

# 利用団体からのお知らせ

11月

## 《案内の見方》

- ①日時・場所 ②参加条件・費用・持ち物  
③予約方法・問い合わせ先

※10月15日時点の情報を掲載しております。  
内容は変更になる場合がありますので、事前に問い合わせ先にご確認ください。

## アトリエ+ Vol.15 (アトリエ+)

- ①11/2(水) 10:00~13:00 (予定)  
多目的スペースA  
②ワークショップ「キノコでX'mas オーナメントを作ろう!」粘土でキノコ作りと色づけ  
¥1000~ 5名程度募集  
★作家のアトリエをちょっと公開するほかにはない  
ハンドメイドな逸品と出逢えるショップ。ジャンル  
多様。ワークショップ有。  
③Mail: [atorieplus@yahoo.co.jp](mailto:atorieplus@yahoo.co.jp)

## ラフター(笑い)ヨガ健康会 (ラフターヨガ・健康サークル柏)

- ①11/3(木・祝) 12:00~15:00  
ミーティングルームC  
②自由参加制(事前申込不要)  
参加費¥200 水分補給用飲み物持参  
★インド発、今日本で話題のラフター(笑い)ヨガの  
公開体験会です。笑いを愉快的な運動にする、自己啓  
発のサークルです。  
③会主宰/米国認定ラフターヨガティーチャー  
永田 清  
Tel: 04-7173-6746  
Mail: [kiyoshinagata3@hotmail.com](mailto:kiyoshinagata3@hotmail.com)

## 夢を叶えるワクワクお茶会(武田義信)

- ①11/3(木・祝) 12:30~15:00  
ミーティングルームF  
11/13(日) 12:30~15:00  
ミーティングルームG  
②10名程度  
ご自身の飲み物食べ物をお持ちください  
(おすそ分けも大歓迎)  
★なかなか一歩を踏み出せないけど「らしい」人生を  
歩みたいと思っている方。まずは気軽に思いを話し  
に来ませんか。お弁当食べるついでにおいで下さい。  
③ジレンマ解消コーチ タケダヨシノブ  
Tel: 080-2247-5030  
Mail: [yt8s64t@ytoffice.net](mailto:yt8s64t@ytoffice.net)

## おとなの絵本(ライフストーリー)創り講座 (武田義信)

- ①11/3(木・祝) 15:30~18:00  
ミーティングルームF  
11/13(日) 15:30~18:00/18:30~21:00  
ミーティングルームG  
②10名程度(お子さんと一緒でもOKです)  
費用: 3000円(ビジュアルブック等一式込)  
★ビジュアルブックとシールで絵本を創って、あなた  
の中にあるライフストーリーを引き出してみませ  
んか。  
③タケダヨシノブ  
Tel: 080-2247-5030  
Mail: [yt8s64@ytoffice.net](mailto:yt8s64@ytoffice.net)



## 議員交流会 (NPO 法人 ドットジェイピー)

①11/5(土) 12:30~16:00 オープンスペース

②対象：高校生、大学生 (議員応相談)

参加費無料

筆記用具を持参

★議員さんを囲んで楽しくお話しませんか? 「政治」や「議員」へのイメージが変わるかも? お気軽にどうぞ! (時間は多少前後する恐れがあります)

③Mail : [chiba@dot-jp.or.jp](mailto:chiba@dot-jp.or.jp)

## 児童中国語入門 (朗々書屋 (陳李敏))

①毎週土曜日 (5日、12日、19日、26日)

15:00~18:00

5日、12日：ミーティングルームA

19日、26日：ミーティングルームB

②中国文化・言語に興味のある方

持ち物：筆記用具

★中国語入門及び中国文化紹介、漢詩入門などの活動を行う団体です。

③Tel : 080-3521-0323 (陳李敏)

## アシュタンガヨガ・ハーフプライマリークラス (シホヨガ)

①11/7、11/14、11/28 (毎週月曜)

19:30~20:45

11/6、11/20、11/27 (毎週日曜)

15:30~16:45

多目的スペースB

(11/6はミーティングルームE)

②定員 15名、初回のみ前日までに予約

費用：1700円 (回数券制)

持ち物：ヨガマット、ウェア、タオル

★呼吸と動作をダイナミックに連動させるヴィンヤサヨガ。疲労回復、筋力UP、ストレス解消、柔軟性UP! (月3~4回)

運動量のあるヨガクラスです。ヨガ初心者の方でもご参加いただけます!

③Tel : 080-1152-7512

Mail : [shiho.yoga.koi@gmail.com](mailto:shiho.yoga.koi@gmail.com)

## ベーシック・ヨガ (シホヨガ)

①11/7、11/14、11/28 (毎週月曜) 18:15~19:15

多目的スペースB

②定員 15名、初回のみ前日までに予約

費用：1000円

持ち物：ヨガマット、ウェア、タオル

★初心者の方、運動不足の方、ヨガを深めたい方、基本のポーズとヨガの呼吸をじっくり行い全身をくまなくほぐし鍛えます。

(ヨガマットレンタル¥300有 要事前予約)

③Tel : 080-1152-7512

Mail : [shiho.yoga.koi@gmail.com](mailto:shiho.yoga.koi@gmail.com)

## 60歳以上の簡単健康3B体操

### (大人のやさしい脳トレ・健康3B体操)

①11/9(水)、11/16(水) 13:00~14:30

多目的スペースB

②対象：60歳以上の女性

持ち物：動きやすい服、シューズ

★音楽に合わせて、身体を動かし、脳トレにもなります。初心者大歓迎。楽しみながら、ロコモ対策もできます。

③電話予約

Tel : 080-3093-1655 (永田)

## 金子みすゞ詩朗読サロン

### (金子みすゞ詩朗読コーチング会)

①11/13(日) 12:00~15:00

11/19(土) 12:00~15:00

ミーティングルームC

②自由参加制 (事前申込不要)

参加費無料

水分補給用の飲み物持参

★発声訓練から始め、みすゞ詩が全員で楽しく朗詠、輪読、独唱もできるよう指導します。愉快的な“声出し”運動で気分爽快へ!

③会主宰/朗読コーチ 永田 清

Tel:04-7173-6746

Mail : [kiyoshinagata3@hotmail.com](mailto:kiyoshinagata3@hotmail.com)

## 柏文化財ゼミナール

①11/14(月) 13:00~15:00

ミーティングルーム AB

11/30(水) 15:00~18:00

ミーティングルーム BC

②原則、柏市在住の60歳以上の方

持ち物：筆記用具

★歴史・文学などに親しむ生涯学習サークルです。体験受講(無料)をおすすめします。資料を用意しますので事前にご連絡を。

講義：22回 現地見学：2回

入会金：1000円 月謝：1000円

③Tel：090-4962-2258 (吉川)

Mail：[y-tomy@jcom.home.ne.jp](mailto:y-tomy@jcom.home.ne.jp)

## 講演会 宮沢賢治・ことばの泉を訪ねて

### (かしわ宮沢賢治の会)

①11/15(火) 10:00~12:00

ミーティングルーム ABC

②60名予約受付(前日までに電話連絡)

イベント参加費：500円

★賢治童話の世界から、親と子、家族のあり方を考えてみませんか？童話『いちょうの実』を読み味わいましょう。

③Tel：090-5339-7525 (大渡 英子)

## 絵手紙を楽しむ(絵手紙柏会)

①11/17(木) 12:00~15:00

ミーティングルームC(変更のこともあり)

②明るい方 5~6名

参加費 1500円

体験は手ぶら可(要連絡)

★日々の暮らしの中から画材や言葉を見つけて絵手紙を書いている楽しい仲間です。11月は年賀状を予定しています。

③Tel：03-3879-1971 (三野)

## 社交ダンスレッスン&踊ろう会(ルフィナ。)

①11/21(月) 18:20~20:50 多目的スペースB

②多少踊れる方 20名

1回 1000円+場所代

持ち物：ダンスシューズ

★ラテン講習 18:20~19:50(サンバ)

フリーダンス 19:50~20:50

社交ダンスで脳や体を活性化させましょう!

③高野 真実

Tel：090-8804-7932

## フラダンス(ワイウルグループ)

①毎週水曜日 多目的スペースB

②動きやすい服装でお越しください

★ハワイアンソングに合わせて、ゆっくり体を動かします。初めての方でもどうぞ。一緒にエンジョイしましょう。

③Tel：090-5191-9763 (横田)

## コーラスメンバー募集(柏市民合唱団)

①毎週金曜日 19:00~21:00

多目的スペースB

②楽しく参加できる方

月会費：10代：1000円、20代：2000円、30代：3000円、40代以上：4000円

★歌うのが初めての方から上級者まで、日本の歌から世界の歌まで、レベルに合わせてわかりやすく丁寧に練習しています。

③柏市民合唱団ホームページ【お問い合わせ】より

Mail：[kashiwacivilchorus@gmail.com](mailto:kashiwacivilchorus@gmail.com)

