３０ドアオープン）
・場所：原則　グリーンパレス　４Fホール
　　東部区民ホール、東部フレンドホール健康スタジオ等
・会費：参加毎に１００円徴収
・講師：山口泰弘（国４期）・川瀬孝弘（国際10期）
・参加希望の方は下記に連絡ください。
・世話役：高津和子(介3期)090-1050-1037

⑥エンジョイ！　ボウリングクラブ

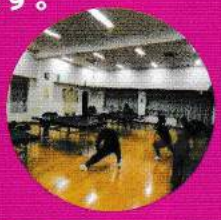
楽しみながらボウリングで健康増進しましょう。ストライクを出してストレス解消！学科・年齢を超え楽しい時間を過ごしましょう。終わった後のビールも最高！初心者大歓迎！

・方式：年３回～４回程度「親睦ボウリング大会」開催
　　（要申し込み、事前にチラシにてお知らせします）
・練習：毎月２０日に希望者のみ（２０日が土・日・祝日の場合は翌日。
　　（申し込み不要、直接会場へ）
・連絡先：高橋勝己(国5期)090-5815-6550・前田直義(国9期)080-1198-1590
　　山本章(まち13期)080-5054-9931
・会費：参加費１００円・ゲーム代・靴代等実費
・場所：江戸川ヤングボウル他等

⑦いい汗かこう！　卓球部

人気の卓球！見た目より運動量が多いのが卓球、有酸素運動でいい汗かけばダイエットにも効果あり！
いい汗かいて健康増進しましょう！初心者大歓迎です。

- 場　所　東部区民館
- 活動日　月2回　（第1、第3火曜日に約2時間程度活動）
- 参加費　1回100円
- コーチ　後藤　文夫（まち4）
- 問い合わせ：前田（国９）／宮島（まち２）まで。
  ※室内用卓球シューズは必ず持参ください。
- ラケットは貸し出しがあります。

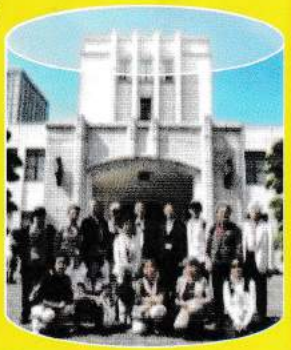


⑧社会探訪クラブ：略称「シャカタン」

社会見学・交流を目的としたクラブです。興味はあっても個人では見学・訪問しにくい場所へ、気楽な同窓会仲間と出かけませんか？新しい発見や出会いがあるかもしれませんよ。

2019年3月発足以来「JAXA調布・神代植物公園」「防衛省市ヶ谷」「警視庁桜田門」「地下　放水路」「飛鳥山公園-渋沢栄一史料館」「成田航空科学博物館～佐倉チューリップ畑」「JAXA証券取引所」「ヤマト運輸・森永製菓・三菱重工」各公共施設・工場の見学・周辺散策を皆さんで楽しんでいます。
正部員11名、準部員25名で延べ200名以上が参加しています。

- 探訪先：適宜決定（2～3ヶ月1回程度）
- マネージャー：山口泰弘（国10）
- 会費：実費を自己負担



⑨江戸落語愛好会（愉しむ落語）

人生が笑って豊かになる、気軽にいろんな楽しみ方が落語の魅力です。
「落語ブーム」の再来？ライブの醍醐味は耳だけでなく目でも楽しめます。
下町寄席の原点、希望者でディープな飲食店での打ち上げも楽しんじゃいます。
お腹の底から皆で一緒に笑いに寄席に行きませんか！

- 方式：月1回(都度連絡)
- 場所：都度連絡(原則は亀戸梅屋敷寄席)
- 会費：実費
- 講師：磯部順三(まち13)
- マネージャー：山本章(まち13)

⑩楽器を楽しむ会（楽々倶楽部）

ギターやウクレレが弾きたい、弾けたらカッコいいな～と思っている楽器演奏初心者のシニアが集まって、この道50年アマチュアバンドで活動してきた楽器と歌の達人からフォークギターやウクレレ演奏を教わり、皆でガヤガヤとひと時を楽しんじゃってる会です。

・方式：月２回（第１＆第３水曜日１４：００～１６：００）
・講師：飯塚精一（国１３）／マネージャー：宇田川信雄（国１３）
・会費：１回 1,０００円（楽器は持参）
・場所：喫茶みちくさ（小松川警察所　東隣）

⑪サイクリング倶楽部

自転車が好きな方・今から乗れるようになりたい方、どなたでもOK! 歓迎します。
交通ルールを守り、寄り道しながら探索や食事など楽しみます。
自宅周辺から途中参加・好きな場所で帰宅も自由です。自転車が無くても問題ありません。
（区のレンタサイクルあります。１日２００円。区内１１ヶ所どこでも返却自由です）

・方式：毎月第３火曜日
・部長：大場千恵子（まち１３）
・マネージャー：松本政子（子１３）

北野 大 学長から

大切なこと

健康寿命を延ばすためには
適切な食事、適切な運動
そして生き甲斐を持つことです。

人生大学同窓会のクラブ活動で、
生き甲斐を捜しませんか！