

まちづくり推進センター 活用ガイドブック



～講座や教室の受講、気の合う仲間との趣味や健康づくりなどのサークル活動に～

鳥栖市 市民環境部市民協働課
教育委員会事務局生涯学習課

TEL0942-85-3576
TEL0942-85-3694

○まちづくり推進センターとは

地域の交流促進と特色を生かしたまちづくりの活動拠点となることを目的とした施設で、鳥栖市内には8つのセンターと2つの分館があります。

年間を通して、パソコン教室や一般教養などの講座が行われており、趣味のサークル活動などにも利用されています。

地域の皆さんが集い、学び、交流する場として気軽にご利用ください。

※まちづくり推進センターは次の目的のために使用する場合は利用できません。

- ・公の秩序又は風紀を乱すおそれがあるとき
- ・建物又は附属設備を破損するおそれがあるとき
- ・暴力排除の趣旨に反するとき
- ・主として営利を目的として利用するおそれがあるとき
- ・その他、センターの管理運営に支障があるとき

○開館時間及び休館日

- ・開館時間 午前9時から午後10時までです。
- ・休館日 国民の休日及び12月29日から1月3日までです。
但し、事前申し込みによる利用予定のない日曜日及び平日17時以降は閉館します。

○利用申込

- ・使用日の5日前までに各まちづくり推進センターに利用料を添えて申し込んでください。
- ・受付時間は、月曜日から土曜日までの午前9時から午後5時までです。
- ・最大2か月前から受付ができます。

○まちづくり推進センター使用料

単位：円

区 分	使 用 料（1時間当たり）
集会場及び大広場 （2室以上を一体的に使用するときを含む。）	460円
調理実習室	260円
その他諸室	160円

まちづくり推進センター名	周辺図
<p>① 鳥栖まちづくり推進センター 今泉町 2 1 7 2 - 2 (南部団地南側) TEL 8 3 - 1 6 8 6 Fax 5 5 - 3 5 2 0</p> <hr/> <p>鳥栖まちづくり推進センター分館 真木町 2 1 1 2 (南部団地西側) TEL 8 3 - 0 0 2 4</p>	
<p>② 鳥栖北まちづくり推進センター 古野町 1 7 6 - 3 (八坂神社西側) TEL 8 5 - 3 6 3 1 Fax 5 5 - 4 8 0 6</p>	
<p>③ 田代まちづくり推進センター 田代大官町 1 9 5 8 (田代小グラウンド北側) TEL 8 2 - 2 7 0 4 Fax 5 5 - 4 3 0 1</p>	
<p>④ 弥生が丘まちづくり推進センター 弥生が丘 2 丁目 1 4 6 - 3 (やよいがおか鹿毛病院南側) TEL 5 5 - 8 6 3 3 Fax 5 5 - 3 7 1 4</p>	

まちづくり推進センター名	周辺図
<p>⑤ 若葉まちづくり推進センター 萱方町116-2 (浅井団地東側) TEL 84-6122 Fax 55-3068</p>	
<p>⑥ 基里まちづくり推進センター 曾根崎町1362 (基里グラウンド北側) TEL 82-3324 Fax 55-5350</p> <p>基里まちづくり推進センター分館 原町831 (白鳩保育園北側) TEL 82-6347</p>	
<p>⑦ 麓まちづくり推進センター 山浦町1788-1 (麓郵便局北側) TEL 82-2080 Fax 55-1211</p>	
<p>⑧ 旭まちづくり推進センター 儀徳町3155-2 (儀徳グラウンド北側) TEL 82-2603 Fax 55-8774</p>	

鳥栖まちづくり推進センター

主 催 事 業

教養講座【いきいき講座】				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
5月15日 (水)	10:00 ~ 11:30	認知症について学ぼう	齊藤内科医院理事 長 齋藤 博之	
6月19日 (水)	10:00 ~ 11:30	出前講座「環境について」(仮)		
7月17日 (水)	10:00 ~ 11:30	未定		
8月21日 (水)	10:00 ~ 11:30	未定		
9月18日 (水)	10:00 ~ 11:30	障害年金について(仮)		
10月16日 (水)	10:00 ~ 11:30	藤木町の獅子舞(仮)	藤木町の皆さん	
11月20日 (水)	10:00 ~ 11:30	人権問題とアウトリーチ	生涯学習課・文化 会館	
12月18日 (水)	10:00 ~ 11:30	笑いリンパ	笑いリンパインス トラクター 松田 千枝	
2月19日 (水)	10:00 ~ 11:30	ヤクルト健康講座「毎日骨骨(コツコツ)教室」	佐賀県ヤクルト販 売(株)	

みんなのスポーツ				
講座・教室名	実施予定日	時 間	講 師	備 考
新緑の杓子ヶ峰登山	4月2日 (火)	8:50 ~ 12:00	森 和博	
ミニテニス	5月21日 6月18日 (火)	13:00 ~ 14:30	森 和博	
自分を労わるストレッチ(仮)	7月	10:00 ~ 11:00	今村 玲奈	
ラージボール卓球(仮)	8月	13:00 ~ 15:00	鳥栖地区スポーツ 協会	
心ととのうチェアヨガ	10月29日 (火)	13:30 ~ 14:45	川見 春子	
アロマヨガ～香りでリラックス～	11月26日 (火)	13:30 ~ 15:00	川見 春子	
バタンク(仮)	12月	13:00 ~ 15:00	鳥栖地区スポーツ 協会	
気功	2月25日(火) 3月10日(月)	13:30 ~ 15:00	馬場 奈保子	
趣味のじかん				
講座・教室名	実施予定日	時 間	講 師	備 考
初夏の寄せ植え	5月30日	13:30 ~ 15:00	グリーンファーム 山浦	
音楽の子カラ「山崎賢一LIVE」	6月8日	15:00 ~ 16:00	山崎 賢一	
糸かけアート(仮)	7月・12月	～	中村 ツトミ	
押し花(仮)	未定	～		
しめ飾りづくり(仮)	12月	～	堀江 治子	
サガンユニでエコバックを作ろう(仮)	未定	～	サガン・ドリーム ス	
その他の講座・教室				
講座・教室名	実施予定日	時 間	講 師	備 考
うたって健康!	第2・4 (月)	10:00 ~ 11:30	相葉 園美	
ちょっとニッチな大人な講座 「ワインを楽しむ」(仮)	未定	～	松雪 日出夫	
認知症予防講座「滑舌講座」(仮)	未定	～	古賀 邦子	

パソコン教室				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
6月11日	13:00~16:00	初級Word講座	藤田 文彦	自分で文書を作り 印刷しよう!!
6月12日				
7月9日				
7月10日				
8月6日				
8月7日				
9月10日		初級Excel講座		簡単な関数とグラフ をマスターしよう!!
9月11日				
10月8日				
10月9日				
11月12日				
11月13日	13:30~15:30	スマホ講座	シニア情報 アドバイザー 佐賀	初級講座
12月16日				
12月17日				
12月18日				
12月19日				
放課後子ども教室【鳥栖わくわく教室】				
教室名	内容	主な活動日	時間	備考
川柳教室	言葉遊びと閃きを楽しみます。	年15回 (水)	15:30 ~ 16:30	2~6年生対象
英語教室	楽しみながら英語にふれます。	年9回 (土)	11:00 ~ 12:00	2~5年生対象
キッズダンス教室	体を動かす楽しさを学びます。	年15回 (土)	10:00 ~ 11:30	
みんなで歌おうララ♪楽園	歌や楽器で自分を表現します。	年15回 (水)	15:30 ~ 16:30	
フラダンス教室	楽しくフラダンスを踊ります。	年16回 (土)	10:00 ~ 12:00	
かわいい手しごと教室	裁縫の基礎を学びます。	年8回 (土)	13:30 ~ 15:00	3~6年生対象
いけばな教室	植物を大切に作る心を育みます。	年8回 (土)	10:00 ~ 11:30	2~6年生対象
茶道教室	和の心を学びます。	年12回 (土)	13:30 ~ 15:00	2~6年生対象
夏休み学習教室	学習する意欲を持たせます。	夏季休暇中	~	
チャレンジ教室	やりたい!の好奇心を満たす。	夏季休暇等	~	

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内容	主な活動日	時間	備考
健康	ブルームフラ・マカロン	フラダンス練習	月2回 (水)	19:30 ~ 21:30	
	ブルームフラ・イチゴショート	キッズフラダンス練習	月2回 (土)	16:30 ~ 18:30	幼児~小学生
	健美操	様々な呼吸法を行い、経路を促す体操で体の中から元気になる体操	毎週 (水)	10:00 ~ 12:00	
	レインボーとす	リズムダンス	毎週 (土)	13:00 ~ 15:00	
	JDカンパニー	キッズジャズダンス	毎週 (土)	16:00 ~ 19:00	3才~小6
	正道会館 佐賀納江道場	空手の稽古	毎週 (火) (木)	19:00 ~ 21:00	女性、子ども
	鳥栖市太極拳協会 梁井クラブ	太極拳	毎週 (月)	20:00 ~ 22:00	
	ニコニコヨガ	ヨガ	月2~4回 (金)	13:15 ~ 15:15	
	フィッ鳥栖(ヨガ中級)	中級レベルのヨガレッスン	毎週 (火)	10:00 ~ 12:00	
	ラベンダー	卓球練習	毎週 (月)	14:00 ~ 16:00	
	フラサロンレファ	フラダンス練習	第2・3・4 (水)	13:00 ~ 14:00	
	フィッ鳥栖(ヨガ初級)	初級レベルのヨガレッスン	毎週 (水)	10:00 ~ 12:00	場所：分館
	生命の貯蔵体操	丹田呼吸を基本とした東洋体操	毎週 (月)	13:30 ~ 15:30	場所：分館
	生命の貯蔵体操(かめの会)	丹田呼吸を基本とした東洋体操	毎週 (水)	9:30 ~ 11:30	場所：分館
	スタジオリウレア	フラダンス練習	第2・4 (水)	13:00 ~ 15:00	場所：分館
芸術・趣味	今泉たんぽぽ教室	大正琴練習	第1・3 (月)	10:00 ~ 12:00	
	あみもの教室	セーターや小物等の作成	毎週 (木)	10:00 ~ 16:00	
	さくら	手芸、小物づくり	第2・4 (土)	13:00 ~ 15:00	
	すすめの会	健康麻雀	毎週 (金)	13:00 ~ 17:00	
	岡田香真流大正琴	大正琴練習	第1・3 (月)	13:30 ~ 15:30	
	鳥栖心の歌を歌う会	童謡・唱歌・抒情歌・懐かしのメロディーなどを歌います	第1 (火)	9:30 ~ 11:30	
	鳥栖ハーモニカあじさい会	童謡・唱歌・抒情歌・懐かしのメロディーなどのハーモニカ練習	第2 (木)	9:30 ~ 11:30	
	鳥栖そば打ち隊	そば打ちで地域ボランティアを行うための定期練習	第2・4 (火)	9:00 ~ 13:00	
	沖縄三線 島思いの会	沖縄唄 沖縄三線	第1~4 (火)	18:00 ~ 21:00	
	鳥栖手芸クラブ	クラフトテープで作品作り	第1・3 (火)	10:00 ~ 12:00	場所：分館
	パッチワーク コスモス	パッチワーク	第1・3 (土)	13:00 ~ 15:00	場所：分館
	パッチワーク あんず	パッチワーク	第1・3 (金)	13:00 ~ 15:00	場所：分館
	パッチワーク ハナミズキ	パッチワーク	第1・3 (月)	10:00 ~ 12:00	場所：分館
	ECCM英語教室	英語基礎を学びます	第2・4 (火)	10:00 ~ 12:00	場所：分館
	笑手紙サークルフレンズ	絵手紙作成を楽しみます	第1 (木)	10:00 ~ 12:00	場所：分館
その他	パセトス	育児中のお母さんの集まり	第3 (土)	14:00 ~ 17:00	

※各サークル活動の詳細については、鳥栖まちづくり推進センター(Tel.83-1686)にお問い合わせください。

鳥栖北まちづくり推進センター

主 催 事 業

教養講座【一般向け講座】				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
5月～11月	10:00 ～ 12:00	出前さすな塾「寄せ植え教室」	グリーンファーム 山浦	北地区区内各公民館で開催
4月22日 (月)	10:00 ～ 12:00	座って出来る健康体操	坂井 美佐子	
5月～11月 (月)	13:30 ～ 15:00	初めての気功教室	馬場 奈保子	全12回
5月31日 (金)	10:00 ～ 13:00	カステラ作り教室	松雪 泰子	材料費が必要
6月6日 9月5日 10月3日 (木)	9:30 ～ 14:00	そば打ち体験教室	鳥栖そば打ち隊	材料費が必要
6月14日 (金)	10:00 ～ 12:00	季節の押し花教室	原田 静子	材料費が必要
6月21日 (金)	10:00 ～ 12:00	講話と寺ヨガ	木村 映之 松尾 琴子	本照寺(本町)で開催
6月24日 (月)	10:00 ～ 11:30	パン作り教室	松田 陽恵	材料費が必要
6月29日(土) 10月25日(金)	13:30 ～ 15:30	音楽は心と心を結ぶ虹	山下 正剛	
7月5日 7月12日 (金) 7月26日	10:00 ～ 12:00	ゆったり太極拳教室	山田 啓子	
8月2日 (金)	10:00 ～ 12:00	歌って健康	相葉 園美	
8月29日 9月12日 (木) 9月26日	13:30 ～ 15:00	ヨガ教室	関 なぎさ	
9月6日 (金)	10:00 ～ 12:00	健康に関する講話	齋藤 博之	
9月9日 (月)	10:00 ～ 12:00	初秋の写経体験教室	石橋 亨見	材料費が必要
9月27日 (金)	13:30 ～ 15:30	島唄コンサート	鳴響(とうゆむ)	
10月28日(月) 11月20日(水)	10:00 ～ 12:00	ノルディックウォーキング	富田浩一郎・順子	ポールレンタルあり
11月7日 (木)	10:00 ～ 12:00	ドライフラワー教室	栗山 紗智子	材料費が必要
11月22日 (金)	10:00 ～ 12:00	チーズケーキ作り教室	松雪 泰子	材料費が必要
12月2日 (月)	10:00 ～ 13:00	味噌作り教室	松田 陽恵	材料費が必要
12月17日 (火)	10:00 ～ 12:00	しめ縄作り教室	倉地 成美	材料費が必要
12月20日 (金)	10:00 ～ 12:00	歌って楽しい	水頭 順子	

パソコン教室				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
5月13～15日	10:00 ～ 12:00	スマートフォン教室(初級編)	SIA佐賀	テキスト代が必要
6月10～12日	10:00 ～ 12:00	スマートフォン教室(LINE編)	SIA佐賀	テキスト代が必要
7月1～3日	10:00 ～ 12:00	スマートフォン教室(キャッシュレス決済編)	SIA佐賀	テキスト代が必要
7月22日 (月)	10:00 ～ 15:30	パソコン・スマホワンポイント相談会	SIA佐賀	

放課後子ども教室【 北っ子のびのびひろば 】				
教室名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
将棋教室	基礎から学びます	第1・3 (水)	15:00 ~ 16:30	1年生～6年生
英会話教室	外国文化に触れながら楽しく英語を身につけます	第2・4 (土)	9:30 ~ 10:30	1年生～4年生
そろばん教室(進級クラス)	経験者のステップアップクラスです	第1・2・3 (土)	9:30 ~ 10:15	4年生～6年生
そろばん教室(基礎クラス)	基礎から学び、計算力・暗算力を高めます	第1・2・3 (土)	10:30 ~ 11:15	2年生～6年生
書き方教室(1～2年生)	先生のお手本を見ながら、丁寧に字をきれいに書くコツを学びます	第3 (土)	13:30 ~ 14:30	1・2年生
書き方教室(3～6年生)			14:30 ~ 15:30	3年生～6年生
レッツダンス教室	音楽に合わせて表現力・リズム感・協調性を養います	第1 (土)	10:00 ~ 11:30	1年生～6年生
生け花教室	お花に触れて心に余裕と優しさをもちます	第3 (土)	9:30 ~ 11:00	3年生～6年生 花材費800円/回
囲碁教室	基礎から学びます	第2 (土)	10:00 ~ 11:30	1年生～6年生
茶道教室	茶道を通して日本の文化や作法を学びます	第1・3 (土)	9:30 ~ 11:00	1年生～6年生 お菓子代100円/回



サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	いのち 生命の貯蓄体操	いつからでも始められる、 丹田呼吸法と共に行う体操	毎週(月)(火)(木)	9:00 ~ 12:00	
	すみれリズムダンスクラブ	健康作り、お友達作り、い ろんなジャンルの音楽で楽 しいダンスを！	毎週 (月)	9:30 ~ 11:30	
	ヒップホップダンス	ヒップホップダンスの基本 的な動きから、ゆっくり教 えます	毎週 (月)	17:00 ~ 19:00	
	R・なでしこ運動部	腰、膝関節、肩関節を柔軟 にする為のマッサージ運動	毎週 (火)	13:30 ~ 15:30	
	マミ体操	健康づくり、体操	毎週 (火)	20:00 ~ 22:00	
	社交ダンスF	社交ダンスの練習	第1・2・3 (火)	15:00 ~ 17:00	
	スマイルヨガの会	運動が苦手な方も身体が硬 い方も大丈夫！自分にあっ た身体の使い方	第1・3 (火)	10:00 ~ 12:00	
	花みずき	健康の為(リズムダンス)	毎週 (水)	10:00 ~ 12:00	
	鳥栖子アダンス	初心者大歓迎！チアダンス の練習	毎週 (水)	16:30 ~ 18:30	
	フィット鳥栖 スポーツウェルネス 吹き矢	スポーツウェルネス吹き矢	毎週 (木)	9:00 ~ 12:00	
	しんび 真美健康体操	ストレッチ、ダンス、筋力 アップ、手具(お手玉、セラ バンド)体操	第3 (土)	10:30 ~ 11:30	
	キッズ真美健康体操	ストレッチ・ダンス、筋力 アップ	第3 (土)	9:30 ~ 10:30	
	3B体操	高齢者の方でもできる楽し い体操	不定期 (土)	13:00 ~ 15:00	
	鳥栖にわか振興会	一口にわか・寸劇の稽古・ 手品の練習等。年中無休で 会員募集中	不定期	13:30 ~ 16:30	
日本ヨーガニクタン	ヨーガのインストラクター を目指す方向けの講座	不定期	9:00 ~ 16:00		

芸術・趣味	さんしん 三線デイゴ	沖縄の伝統楽器三線。独特で素朴な音色は誰の心も癒します	毎週(月)、第2・4 (火)	19:00 ~ 21:00	
	三味線教室 <small>ひでまさのりかい</small> 秀政紀会	お三味線の練習	第1・2・3 (月)	10:00 ~ 12:00	
	鳥栖美術協会	絵画教室	第1・3 (月)	13:00 ~ 15:00	
	鳥栖長生きそば打ち会	そば打ち	第3 (月)	9:00 ~ 13:00	
	美しき日本の歌の会	健康作り、友達作り、若作り、楽しい老活の為、一緒に歌いましょう	第1(金)・第4 (月)	13:30 ~ 15:30	
	小林書道教室	書道	毎週 (火)	14:00 ~ 16:00	
	着物リフォーム	着物・帯などで好きな洋服・小物などに作り替えて楽しむ	第1・2・3 (水)	9:00 ~ 12:00	
	鳥栖市民合唱団	混声合唱(クラシック、ポピュラー、陶山聰作品その他)の練習	毎週 (水)	19:30 ~ 21:30	
	鳥栖北歌の会	歌は「心の栄養素」 発音、発声をして歌謡曲が歌えるようになる	第2・4 (水) 第1・3 (木)	12:00 ~ 18:00 9:00 ~ 16:00	
	女性合唱団アンソロジー	合唱の練習	第1・3 (木)	13:00 ~ 15:00	
	樹脂粘土工芸花実アート <small>はなみ</small>	樹脂粘土で季節の草花を手作り	第4 (木)	10:00 ~ 16:00	
	マーシャンサークル	マーシャン研修。経験者の方、いつでも見学OK	毎週 (金)	13:00 ~ 17:00	
	がくせいぎんどう せいほうかい 岳聖吟道 聖鳳会	伝統芸能継承、触和、楽しく健康づくり	第1・3 (金)	9:30 ~ 11:30	
	ハーモニカ教室(やよい・とす)	自己研鑽・ボランティア活動	第2・4 (金)	14:00 ~ 16:00	
	さが県民「第九」鳥栖会場	さが県民「第九」公演に参加するための合唱の練習	10月~12月 (金)	19:30 ~ 21:30	
	鳥栖篆書篆刻研究会	実技研修	第4(5) (土)	12:30 ~ 16:30	
	MODOKI	合唱	不定期 (土) (日)	14:00 ~ 22:00 9:00 ~ 17:00	
久留米鳥栖地区ボードゲーム会	色々なゲームで楽しく交流ができる場所。気軽にどうぞ	月に1回 (日)	9:00 ~ 20:00		
鳥栖かるた練習会	競技かるたの練習。小学生から大人まで参加。見学や体験も受付中	不定期開催	お問合せ tosukaruta@gmail.com		
その他	中国語講座	中国語の勉強	毎週 (月)	13:00 ~ 15:00	
	PCサロン鳥栖麓支部	PC教習	第2・4 (月)	13:00 ~ 16:00	
	ヒップファミリークラブ鳥栖	多言語の自然習得活動。0才から大人の方まで、どなたでも参加OK	毎週 (火)	18:00 ~ 21:00	
	日本語教室いうえoh!	日本語を勉強したい外国人と、交流したい日本人の方、お気軽にどうぞ	毎週 (水)	19:00 ~ 21:00	
	四阿屋会	四阿屋遊泳場清掃作業及び月間活動計画打ち合わせ	第3 (水)	9:30 ~ 11:00	
	長崎街道ボランティアガイド元気隊	長崎街道の案内。鳥栖の歴史に興味がある方、一緒に学びませんか!	第4 (水)	19:00 ~ 21:00	
	子育て勉強会ニコニコクラブ	子育てに役立つお話し	月に1回 (金)	9:30 ~ 12:30	
	原田そろばん教室	珠算指導	毎週 (金) (土)	17:30 ~ 19:30 16:30 ~ 18:30	
	鳥栖郷土研究会	鳥栖地域の自然と歴史について研究・学習	第3 (土)	13:00 ~ 16:00	
	日本将棋連盟鳥栖支部	将棋教室・将棋対局。将棋の力で考える力と脳トレを!	第1・3 (日)	9:30 ~ 18:30	
	男の料理教室同好会	家庭料理の技術向上を図ると共に会員同志の更なる親睦を深める	年に6回 (金)	9:00 ~ 13:00	

※各サークル活動の詳細については、鳥栖北まちづくり推進センター (TEL85-3631) にお問い合わせください。

田代まちづくり推進センター

主 催 事 業

教養講座				
実施予定日	時 間	講座内容（ テーマ ）	講 師	備 考
4月24日（水）	13:30 ～ 14:30	フラワーアレンジメント教室	堀江 治子	材料費が必要
5月24日（金）	13:30 ～ 14:30	春の花寄せ植え教室	グリーンファーム 山浦	材料費が必要
11月8日（金）	13:30 ～ 14:30	秋の花寄せ植え教室	グリーンファーム 山浦	材料費が必要
6月6日（木）	13:30 ～ 15:30	① クラフトカゴバック作り教室	豊村 美恵子	材料費が必要
6月13日（木）	13:30 ～ 15:30	② クラフトカゴバック作り教室	豊村 美恵子	材料費が必要
6月20日（木）	13:30 ～ 15:30	③ クラフトカゴバック作り教室	豊村 美恵子	材料費が必要
6月27日（木）	13:30 ～ 15:30	④ クラフトカゴバック作り教室	豊村 美恵子	材料費が必要
4月～2月（金）	10:00 ～ 11:00	元気になるストレッチ教室 第2・4 全21回	今村 玲南	持参：ヨガマット または、バスタオル
4月～2月（水）	10:00 ～ 11:00	初級英会話教室 第2 全12回	中野マイケル 願 中野ジャクリーヌ マリー	
4月～11月（月）	13:30 ～ 14:30	歌で笑顔 第1 全9回	相葉 園美	
4月～2月（金）	15:00 ～ 17:00	たしろの居場所 ふらっと（子ども） 第1・3 全22回	たしろの居場所 ふらっと	
7月6日（土）	10:00 ～ 11:30	水鉄砲作り教室（子ども）	九千部クラブ	材料費が必要
7月20日（土）	9:30 ～ 12:30	そば打ち体験教室（親子）	ゆめさが大学	材料費が必要
8月3日（土）	9:30 ～ 11:30	竹灯籠作り教室（子ども）	九千部クラブ	材料費が必要
9月9日（月）	10:00 ～ 12:00	ハーバリウム教室	原田 静子	材料費が必要
10月18日（金）	18:30 ～ 19:00	人権学習会	山内 久仁子	
12月4日（水）	13:30 ～ 14:30	しめ縄リース作り教室	堀江 治子	材料費が必要
12月10日（火）	10:00 ～ 12:00	押し花教室	原田 静子	材料費が必要
12月21日（土）	10:00 ～ 11:30	門松作り教室（子ども）	九千部クラブ	材料費が必要
12月21日（土）	9:30 ～ 12:30	年越しそば打ち体験教室（親子）	ゆめさが大学	材料費が必要

放課後子ども教室【 チャレンジ塾 田代教室 】				
教室名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
絵手紙教室	季節の花・果物などを描きます	月1回 (土)	10:00 ~ 12:00	5月~2月
囲碁教室	囲碁の基本と、ルールを学びます	月2回 (土)	10:00 ~ 11:30	5月~1月
お箏教室	お箏を通して日本文化を学びます	月2回 (土)	9:30 ~ 11:30	5月~1月・1クラス×40分(3クラス)
キッズダンス	楽しくダンスを学びます	月2回 (土)	10:00 ~ 11:30	5月~2月
樹脂粘土教室	季節の花を作ります	月1回 (土)	10:00 ~ 11:30	5月~2月(4年以上・材料費が必要)
らら楽園教室	リズム感覚を学びます	月1回 (土)	13:30 ~ 14:30	5月~2月
英会話教室	楽しく英語に親しみます。	月1回 (土)	14:00 ~ 15:00	5月~2月
ボードゲーム教室	多彩なゲームをして楽しみます。	年1回 (土)	13:30 ~ 15:30	8月
お箏教室	お箏を弾く体験をします。	年1回 (火)	14:00 ~ 15:00	7月(2部制)
らら楽園教室	いろんなリズムで音楽を楽しみます	年1回 (月)	14:00 ~ 15:00	8月

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	田代なの花クラブ	卓球	毎週 (月)	10:00 ~ 12:00	
	ミニテニス	ミニテニス	毎週 (月)	13:00 ~ 16:00	
	歌声ひろば	歌と体操	第2・4 (火)	9:30 ~ 11:30	
	コールとりんす	歌	第1・3 (火)	9:00 ~ 12:00	
	ヨガフレンズ	ヨガ体操	毎週 (火)	13:30 ~ 15:30	
	田代パワー	ヨガ体操	毎週 (火)	13:00 ~ 15:00	
	ひまわり	卓球	第2・4 (火)	13:30 ~ 15:30	
	活きいきサークル	社交ダンス	第2・4 (水)	10:00 ~ 12:00	
	ALC	卓球	月2回 (水)	13:00 ~ 15:00	
	鳥栖市太極拳協会	太極拳	月3回 (木)	13:00 ~ 16:00	
	らくらく運動教室	健康体操	月4回 (木)	10:00 ~ 11:00	
	CIEL	新体操	毎週 (金)	17:00 ~ 19:00	
	木曜クラブ	ミニテニス	月4回 (木)	13:30 ~ 15:30	
	マッシュポテト	卓球	月2回 (日)	13:00 ~ 15:00	
	やよスポ卓球塾	卓球	月2回 (土)	9:30 ~ 11:30	
芸術・ 趣味	紫鳳会	吟詠	第1・3 (月)	9:30 ~ 12:30	
			第2・4 (金)	10:00 ~ 12:00	
	長生会	謡曲・仕舞	第1・2・3 (水)	9:30 ~ 12:30	
	田代手芸教室	洋裁	第1・2・3 (木)	9:00 ~ 12:00	
	リメイク教室	裁縫	月2回 (木)	9:00 ~ 12:00	
	田代歌の会	歌の練習	第2・4 (木)	12:00 ~ 15:00	
	鳥栖ハーモニカサークル縁・ JOY	ハーモニカ練習	毎週 (木)	19:00 ~ 21:00	
			毎週 (土)	10:00 ~ 12:00	
	あったか絵てがみ教室	絵てがみ	第3 (土)	10:00 ~ 12:00	
	おはなし文庫ぐるんば	お話会 練習	毎週 (金)	10:00 ~ 12:00	
			第3 (土)	13:00 ~ 16:00	
	螢山流 吟道 輝山会(吟詠)	詩吟の練習	月3回 (土)	13:30 ~ 15:30	
	たしろの居場所 ぷらっと	学びの環境作り	第1・3 (金)	15:00 ~ 18:00	
清香会	毛筆の練習	第2・4 (土)	13:00 ~ 15:00		
夢キッチン	料理	月1回 (土)	10:00 ~ 14:00		
技能・ 技術	やさしい大人の英会話	英会話	月1回 (金)	13:30 ~ 15:30	

※各サークル活動の詳細については、田代まちづくり推進センター（TEL82-2704）にお問い合わせください。

弥生が丘まちづくり推進センター

主 催 事 業

教養講座【カルチャー】				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
未定	10:00 ~ 12:00	おとなの筆ペン教室	尾崎 里枝	習字研究社大師範傅師
7月・11月	9:30 ~ 12:30	萬歳寺でお寺体験	石橋 亨見	萬歳寺 住職
6月25日 (火)	10:00 ~ 11:30	はじめてのパステルアート教室	谷口 智美	パステルアート 和アートインストラクター

教養講座【素敵な生活】				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
9月3日 (火)	13:30 ~ 15:00	お家で楽しむテーブルコーディネート	大久保 清美	食空間コーディネーター
2月	10:00 ~ 12:00	はじめてのお味噌作り		

教養講座【ハンドメイド】				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
2月12日 (水)	13:30 ~ 15:30	はじめてのかぎ針編み～毛糸あそび～	水摩 智恵	
2月19日 (水)	13:30 ~ 15:30			
2月26日 (水)	13:30 ~ 15:30			
3月5日 (水)	13:30 ~ 15:30			
9月19日 (木)	10:00 ~ 12:00 13:30 ~ 15:30	つまみ細工で作る菊の花	銭盛 月美	アトリエ想花
3月6日 (木)	10:00 ~ 12:00 13:30 ~ 15:30	つまみ細工で作る藤の花	銭盛 月美	アトリエ想花
5月29日 (水)	9:30 ~ 12:00	1日のできるクラフトバンドの小さなカゴ作り	田中 智子	
5月31日 (金)	9:30 ~ 12:00			
未定	～	クラフトバンドでかごバック作り	田中 智子	
12月	10:00 ~ 11:30	迎春 しめ縄リース作り教室	平木 智美	

教養講座【ヘルスアップ】				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
4月24日 (水)	10:00 ~ 11:30	頭も体も元気になる！ポール運動教室	山岡 弘美	健康運動指導士
5月24日 (金)	10:00 ~ 11:30			
6月26日 (水)	10:00 ~ 11:30			
7月26日 (金)	10:00 ~ 11:30			
8月28日 (水)	10:00 ~ 11:30			
9月27日 (金)	10:00 ~ 11:30			
10月23日 (水)	10:00 ~ 11:30			
11月22日 (金)	10:00 ~ 11:30			
12月25日 (水)	10:00 ~ 11:30			
1月24日 (金)	10:00 ~ 11:30			
6月12日 (水)	10:30 ~ 12:00	楽しくわくわくエクササイズ！ 音楽は万能薬	相葉 園美	ボイストレーナー
7月10日 (水)	10:30 ~ 12:00			
7月31日 (水)	10:30 ~ 12:00			
9月11日 (水)	10:30 ~ 12:00			
10月9日 (水)	10:30 ~ 12:00			
10月30日 (水)	10:30 ~ 12:00			
11月13日 (水)	10:30 ~ 12:00			
11月17日 (日)	10:30 ~ 12:00			

その他の講座・教室				
講座・教室名	実施予定日	時間	講師	備考
歴史教室	未定	14:00 ~ 15:30	藤瀬 禎博	
弥生人権学習会	12月予定	10:00 ~ 12:00		

パソコン教室						
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考		
8月27日 (火)	10:00 ~ 12:00	Excel講座	シニア情報生活 アドバイザー佐賀	テキスト代が必要		
9月3日 (火)	10:00 ~ 12:00					
9月10日 (火)	10:00 ~ 12:00					
9月17日 (火)	10:00 ~ 12:00					
1月14日 (火)	10:00 ~ 12:00	スマホ講座				
1月21日 (火)	10:00 ~ 12:00					
1月28日 (火)	10:00 ~ 12:00					
2月4日 (火)	10:00 ~ 12:00					



放課後子ども教室【子どもチャレンジ弥生が丘】				
教室名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
書き方教室(1,2年生)	硬筆(えんぴつ)文字練習	年6回	15:00 ~ 17:00	参加費必要
書き方教室(3,4年生)	硬筆(えんぴつ)文字練習	年6回	15:00 ~ 17:00	参加費必要
書き方教室(5,6年生)	硬筆(えんぴつ)文字練習	年6回	15:00 ~ 17:00	参加費必要
いけばな教室	季節のお花をいける練習	年9回	15:00 ~ 17:00	材料費が必要
ミニテニス教室(4~6年生)	ミニテニスの練習	年7回	9:30 ~ 11:30	参加費必要 弥生が丘小学校で開催
体づくり運動教室	楽しく体を動かし、体を整えます	年5回	9:30 ~ 11:30	弥生が丘小学校で開催
パステルアート教室	パステル(画材)を削った粉を指につけて描きます	年8回	9:30 ~ 11:30	参加費必要
クラフトバンドの 小さなカゴ作り教室	クラフトバンドを使った小物作り	年2回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
お話し会&小物作り教室	絵本の読み聞かせなど 小物を作る	年1回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
プログラミング教室		年1回	10:00 ~ 12:00	
ポルトガルを知らう♪		年1回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
リボンバッグ作り教室	既成のバックにリボン等をつけてオリジナルバックを作ります	年1回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
寄せ植えガーデニング教室	季節の寄せ植えを作ります	年2回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
夏休み工作教室		年2回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
埴輪作り教室		年2回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
粘土教室		年2回	10:00 ~ 12:00	材料費が必要

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	R.カトウ体操運動部	転倒しない為のマッサージ体操	毎月第1・3 (木)	13:30 ~ 15:30	
	さわやか3Bクラブ	健康体操の普及	毎月3回 (木)	14:00 ~ 16:00	
	3B体操ガーベラ会	健康維持を目的とする運動	毎月第1・3 (金)	10:00 ~ 12:00	
	鳥栖市太極拳協会 (弥生が丘教室)	ストレッチ・医療体操・太極拳・太極扇・養生五防功	毎月3回(火または水)	14:00 ~ 16:00	
	Bailer☆Z(ZUMBA)	ZUMBA、世界中の曲を使ったダンスフィットネス	毎週 (水)	18:30 ~ 20:30	
	フラスタジオ・ラウレア	楽しくフラダンスの練習と仲間づくり	毎月2回 (土)	10:30 ~ 11:30	
	ヨガサークルいっぽ	ヨガで心と身体も健やかに	毎月第1・2・3 (木)	10:00 ~ 12:00	
	やよいがおかリズムダンスクラブ	楽曲に合わせて全身の運動	毎週 (月)	19:00 ~ 21:00	
芸術・趣味	スクラップブックサークル	思い出の写真を使って自分風に手作りをレンジして楽しみます。	毎月第4 (火)	13:30 ~ 16:30	
	茶花を楽しむ会	野に咲く草花に親しみもつと気楽に自分らしく楽しい時間を	毎月第4 (月)	10:00 ~ 16:00	
	鳥栖ハーモニーキャッツ	ハーモニカ練習を通して、県内の演奏会・ボランティアなど地域貢献にも参加します。	毎月4回 (土)	9:30 ~ 12:30	
			毎月2回 (水)	14:00 ~ 16:00	
	なごみの会(いけばな)	池坊生花の練習します	毎月第1・3 (水)	10:00 ~ 12:00	
	弥生が丘懐しの歌の会	童謡・唱歌・懐しのメロディー・世界の歌等を歌う	毎月第1 (月)	13:30 ~ 15:30	
			毎月第3 (水)	13:30 ~ 15:30	
	朗読ボランティアすみれ	ボランティアの為の練習、勉強会(ブサルター・音訳)	毎月第2・4 (木)	13:00 ~ 15:00	
毎月第1・3 (火)			10:00 ~ 12:00		
偶数月第4 (金)			13:00 ~ 15:00		
技能・技術	★こども英語サークル★	幼児～小学生を対象とし、英語に慣れ親しむ	毎週 (火)	16:30 ~ 20:30	
			毎週 (金)	15:30 ~ 18:30	
	グレン先生のキッズ英会話サークル	ネイティブの先生による英会話を学ぶ	毎月第1・2・4 (木)	17:00 ~ 21:00	
その他	社会福祉法人 若楠	子育て支援事業(クリスマス会・コンサート等)	不定期	9:00 ~ 15:00	

※各サークル活動の詳細については、弥生が丘まちづくり推進センター(TEL.55-8633)にお問い合わせください。

若葉まちづくり推進センター

主 催 事 業

教養講座【若葉よろず塾】				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
4月11日 (木)	10:00 ~ 12:00	シニアライフのいろいろな問題	原 まさ代	
4月20日 (土)	9:30 ~ 13:00	竹の子掘り	わかば自然塾	
5月16日 (木)	10:00 ~ 11:30	「お片付け」講座(書類の整理)	田村 慶子	
6月13日 (木)	10:00 ~ 12:00	エンディングノートを一緒に作りましょう	田中 浩江	
8月3日 (土)	13:30 ~ 14:30	サマーコンサート	相葉 園美	
12月23日 (月)	10:00 ~ 12:00	お正月の生け花をしましょう	吉戸 真弓	

わかば健康教室				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
5月11日 (土)	13:30 ~ 16:30	ゆるっとスポーツしよう！ ～ラージボール卓球	牟田 博次	
5月25日 (土)				
6月8日 (土)				
6月22日 (土)				
5月27日 (月)	9:30 ~ 13:00	ゆるっとスポーツしよう！ ～ノルディックウォーキング・春	富田 浩一郎 富田 順子	
3月日程未定	9:30 ~ 13:00	ゆるっとスポーツしよう！ ～ノルディックウォーキング・春	富田 浩一郎 富田 順子	
9月5日 (木)	14:00 ~ 15:00	ゆるっとスポーツしよう！ ～チェアヨガ	古賀 万理	
9月12日 (木)				
10月17日 (木)	13:30 ~ 14:30	歌って♪笑って！簡単エクササイズ	相葉 園美	
10月31日 (木)				
1月4日 (土)	9:00 ~ 13:00	新春ウォーキング	吉田 武彦	

若葉モノ作り教室				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
5月10日 (金)	10:00 ~ 12:00	水引で季節を結ぶ	小川 真由子	
5月24日 (金)				
6月14日 (金)	10:00 ~ 13:00	大豆を食べつくす！	戸山 千春	
未定				
7月	10:00 ~ 13:00	男の料理教室	床嶋 純子	
9月	14:00 ~ 17:00	竹明かり教室	天野 俊作	
9月24日 (火)	9:30 ~ 11:30	麻ひも編みのスマホケース作り	大塚 壽子	
10月22日 (火)				
6月	14:00 ~ 17:00	ガーデニング教室	未定	
11月	9:30 ~ 12:00	七宝焼作り	大久保 浩子	
10月	10:00 ~ 13:00	一つの生地から2種のパン作り	福山 弘美	
10月	10:00 ~ 13:00	焼き立てパンでランチはいかがが♥	牟田 初美	

人権講座				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
12月12日 (木)	11:00 ~ 12:00	人権講座	未定	

パソコン教室				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
6月6日 (木)	10:00 ~ 12:00	スマートフォン講座 初級	シニア情報生活 アドバイザー 佐賀	テキスト代が必要
6月20日 (木)	13:00 ~ 15:00	スマートフォン講座 初級		
7月4日 (木)	10:00 ~ 12:00	スマートフォン講座 中級 LINEを使いこなそう		
7月18日 (木)	13:00 ~ 15:00	スマートフォン講座 中級 LINEを使いこなそう		
8月1日 (木)	10:00 ~ 12:00	スマートフォン講座 中級 便利なアプリ		
8月22日 (木)	13:00 ~ 15:00	スマートフォン講座 中級 便利なアプリ		
9月19日 (木)	10:00 ~ 12:00	スマートフォン講座 ワンポイント相談会		無 料
9月19日 (木)	13:00 ~ 15:00	スマートフォン講座 ワンポイント相談会		

子どもまなび塾				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
8月	13:00 ~ 16:00	Eスポーツ大会	小川 洋義	
9月	13:00 ~ 16:00	親子木工教室	牟田 誠	
10月	13:00 ~ 17:00	木の実工作	わかば自然塾	
12月24日 (火)	9:00 ~ 12:00	子ども書き初め教室	尾崎 里枝	
12月25日 (水)				
7月25日 (木)	10:00 ~ 12:00	親子で飾り巻きずしを作ろう	高松 美由紀	

放課後子ども教室【子どもチャレンジスクール】					
教室名	内 容	主な活動日	時 間		備 考
茶道教室	茶道の練習	2回/月	下校時	16:30	会費が必要
書き方教室	硬筆文字の練習	3チーム隔週	下校時	16:30	会費が必要
書道教室	毛筆の練習	第1水曜日	下校時	16:30	会費が必要
お箏教室	箏の練習	2回/月	10:00	12:00	会費が必要
体験教室	耕作や芋掘りなど	6回/年	10:00	13:00	材料費が必要
キッズダンス教室	ダンスの練習	1回/月	9:00	10:00	
アウトドアクラブ	アウトドアを楽しむ	1回/月	9:00	10:00	材料費が必要

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	生命の貯蓄体操普及会 鳥栖準支部	体操	毎週火曜日	18:30 ~ 20:30	
	生命の貯蓄体操普及会 鳥栖準支部	体操	毎週土曜日	13:00 ~ 15:00	
	いきいきヨガ	ヨガ	第2・第4金曜日	13:00 ~ 15:00	
	気功愛好会	気功	月4回木曜日	9:30 ~ 11:30	
	GOGOわかば	体操	毎週水曜日	9:00 ~ 12:00	
	実践体育学体操三井島沢A	ストレッチ体操	毎週月曜日	20:00 ~ 22:00	
	体操三井島沢(B)	ストレッチ体操	毎週水曜日	20:00 ~ 22:00	
	そらまめの会	腎不全の方の食事療法の実習	月1回土曜日	9:00 ~ 14:00	
	鳥栖市太極拳協会	ストレッチ、太極拳	第2・第4木曜日	18:00 ~ 20:00	
	セルフケア メソッド クラス	正しい姿勢づくり・呼吸法・瞑想	毎週火曜日	13:30 ~ 15:30	
	東部地区ミドル部会 いろは	食育活動	不定期	不定期	
	健康麻雀わかば	健康麻雀	毎週月曜日	13:00 ~ 17:00	
	麻雀火曜会	健康麻雀	毎週火曜日	13:00 ~ 17:00	
	米米クッキング	体に優しい料理教室	第4水曜日	10:00 ~ 14:00	
	若葉ヨガ教室	健康増進のためのヨガ	毎週火曜日	10:00 ~ 12:00	

芸術・ 趣味	麻ひも日和	麻ひも編みのバック作り	第2火曜日 第4木曜日	9:30 ~ 12:30	
	四阿屋会	四阿屋遊泳場の清掃作業他	第4土曜日	9:30 ~ 11:00	
	絵手紙しよう	はがき絵を描く	毎週金曜日	13:30 ~ 15:30	
	岡田香真流大正琴さくら教室	大正琴の練習	第1・第3金曜日	13:00 ~ 15:00	
	合唱夢かご	童謡・唱歌・抒情歌の 2部合唱	第2・第4金曜日	9:30 ~ 11:30	
	着物教室	着物の着付け	第1・第3金曜日	14:00 ~ 16:00	
	硬筆教室	筆ペン・ボールペン字の練習	第2・第4火曜日	10:00 ~ 12:00	
	すいほうりゅう 翠芳流鳥栖吟詠会	詩吟の練習、発表会	年2回	9:00 ~ 16:00	
	NPO法人 鳥栖子どもミュージカル	ミュージカルの練習	不定期	不定期	
	ナニフラ	フラダンス	第1・2・3月曜日	11:00 ~ 12:00	
	日本礼道小笠原流(お煎茶)	お煎茶の稽古	第1・2・4金曜日	9:00 ~ 12:00	
	花実アート	樹脂粘土で草花作り	第1木曜日	9:30 ~ 16:30	
	ピアチェーレ	サクソの練習	毎週土曜日	19:00 ~ 21:00	
	ひよっとこ踊り 鳥栖一笑会	ひよっとこ踊りの練習	第1・第3月曜日	10:00 ~ 11:00	
	わかば自然塾	大人と子供の自然体験交流	不定期	不定期	
	わかば歌のゆりかご	童謡・唱歌・抒情歌などを歌う	第3火曜日	9:30 ~ 11:30	
	若葉書道教室	書道	第1・第3金曜日	10:00 ~ 12:00	
	わかば書道クラブ	子どもの習字教室	第1・2・3木曜日	16:00 ~ 20:00	
	松九会 パナソニック	料理交流会	年2回	9:00 ~ 14:00	
	若葉句会	俳句勉強会	第3火曜日	13:00 ~ 16:00	
	和裁 樋口教室	和裁、小物作り	毎週月曜日	10:00 ~ 17:00	
	佐賀県母子寡婦福祉連合会	ひとり親家庭の学習支援	毎週土曜日	17:30 ~ 20:30	
	鳥栖・三養基地区 失語症友の会 ととしかの会	交流会	第4日曜日	12:30 ~ 14:30	
	ちょこっとcafé～不登校親の会	座談会	第1土曜日	13:30 ~ 17:30	
	NPO法人くるぶら	親子で楽しめる自由研究	土曜日/月に1回	9:00 ~ 17:00	
	久留米友の会 鳥栖最奇	家計簿、生活全般	不定期	不定期	
ふるさと元気塾	郷土の歴史、文化の勉強会	第2火曜日	19:00 ~ 21:00		

※各サークル活動の詳細については、若葉まちづくり推進センター(Tel.84-6122)にお問い合わせください。

基里まちづくり推進センター

主催事業

教養講座【ふれあい講座】				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
5月17日 (金)	13:30 ~ 15:00	体験! 太極拳	山田 啓子	
5月24日 (金)				
6月11日~ (火)	13:30 ~ 15:30	クラフトバンドのカゴ作り(全3回)	古賀 史	材料費が必要
未定	10:00 ~ 11:30	アロマセラピー講座		材料費が必要
未定	9:30 ~ 11:30	竹あかり作り		材料費が必要
未定	13:30 ~ 15:30	三線講座		
未定	10:00 ~ 11:30	布遊び講座		材料費が必要
9月	13:30 ~ 15:30	組みひも講座		材料費が必要
10月	13:00 ~ 15:00	講演「やさしい遺産相続」		
10月	10:00 ~ 11:30	写経体験講座		
11月	13:30 ~ 15:00	秋の寄せ植え講座		材料費が必要
11月	9:30 ~ 12:00	おいしい味噌作り		材料費が必要
12月	11:00 ~ 12:00	人権学習会		
1月	10:00 ~ 12:00	七宝焼講座		材料費が必要
3月	10:00 ~ 11:30	化石発見講座		教材費が必要
3月	13:30 ~ 15:00	ヨーガセラピー講座		

その他の講座・教室				
講座・教室名	実施予定日	時間	講師	備考
ものづくり伝承講座(門松作り)	12月	9:30 ~ 12:00		
ものづくり伝承講座(しめ縄飾り)	12月	13:30 ~ 15:00		材料費が必要
ものづくり伝承講座(お屠蘇作り)	12月	10:00 ~ 11:00	中富記念くすり博物館	材料費が必要
基里の歴史を知る講座(全10回)	第2 (土)	13:30 ~ 15:30	藤瀬 禎博	
きざと折り紙c a f e(全12回)	第1 (金)	10:00 ~ 12:00	臼井 理恵	※分館
はじめての編み物(全11回)	月1回 (土)	10:00 ~ 12:00	松隈 香	※分館
子供学習会	毎週 (木)	16:30 ~ 17:30		小学生
寺子屋教室	毎週 (木)	18:00 ~ 21:00		中学生、高校生

パソコン教室				
実施予定日	時 間	講座内容(テーマ)	講 師	備 考
5月13日 (月)	13:00 ~ 15:00	はじめてのスマートフォン講座 (2時間×3日)	SIA佐賀	テキスト代が必要
5月14日 (火)	13:00 ~ 15:00			
5月15日 (水)	13:00 ~ 15:00			
8月28日 (水)	13:00 ~ 15:00	スマートフォン(LINE)講座(2時間×3日)	SIA佐賀	テキスト代が必要
8月29日 (木)	13:00 ~ 15:00			
8月30日 (金)	13:00 ~ 15:00			
11月13日 (水)	13:00 ~ 15:00	スマートフォン活用講座(2時間×3日)	SIA佐賀	テキスト代が必要
11月14日 (木)	13:00 ~ 15:00			
11月15日 (金)	13:00 ~ 15:00			
12月	13:00 ~ 15:00	パソコンワンポイント相談会	SIA佐賀	

放課後子ども教室【基里子ども余暇よか教室】				
教室名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
煎茶・抹茶教室(全10回)	伝統文化にふれ礼儀作法を学ぶ	第1 (土)	10:00 ~ 11:30	※体育センター
将棋教室(全17回)	将棋の基本とルールを学ぶ	第1・3 (土)	10:00 ~ 11:30	※分館
かてい科教室(全10回)	手芸・調理の基本を学ぶ	第2 (土)	10:00 ~ 11:30	対象：3年生以上 材料費が必要
いけばな教室(全10回)	自然を感じいけばなを体験する	第3 (土)	10:00 ~ 11:30	材料費が必要
かきかた教室(全12回)	正しく文字を書くことを学ぶ	第3 (土)	10:00 ~ 11:30	教材費が必要
キッズダンス教室(全16回)	楽しく音楽に合わせて踊る	月2回 (土)	10:00 ~ 11:30	
バドミントン教室(全3回)	基礎からルールを学ぼう	全3回 (土)	10:00 ~ 12:00	
夏休み教室	理科実験など	7月 (土)	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
七宝焼教室	七宝焼の小物作り	11月 (土)	10:00 ~ 12:00	材料費が必要
おやつづくり教室	簡単なおやつを作ります	2月 (土)	10:00 ~ 12:00	材料費が必要

麓まちづくり推進センター

主 催 事 業

教養講座【ふるさと学級】				
実施予定日	時 間	講座内容（ テーマ ）	講 師	備 考
4月10日（水）	9:30 ～ 11:00	歌声ひろば♪歌と体操	ボイストレーナー 相葉 園美	
5月8日（水）	9:30 ～ 11:00	楽しく歌いましょう	元大学教授 水頭 順子	
6月12日（水）	9:30 ～ 11:00	認知症について学ぼう	斎藤内科医院 理事長 齋藤 博之	
7月10日（水）	9:30 ～ 11:00	戦時中の生活と鳥栖空襲	郷土史家 牛島 啓爾	
9月11日（水）	9:30 ～ 11:00	今を生きる(仮)	九州龍谷短期大学 学長 後藤 明信	
10月9日（水）	9:30 ～ 11:00	蔵上の伝統行事「四阿屋神社の御田舞」	御田舞保存会 会長 菅成 克己	場所 未定
11月13日（水）	9:30 ～ 11:00	身近な人権(仮)	鳥栖市生涯学習課 中島 光秋	
12月11日（水）	9:30 ～ 11:00	未定	未定	
1月8日（水）	9:30 ～ 11:00	将来に備えて（相続のおはなし）（仮）	州都綜合法務事務所 原 弘安	
2月12日（水）	9:30 ～ 11:00	未定	未定	

その他の講座・教室				
講座・教室名	実施予定日	時 間	講 師	備 考
ふもと♥もっとゲンキ「麓ウォーキング」	毎月月末（月）	9:30 ～ 11:30	中尾 勇二	雨天中止
初夏の寄せ植え	5月31日（金）	10:00 ～ 11:30	グリーンファーム 山浦	要参加費
ふもと♥もっとマナブ	未定	～		
ふもと♥もっとカフェ	未定	～		
ふもと♥もっとツクル	未定	～		
ふもと♥もっとツドウ	未定	～		

パソコン教室				
実施予定日	時 間	講座内容（ テーマ ）	講 師	備 考
5月9日（木）	13:30～15:30	Excel基礎	シニア情報生活 アドバイザー佐賀	要テキスト代
5月16日（木）				
5月23日（木）				
5月30日（木）				
11月21日（木）	13:30～15:30	Word基礎	シニア情報生活 アドバイザー佐賀	要テキスト代
11月28日（木）				
12月5日（木）				
12月12日（木）				

放課後子ども教室【麓るんるん教室】				
教室名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
詩吟教室	詩に節をつけて詠う	5/1～25回 (水)	15:15 ～ 16:15	
キッズダンス	ダンスの基礎を楽しみながら学ぶ	6/26～18回 (水)	15:15 ～ 16:15	2～6年生対象
茶道教室	挨拶や茶道の基本的な所作を学ぶ	5/11～15回 (土)	9:30 ～ 11:30	要お菓子代
華道教室	季節に合わせた花を生け、花を愛する心を学ぶ	6/8～10回 (土)	10:00 ～ 11:30	要花代
かきかた教室 (1～3年生)	かきかたの基礎を学ぶ	5/11～毎月第2 (土)	13:30 ～ 14:30	1～3年生対象
かきかた教室 (4～6年生)	かきかたの基礎を学ぶ	5/11～毎月第2 (土)	14:30 ～ 15:30	4～6年生対象
かけっこ教室	かけっこの基礎を学ぶ	7, 8, 12月	10:00 ～ 11:00	場所 麓小学校
母の日に贈るお花のアレンジ	日頃の感謝の気持ちを伝えよう	5月11日 (土)	10:00 ～ 11:30	要材料代
父の日に贈る革のキーホルダー	日頃の感謝の気持ちを伝えよう	6月8日 (土)	13:30 ～ 15:00	要材料代

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	フラサロン グリーンフォールズ	フラダンス	第1・2・3 (月)	10:00 ~ 11:00	
	歌声ひろば	歌と体操	第1・3 (水)	9:30 ~ 11:30	
	卓球愛好会	ラージボール卓球の練習	毎週 (水)	10:00 ~ 12:00	
	ヒップホップダンス	ダンスの練習	毎週 (水)	18:00 ~ 20:00	
	ストレッチヨガ教室	ヨガ	毎週 (木)	13:30 ~ 15:30	
	生命の貯蓄体操普及会 鳥栖準支部	健康体操	毎週 (木)	9:30 ~ 11:30	
	鳥栖市太極拳協会 梁井クラブ	太極拳	毎週 (金)	13:30 ~ 15:30	
MSリズムダンス	リズムダンス練習	毎週 (土)	9:30 ~ 11:30		
芸術・趣味	心のうたを歌う会	みんなで歌をうたう	第2 (月)	9:30 ~ 11:30	
	ミュージックサロン	音楽鑑賞	第1・3 (月)	13:30 ~ 15:30	
	鳥栖尺八同好会	尺八練習	第2 (月)	18:00 ~ 19:00	
	麓雲会	絵画	毎週 (火)	13:30 ~ 15:30	
	編かごサークル	編みかご	第2・3・4 (水)	9:30 ~ 11:30	
	佐賀岳翠会	詩吟の練習	第1・2・3 (水)	13:00 ~ 15:00	
	書道教室	基本の練習	毎週 (水)	13:00 ~ 21:00	
	筑紫嶺句会	俳句会	第2 (金)	12:30 ~ 15:30	
	アトリエ想花	樹脂粘土の花作りとつまみ細工	第3 (土)	10:00 ~ 16:00	
	葦ペン絵手紙教室	葦ペン画絵手紙教室	第1・3 (土)	10:00 ~ 12:00	

※各サークル活動の詳細については、麓まちづくり推進センター（Tel.82-2080）にお問い合わせください。

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	フィット鳥栖	ボディメイクケア	毎週 (月)	18:30 ~ 20:30	
	フィット鳥栖	ヨガ	毎週 (水)	13:00 ~ 15:00	※分館
	鳥栖市太極拳協会 女性教室	太極拳	月3回 (火)	19:00 ~ 21:00	
	鳥栖市太極拳協会 男性教室	太極拳	月3回 (土)	13:00 ~ 15:00	
	鳥栖市太極拳協会 梁井クラブ水曜教室	太極拳	毎週 (水)	10:00 ~ 12:00	
	鳥栖市太極拳協会 梁井クラブ木曜教室	太極拳	毎週 (木)	10:00 ~ 12:00	
	鳥栖市太極拳協会 梁井クラブ金曜教室	太極拳	毎週 (金)	20:00 ~ 22:00	
	フレッシュローズ	リズムダンス	月3回 (木)	13:00 ~ 15:00	
	生命の貯蓄体操	健康づくりと介護予防	毎週 (金)	9:30 ~ 11:30	※分館
	鳥栖市空手道連盟	空手道(基本、形、組手)	毎週 (木)	18:30 ~ 21:30	
	鳥栖市空手道連盟	空手道(基本、形、組手)	毎週 (土)	15:00 ~ 17:00	
	鳥栖市剣道連盟 錬心会	居合道	月3回 (金)	18:00 ~ 20:00	
	yayayoga	ヨガ	毎週 (月)	9:30 ~ 11:30	
	PIKOダンススクール	ダンス(子供)	毎週 (火)	16:00 ~ 18:00	
芸術・ 趣味	書道クラブ水曜教室	書道の練習	毎週 (水)	13:00 ~ 15:00	
	書道クラブ金曜教室	書道の練習	毎週 (金)	10:00 ~ 12:00	
	民謡輝若会	民謡、三味線	月3回 (水)	13:00 ~ 16:00	
	基里三線クラブ	三線の練習	月2回 (木)	13:00 ~ 15:00	※分館
	基里三線クラブ2	三線の練習	月2回	13:00 ~ 15:00	※分館
	基里三線クラブ3	三線の練習	月2回	~	※分館
	基里こども三線クラブ	三線の練習	月2回 (土)	9:00 ~ 12:00	
	韓国語A	韓国のことばと文化を学ぶ	毎週 (水)	18:00 ~ 20:00	
	楽しい英会話	英会話の勉強	毎週 (金)	19:00 ~ 21:00	
	くみひも絆	くみひもの小物づくり	第1 (土)	13:00 ~ 16:00	
	ヘッドトレーニング	麻雀で脳を鍛えて活性化	毎週 (月)	9:00 ~ 12:00	※分館
なんしょっと会	麻雀を楽しむ	月2回 (金)	13:00 ~ 16:00	※分館	
技能・ 技術	PCサロン鳥栖	ICT利活用	第1・3・4 (水)	9:00 ~ 12:00	
その他	子どもの居場所 きざとわたげ	子どもの居場所づくり	毎週 (金)	15:00 ~ 18:00	
		たんぼぼレストラン	月1回 (日)	9:00 ~ 17:00	

※各サークル活動の詳細については、基里まちづくり推進センター(TEL 82-3324)にお問い合わせください。

旭まちづくり推進センター

主催事業

教養講座【いきいき生活塾】				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
5月13日 (月)	10:00 ~ 11:30	椅子に座って健康体操	坂井美佐子	
5月27日 (月)	14:00 ~ 15:30	歌って楽しく認知症予防	熊谷まゆ美	
6月10日 (月)	10:00 ~ 11:30	椅子に座って健康体操	坂井美佐子	
9月9日 (月)	10:00 ~ 11:30	笑いリンパ	松田千枝	
9月30日 (月)	10:00 ~ 11:30	人生で大切なこと	木村映之	
10月21日 (月)	10:00 ~ 11:30	笑いリンパ	松田千枝	
11月11日 (月)	10:00 ~ 11:30	笑いリンパ	松田千枝	
12月9日 (月)	10:00 ~ 11:30	歌と笑いで元気に	西依千歳	
12月16日 (月)	10:00 ~ 10:30	人権学習	男女参画国際交流係	
	10:45 ~ 11:45	訪問演奏(アウトリーチ)	文化芸術振興課未定	
1月20日 (月)	10:00 ~ 11:30	救命講習講座	鳥栖三養基消防組合	
1月27日 (月)	10:00 ~ 11:30	歌と笑いで元気に	西依千歳	
2月3日 (月)	10:00 ~ 11:30	水害・災害防災講話	鳥栖市役所総務課	
2月10日 (月)	14:00 ~ 15:30	歌って楽しく認知症予防	熊谷まゆ美	

その他の講座・教室				
講座・教室名	実施予定日	時間	講師	備考
手作り講座 樹脂粘土教室	5月14日 (火)	13:30 ~ 15:30	銭盛月美 宮口靖枝	材料費が必要
	6月11日 (火)	13:30 ~ 15:30		
	7月9日 (火)	13:30 ~ 15:30		
	9月10日 (火)	13:30 ~ 15:30		
	10月8日 (火)	13:30 ~ 15:30		
手作り講座 クラフトかご作り教室	10月3日 (木)	13:30 ~ 15:30	豊村美恵子	初回のみ材料費が必要
	10月10日 (木)	13:30 ~ 15:30		
	10月17日 (木)	13:30 ~ 15:30		
	10月24日 (木)	13:30 ~ 15:30		
手作り講座 つまみ細工教室	11月12日 (火)	13:30 ~ 15:30	銭盛月美	材料費が必要
	12月10日 (火)	13:30 ~ 15:30		
	1月14日 (火)	13:30 ~ 15:30		
手作り講座 折り紙教室	11月19日 (火)	9:30 ~ 12:30	豊増トミエ	材料費が必要
	12月17日 (火)	9:30 ~ 12:30		
手作り講座 味噌作り教室	12月5日 (木)	10:00 ~ 11:30	JA旭女性部	材料費が必要
女性グラウンドゴルフ教室	原則第1年9回(月)	10:00 ~ 11:30	小林和昭	
ふれあいグラウンドゴルフ教室	10月26日 (土)	10:00 ~ 11:30		
骨盤セルフケア体操	6月1日 (土)	10:00 ~ 11:30	山口勝子	
	7月6日 (土)	10:00 ~ 11:30		
	9月7日 (土)	10:00 ~ 11:30		
	10月5日 (土)	10:00 ~ 11:30		
	11月2日 (土)	10:00 ~ 11:30		
大人の英会話教室	年10回 (土)	15:45 ~ 16:45	中野マイケル顕	

パソコン教室				
実施予定日	時間	講座内容(テーマ)	講師	備考
9月6日 (金)	10:00 ~ 12:00	word初心者ワード講座	シニア情報生活アドバイザー佐賀	テキスト代必要
9月13日 (金)	10:00 ~ 12:00			
9月20日 (金)	10:00 ~ 12:00			
9月27日 (金)	10:00 ~ 12:00			
10月4日 (金)	10:00 ~ 12:00	Excel初心者エクセル講座	シニア情報生活アドバイザー佐賀	テキスト代必要
10月11日 (金)	10:00 ~ 12:00			
10月18日 (金)	10:00 ~ 12:00			
10月25日 (金)	10:00 ~ 12:00			
11月1日 (金)	10:00 ~ 12:00			
11月8日 (金)	10:00 ~ 12:00	スマホ講座	シニア情報生活アドバイザー佐賀	テキスト代必要
11月15日 (金)	10:00 ~ 12:00			
11月22日 (金)	10:00 ~ 12:00			
11月29日 (金)	10:00 ~ 12:00			
12月6日 (金)	10:00 ~ 12:00			
12月13日 (金)	10:00 ~ 12:00			
12月20日 (金)	10:00 ~ 12:00			

放課後子ども教室【アタック教室】				
教室名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
自然はともだち	竹細工等にふれ自然に学ぶ	年4回 (土)	10:00 ~ 12:00	
音楽あそび	音楽とリズムあそび	年4回 (土)	10:00 ~ 12:00	
樹脂粘土&つまみ細工教室	粘土やつまみ細工の手法で作品を作る	年10回 (土)	10:00 ~ 12:00	
英会話教室(低学年・高学年)	楽しみながら英会話を学ぶ	年10回 (土)	10:00 ~ 12:00	
キッズダンス教室	柔軟体操とダンス	年12回 (土)	13:00 ~ 14:00	
おやつづくり教室	簡単なおかしづくり	年4回 (土)	10:00 ~ 12:00	
工作教室	家にあるものを使用し作品を作る	年8回 (土)	10:00 ~ 12:00	
夏休み書き方教室	夏休み宿題のお手本を見て書く	年1回 (水)	10:00 ~ 12:00	

サークル紹介

サークル活動					
分類	サークル名	内 容	主な活動日	時 間	備 考
健康	ヨガサークル	健康づくりヨガ	毎週 (月)	13:00 ~ 15:00	
	スタジオMJ旭クラス	ストリートダンス	毎週 (月)	18:40 ~ 19:40	
	太極拳協会梁井教室	太極拳	毎週 (火)	10:00 ~ 12:00	
	太極拳旭教室	太極拳	毎月3回 (水)	9:00 ~ 11:00	
	女性の為のヨガ教室	健康づくりヨガ	(木)	13:00 ~ 15:00	
	なでしこ気功教室	気功を健康維持・増進	(金)	10:00 ~ 12:00	
	長生倶楽部	健康づくりとふれあい会	毎月第1・3 (金)	10:00 ~ 12:00	
芸術・ 趣味	旭すずらん教室	民舞	(金)	9:30 ~ 11:30	
	おうたい教室	観世流謡曲	(土)	10:00 ~ 12:00	
	旭こころのうたを歌う会	歌とハーモニカ	毎月1回 (月)	10:00 ~ 12:00	
	陶山聴頭彰会	陶山聴の曲を歌う会	隔月 第2 (日)	13:30 ~ 15:30	

※各サークル活動の詳細については、旭まちづくり推進センター(TEL82-2603)にお問い合わせください。

高齢者向け憩いの場事業

参加料：無料

高齢者が気軽に集い、語らうための活動を、中央老人福祉センター及び各地区のまちづくり推進センターで行っています。ぜひお誘いあわせの上、お越しください。

※日程に変更等がある場合がございますので、何かご不明な点がございましたら、
高齢障害福祉課 高齢者支援係（0942-85-3554）までお問い合わせください。

開催場所	活動	開催日	時間等
鳥栖まちづくり推進センター分館 (電話 83-0024)	カラオケ	毎週(火)	13:00~15:00
	囲碁	毎日(月~土)	13:00~16:00
中央老人福祉センター (電話 82-4060)	憩いの場	毎週(月・火・木・金・土)	9:00~17:00
	カラオケ	毎週(月・金)	13:00~15:00
	囲碁・将棋	毎週(月・火・木・金・土)	13:00~16:30
若葉まちづくり推進センター (電話 84-6122)	カラオケ	毎週(火)	14:00~16:00
	囲碁	毎日(月~土)	13:00~16:30
		第3(木)大会	9:00~16:00
基里まちづくり推進センター分館 (電話 82-6347)	囲碁	毎週(木・金)	13:00~16:00
		第3(火)大会	9:00~16:00
麓まちづくり推進センター (電話 82-2080)	囲碁	毎日(月~土)	12:00~15:00
旭まちづくり推進センター (電話 82-2603)	カラオケ	毎週(火)	9:30~12:30
	囲碁	毎週(水)	13:00~16:30

65歳からの介護予防教室

ふまねっと運動教室

無料!

《対象者》65歳以上の市民

《内容》50センチ四方の大きなマス目でできた“あみ”を床に敷き、その“あみ”を踏まないように歩く運動です。

バランス機能の向上や脳トレに効果的な楽しいステップ運動です!

《持参物》飲み物・タオル・室内用運動靴

《事前申込》不要です!

《問い合わせ先》鳥栖市社会福祉協議会 (☎85-3555)



令和6年度 鳥栖市ふまねっと運動 日程表

会場	日時	4月	5月	6月	7月	8月	9月
鳥栖まちづくり推進センター (1階集会場)	第1・3木曜日 13:30~ 15:00	4日 18日	9日 23日	6日 20日	4日 18日	1日 22日	5日 19日
鳥栖北まちづくり推進センター (集会場)	第1・3金曜日 13:30~ 15:00	5日 19日	10日 24日	7日 21日	5日 19日	2日 16日	6日 20日
田代まちづくり推進センター (集会場)	第1・3木曜日 10:00~ 11:30	4日 19日(金)	9日 23日	6日 20日	4日 18日	1日 22日	5日 19日
弥生が丘まちづくり推進センター (集会室)	第1・3水曜日 10:00~ 11:30	3日 17日	8日 22日	5日 19日	3日 17日	7日 21日	4日 18日
若葉まちづくり推進センター (わいわいホール)	第2・4金曜日 10:00~ 11:30	12日 26日	10日 24日	14日 28日	5日 19日	9日 23日	13日 27日
基里まちづくり推進センター (集会室)	第2・4木曜日 10:00~ 11:30	11日 25日	16日 30日	13日 27日	11日 25日	8日 29日	12日 26日
麓まちづくり推進センター (2階集会室)	第2・4火曜日 13:30~ 15:00	9日 23日	14日 28日	11日 25日	9日 23日	6日 20日	10日 24日
旭まちづくり推進センター (1階集会室)	第2・4水曜日 13:30~ 15:00	10日 24日	8日 22日	12日 26日	10日 24日	7日 21日	11日 25日

会場	日時	10月	11月	12月	1月	2月	3月
鳥栖まちづくり推進センター (1階集会場)	第1・3木曜日 13:30~ 15:00	7日(月) 21日(月)	7日 21日	5日 19日	9日 23日	6日 20日	6日 27日
鳥栖北まちづくり推進センター (集会場)	第1・3金曜日 13:30~ 15:00	4日 18日	1日 15日	6日 20日	10日 24日	7日 21日	7日 21日
田代まちづくり推進センター (集会場)	第1・3木曜日 10:00~ 11:30	3日 17日	7日 28日	5日 19日	9日 23日	6日 20日	6日 21日(金)
弥生が丘まちづくり推進センター (集会室)	第1・3水曜日 10:00~ 11:30	2日 16日	6日 20日	4日 18日	8日 22日	5日 19日	5日 19日
若葉まちづくり推進センター (わいわいホール)	第2・4金曜日 10:00~ 11:30	11日 25日	8日 22日	13日 27日	10日 24日	14日 25日(火)	14日 28日
基里まちづくり推進センター (集会室)	第2・4木曜日 10:00~ 11:30	10日 24日	14日 21日	12日 26日	16日 30日	13日 28日(金)	13日 27日
麓まちづくり推進センター (2階集会室)	第2・4火曜日 13:30~ 15:00	8日 22日	12日 26日	10日 24日	14日 28日	4日 18日	11日 25日
旭まちづくり推進センター (1階集会室)	第2・4水曜日 13:30~ 15:00	9日 23日	6日 13日	11日 25日	8日 22日	12日 26日	12日 26日

TOSUSHI 音楽サロン

参加料：無料

① 目的

音楽療法の手法を用いて、「音楽活動」と「身体活動」等を実践することにより、心身の健康保持及び増進に繋げるとともに、生きがいや仲間づくりに結びつけることで、社会性の拡大を図ります。

② 対象者

65 歳以上の市民

③ 内容

- ・回想法（懐かしい曲のエピソードや時代背景を振り返る）による歌唱
- ・口腔体操やストレッチ、リズムトレーニング
- ・簡単な合奏や講師の生演奏鑑賞 など

④ 会場・日時

（1）各地区まちづくり推進センター（3回ずつ実施）

市報や市ホームページ、高齢障害福祉課のチラシ等で確認ください。

（2）通いの場での出前講座（40 町区程度）

⑤ その他

- ・動きやすい服装で、飲み物・タオルを持参ください。
- ・事前に高齢者支援係(0942-85-3554)宛に電話で申し込みをお願いします。当日参加も可能です。

【音楽サロン 各地区まちづくり推進センター 日程表】

回数	麓まちづくり推進センター (2階集会室)			基里まちづくり推進センター分館 (集会室1・2)			若葉まちづくり推進センター (わいわいホール)		
	1回	6月5日	水	13:30~15:30	7月5日	金	13:30~15:30	8月7日	水
2回	6月12日	水	13:30~15:30	7月12日	金	13:30~15:30	8月21日	水	13:30~15:30
3回	6月19日	水	13:30~15:30	7月19日	金	13:30~15:30	8月28日	水	13:30~15:30
回数	田代まちづくり推進センター (集会場)			旭まちづくり推進センター (1階集会室)			鳥栖まちづくり推進センター分館 (集会室)		
	1回	9月6日	金	13:30~15:30	10月8日	火	13:30~15:30	11月1日	金
2回	9月13日	金	13:30~15:30	10月15日	火	13:30~15:30	11月8日	金	13:30~15:30
3回	9月20日	金	13:30~15:30	10月22日	火	13:30~15:30	11月15日	金	13:30~15:30
回数	弥生が丘まちづくり推進センター (集会室)			鳥栖北まちづくり推進センター (集会場)					
	1回	12月5日	木	13:30~15:30	1月9日	木			
2回	12月12日	木	13:30~15:30	1月16日	木	13:30~15:30			
3回	12月19日	木	13:30~15:30	1月23日	木	13:30~15:30			

ロコモーショントレーニング教室

参加料：無料

① 目的

運動器の障害（骨・関節疾患や加齢による筋力低下等）により、要介護になるリスクが高い状態のことを「ロコモティブシンドローム（運動器症候群）」といいます。ロコモティブシンドロームを予防する運動を行い、身体機能の維持・向上を目指します。

② 対象者

65歳以上の市民

③ 内容

- 【講話】・介護予防の目的と効果 ・ボランティア活動について
 ・生活習慣病予防について ・ノルディックウォーキングについて
 【運動】・ストレッチ、筋力トレーニング・リズムダンス、エクササイズ
 ウォーキング・コグニサイズ、デュアルタスクレクリエーション

④ 会場・日時

- ・各地区まちづくり推進センター（4回ずつ実施）
- ・（9月は敬老月間に合わせて、市民体育館で実施します）
- ・市報や市ホームページ、高齢障害福祉課窓口のチラシ等で確認ください。

⑤ その他

- ・動きやすい服装で、飲み物・タオル・室内用運動靴を持参ください。
- ・事前に高齢者支援係（0942-85-3554）宛に電話で申し込みをお願いします。

9月のみ市民体育館で開催します♪

回数	弥生が丘まちづくり推進センター (集会室)			旭まちづくり推進センター (集会室)			鳥栖北まちづくり推進センター (集会場)		
1回	6月6日	木	14~16時	7月4日	木	14~16時	8月1日	木	14~16時
2回	6月13日	木	14~16時	7月11日	木	14~16時	8月8日	木	14~16時
3回	6月20日	木	14~16時	7月18日	木	14~16時	8月22日	木	14~16時
4回	6月27日	木	14~16時	7月25日	木	14~16時	8月28日	水	14~16時
回数	鳥栖市民体育館 (スポーツホール2)			鳥栖まちづくり推進センター (1階集会場)			麓まちづくり推進センター (集会室)		
1回	9月5日	木	14~16時	10月3日	木	14~16時	11月6日	水	14~16時
2回	9月12日	木	14~16時	10月10日	木	14~16時	11月13日	水	14~16時
3回	9月19日	木	14~16時	10月17日	木	14~16時	11月20日	水	14~16時
4回	9月26日	木	14~16時	10月24日	木	14~16時	11月27日	水	14~16時
回数	基里まちづくり推進センター (集会室)			田代まちづくり推進センター (集会場)			若葉まちづくり推進センター (わいわいホール)		
1回	12月4日	水	14~16時	1月8日	水	14~16時	2月6日	木	14~16時
2回	12月11日	水	14~16時	1月15日	水	14~16時	2月13日	木	14~16時
3回	12月18日	水	14~16時	1月22日	水	14~16時	2月20日	木	14~16時
4回	12月25日	水	14~16時	1月29日	水	14~16時	2月26日	水	14~16時

元気クラブ

① 目的

多職種による身体機能・認知機能向上トレーニングの実施、栄養改善・口腔機能向上及び買物を通じた生活機能向上訓練を組み合わせた介護予防教室を実施することで、加齢等に伴う心身の機能低下を予防し、要介護状態等となることを防ぐとともに、自分らしい自立した生活の維持・向上を図ります。

② 対象者

65歳以上の市民で本事業への参加が必要と認められる人。

（通所を利用していない要支援1・要支援2の認定を受けた方
もしくは基本チェックリストに該当した方も参加可能です）

③ 内容

・介護予防サポーターと一緒に、音楽体操やストレッチ、筋力トレーニング等を行います。必要な方には健康運動指導士・理学療法士等専門職等の個別・集団指導も行います。

・月に一度、歯科衛生士・管理栄養士による、口腔講話・栄養講話を行います。必要により、個別指導も行います。

④ 会場・日時

毎週月・木曜：基里まちづくり推進センター分館

いずれも 10:00～14:00（原則6ヶ月間）※祝祭日は休み

⑤ その他

・昼食（自己負担600円）、買物支援があります。

・教室ファイル・タオル・飲み物・眼鏡（必要な方）・筆記具・歯ブラシ・歯磨き粉・コップ・買い物代金・エコバッグ等を持参し、動きやすい服装でお越しください。

■元気クラブの1日の流れ



介護予防サポーター養成講座

① 目的

それまでの人生で培った経験を活かし、地域で活動できる場の創出と研修等の事業を展開することにより、高齢者自身の健康の維持向上と共に、高齢者を支える担い手の確保を図ります。

② 対象者

40歳以上の市民でボランティア活動が可能な方

② 内容

①～④の4講座受講と実技研修を受け、全プログラム修了者に「介護予防サポーター認定証」を発行します。

- ① 介護予防とは・サポーターの役割
- ② 栄養・食事について
- ③ ロコモティブシンドローム・認知症予防について
- ④ 口腔機能向上について

④ 会場・日時・申込方法

毎月第4水曜日 14：30～16：30

	講座①	講座②	講座③	講座④
基里まちづくり 推進センター (研修室)	4月26日	5月24日	6月28日	7月26日
鳥栖北まちづくり 推進センター (研修室1)	8月23日	9月27日	10月25日	11月22日
若葉まちづくり 推進センター (研修室1：学び の間)	12月27日	1月24日	2月21日	3月28日



令和6年度

スポーツ教室

若さはつらつ（ヨガ・太極拳）教室

～健康増進・体力づくりのために初心者の方を対象とした運動習慣のきっかけとなる教室です～

★対象：市内居住者。年齢・性別は問いません。

★内容：全12回で初心者向けに「ヨガ」と「太極拳」を行います。（両方受講）

★持参品：タオル、飲み物、

ヨガ（ヨガマットか大判バスタオル）、太極拳（室内用シューズ ※上履きなど底の薄い靴）

★その他：参加無料、運動できる服装でお越しください。

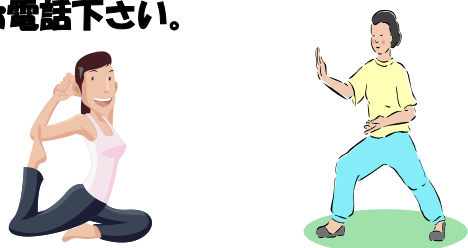
※体力づくりを目的としており、営利目的などでの勧誘行為等をご遠慮ください。

★申し込み：4月19日（金）までにスポーツ振興課へお電話下さい。

★定員：各会場 先着30名

★場所：各地区まちづくり推進センター（詳細は下表）

★時間：13:30～15:00



内容・日程（※日程注意）

種目・回 会場	手始めヨガ						しなやか太極拳					
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
鳥栖地区 〔第2・4 金曜日〕	5/24 開講式	6/14	6/28	7/12	7/26	8/9	8/23	9/13	9/27	10/11	10/25	11/8 修了式
鳥栖北地区 〔第1・3 火曜日〕	5/21 開講式	6/4	6/18	7/2	7/16	8/6	8/20	9/3	9/17	10/1	10/15	11/19 ※修了式
田代地区 〔第1・3 水曜日〕	5/15 開講式	6/5	6/19	7/3	7/17	8/7	8/21	9/4	9/18	10/2	10/16	11/6 修了式
弥生が丘地区 〔第2・4 火曜日〕	5/28 開講式	6/11	6/25	7/9	7/23	8/27 ※	9/10	9/24	10/8	10/22	11/12	11/26 修了式
若葉地区 〔第1・3 金曜日〕	5/17 開講式	6/7	6/21	7/5	7/19	8/2	9/6 ※	9/20	10/4	10/18	11/1	11/15 修了式
基里地区 〔第2・4 水曜日〕	5/22 開講式	6/12	6/26	7/10	7/24	8/28 ※	9/11	9/25	10/9	10/23	11/13	11/27 修了式
麓地区 〔第1・3 木曜日〕	5/16 開講式	6/6	6/20	7/4	7/18	8/1	9/5 ※	9/19	10/3	10/17	11/7	11/21 修了式
旭地区 〔第2・4 木曜日〕	5/23 開講式	6/13	6/27	7/11	7/25	8/8	8/22	9/12	9/26	10/10	10/24	11/14 修了式

問い合わせ先：鳥栖市 スポーツ振興課 TEL:85-3522

主催：鳥栖市

令和6年度 健康づくり教室

お問い合わせは、鳥栖市保健センター
TEL：85-3650



中央老人福祉センターでの活動

予約不要

無料

市内在住者であれば、どなたでも参加できます。講師はいません。

活動名・時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
よかデーお元気デー	活動日	毎週火曜日(※下記の日程を除く)											
毎週火曜 9:30~11:30 13:30~15:30	休み					13 午前 午後				31 午前 午後		11 午前 午後	

内容：ビデオを見ながら体操
持ってくるもの：タオル・お茶

まちづくり推進センターでの活動

予約不要

無料

どなたでも参加できます。いずれも1時間半程度です。

2か月に1回健康運動指導士の指導があります。初めて参加される方は指導日がお勧めです。

※GoGoわかばABC、基里パワーABCについては、2グループに分かれての活動になるため2週に1回の参加となります。

活動名・場所・時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
旭パワーABC ※旭 毎週金曜 13:30~	指導日		10		12		13		8		24		14
	休み		3						15,22, 29	27	3		7
GoGoわかばABC ※若葉 毎週水曜 9:30~	指導日1	17		12		28		23		11		19	
	指導日2		15		10		18		27		15		19
	休み					14				4	1		
基里パワーABC ※基里 毎週火曜 9:30~	指導日1	16		18		20		8		17		18	
	指導日2		14		16		17		19		14		11
	休み					13				31		11, 25	

内容：青竹踏み・ボール・椅子を使った体操
持ってくるもの：タオル・お茶・青竹踏み

青竹踏みは
どんなものでもOKで



活動名・場所・時間		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
泉とすストレッチ ※鳥栖 毎週金曜 9:30~	指導日		10		12		13		8		24		14
	休み		3				27			27	3		
ふもとストレッチ& ABC ※麓 毎週火曜 9:30~	指導日	30		18		20	10		19				18
	休み					13				31		11	

～ 令和6年度園芸教室テーマ一覧表(上半期)～

※下半期日程は裏面にあります

鳥栖市花とみどりの推進協議会では、各地区で下記のとおり園芸教室を行っています。園芸に興味のある市内にお住いの方ならどなたでも大歓迎です。

日程・内容等は、毎月市報に掲載します。参加をご希望される方は、申込期間中に右記の問合せ先へお申込みください。

※内容変更や中止となる場合は、ホームページでお知らせいたします。

【問合せ先】

鳥栖市花とみどりの推進協議会事務局
(鳥栖市都市整備課内) TEL85-3603

場 所	講 師	曜日 時間	教室種別 テーマ	申込 定員	開 催 日 / 内 容					
					4月	5月	6月	7月	8月	9月
旭まちづくり 推進センター ・ 下野町内の畑※ (雨天時下野公民館)	古賀 田都子	第1金曜日 9:30 ～ 11:00	【講義・現地実習】 自然農法的 野菜作り	15名	5日(旭) 夏野菜の作付け管理 その1	10日(旭)(第2金曜) 夏野菜の作付け管理 その2	7日(11:30まで) 【実習】大豆を使った 味噌作り体験 (持参:エプロン、三角巾等) 受講料:500円	5日(11:30まで) 【現地実習】手作り 味噌用大豆の種まき (持参:作業手袋等) ※現地集合	2日(11:30まで) 【現地実習】大豆畑管理 秋冬野菜の作付け管理① (持参:作業手袋等) ※現地集合	6日(11:30まで) 【現地実習】大豆畑管理 秋冬野菜の作付け管理② (持参:作業手袋等) ※現地集合
弥生が丘 まちづくり 推進センター	小川 耕平	第3火曜日 9:30 ～ 11:30	【作る】 季節の植物で デザインを楽しむ	12名	16日 基本のシンプル 寄せ植え 受講料:1,500円	21日 カラーリーフを 使った寄せ植え 受講料:2,000円	18日 寄せ植えのカラー コーディネート 受講料:1,800円	16日 多肉植物の 寄せ植え 受講料:2,500円	20日 観葉植物の ジュートボール 受講料:1,000円	17日 シブイ色合いの 寄せ植え 受講料:1,800円
若葉 まちづくり 推進センター	小川 耕平	第3水曜日 9:30 ～ 11:00	【講義】 バラを理解し 対応力を身に付ける	12名	17日 新芽を守って 花数を増やす	15日 開花した後の 処理方法	19日 バラの観察と 剪定方法 (持参:作業手袋・剪定バサミ)	17日 梅雨明けに 行う作業	21日 弱ったバラを 元気にする方法	18日 秋にバラを長く 楽しむ方法
麓 まちづくり 推進センター	倉地 成美	第3金曜日 9:30 ～ 11:00	【作る】 ～フラワー風水～ 花の持つエネルギーで 運氣上昇をめざそう! (持参:ハサミ・持帰り袋)	10名	19日 新しく始まる月! 仕事運アップの アレンジメント 受講料:1,100円		21日 梅雨を味方に! ビューティー運アップの アレンジメント 受講料:1,100円		9日(第2金曜) 暑い夏を爽やかな花で! 健康運アップの アレンジメント 受講料:1,100円	
グリーン ファーム山浦	グリーン ファーム山浦	第2金曜日 9:30 ～ 11:00	【作る】 寄せ植えを楽しむ (持参:軍手・スコップ)	15名			14日 梅雨と猛暑に 負けない管理 受講料:1,000円			
各地区 まちづくり 推進センター	鳥栖市 緑化協会	第3金曜日 9:30 ～ 11:00	【作る】 季節を感じる 園芸教室	—		17日(若葉) グリーン アレンジメント 定員:10名/受講料:1,000円		19日(旭) 多肉植物の寄せ植え (持参:手袋・新聞紙) 定員:20名/受講料:1,000円		20日(弥生が丘) 草刈機の取扱い・ チャリ-の刃研ぎ講習 (持参:※お問合せ下さい) 定員:5名/受講料:無料
申込期間					3/18～4/3	4/22～5/7	5/20～6/5	6/17～7/3	7/16～7/31	8/19～9/4

※野菜作り教室の現地実習地については、市ホームページに掲載している地図をご確認ください。

～ 令和6年度園芸教室テーマ一覧表(下半期)～

※上半期日程は裏面にあります

鳥栖市花とみどりの推進協議会では、各地区で下記のとおり園芸教室を行っています。園芸に興味のある市内にお住いの方ならどなたでも大歓迎です。

日程・内容等は、毎月市報に掲載します。参加をご希望される方は、申込期間中に右記の問合せ先へお申込みください。

※内容変更や中止となる場合は、ホームページでお知らせいたします。

【お問合せ先】

鳥栖市花とみどりの推進協議会事務局
(鳥栖市都市整備課内) TEL85-3603

場 所	講 師	曜日 時間	教室種別 テーマ	申込 定員	開 催 日 / 内 容					
					10月	11月	12月	1月	2月	3月
旭まちづくり 推進センター ・ 下野町内の畑※ (雨天時下野公民館)	古賀 田都子	第1金曜他 9:30 ～ 11:00	【講義・現地実習】 自然農法的 野菜作り	15名	4日(11:30まで) 【現地実習】大豆畑管理 秋冬野菜の作付け管理③ (持参:作業手袋等) ※現地集合	1日(11:30まで) 【現地実習】大豆畑管理 秋冬野菜の作付け管理④ (持参:作業手袋等) ※現地集合	6日(11:30まで) 【現地実習】大豆畑管理 収穫作業体験① (持参:作業手袋等) ※現地集合	10日(11:30まで)(第2金) 【現地実習】大豆畑管理 収穫作業体験② (持参:作業手袋等) ※現地集合	7日(旭) 春作芋類の作付け	14日(旭)(第2金曜) 春夏野菜の作付け
弥生が丘 まちづくり 推進センター	小川 耕平	第3火曜日 9:30 ～ 11:30	【作る】 季節の植物で デザインを楽しむ	12名	15日 ガーデンシクラメン の寄せ植え 受講料:2,500円	19日 株分けを使った 寄せ植え 受講料:2,200円	17日 クリスマス～お正月 に楽しむ寄せ植え 受講料:3,000円	21日 芽出し球根の 寄せ植え 受講料:2,200円	18日 早春の寄せ植え 受講料:2,000円	18日 多肉植物の寄せ植え 受講料:2,500円
若葉 まちづくり 推進センター	小川 耕平	第3水曜日 9:30 ～ 11:00	【講義】 バラを理解し 対応力を身に付ける	12名	16日 バラが病気にかかり づらくなる方法	20日 各作業の 年間スケジュール	18日 バラの観察と 剪定方法 (持参:作業手袋・剪定バサミ)	15日 バラを美しく 仕立てる方法	12日(第2水曜) 育種傾向と新品種	19日 芽吹きに合わせて 行う作業
麓 まちづくり 推進センター	倉地 成美	第3金曜日 9:30 ～ 11:00	【作る】 ～フラワー風水～ 花の持つエネルギーで 運氣上昇をめざそう! (持参:ハサミ・持帰り袋)	10名	18日 温かみある花で! 家庭運アップの アレンジメント 受講料:1,100円		20日 クリスマスカラーで! 金運アップの アレンジメント 受講料:1,100円		21日 寒さもへっちゃら! 恋愛運アップの アレンジメント 受講料:1,100円	
グリーン ファーム山浦	グリーン ファーム山浦	第2金曜日 9:30 ～ 11:00	【作る】 寄せ植えを楽しむ (持参:軍手・スコップ)	15名			13日 シーズン到来!! 楽しい寄せ植え 受講料:1,000円			
各地区 まちづくり 推進センター	鳥栖市 緑化協会	第3金曜日 9:30 ～ 11:00	【作る】 季節を感じる 園芸教室	—		8日(田代)(第2金曜) 樹木の剪定どこで切る? 旬の花を楽しむ 定員:10名/受講料:1,500円		17日(旭) 小さな器で楽しむ こけ盆栽 定員:15名/受講料:1,000円		21日(基里) 季節の花の寄せ植え 定員:10名/受講料:2,000円
申込期間					9/17～10/2	10/15～10/30	11/18～12/4	12/16～1/8	1/20～2/5	2/17～3/5

※野菜作り教室の現地実習地については、市ホームページに掲載している地図をご確認ください。

★子育て支援センターの「出前ひろば」★

「出前ひろば」では、地域との関係を深め、子育て仲間の輪を広げることができるように、子育て支援センターが、月1回地区のまちづくり推進センター等に出向き、地域の子育て中の親子に遊びの場を提供しています。

まちづくり推進センターは、出前ひろばの他にも高齢者から子どもまで、地域の皆さんが参加できる行事などを開催しているほか、いざという時の避難場所にもなる所です。また、身近なところに知り合いがいると、何かと心強いですね！

「市報とす」に、毎月の場所と予定を掲載していますので、ぜひお近くで開催される「出前ひろば」に遊びに行ってみてくださいね。*諸事情により、情報が変更となる場合があります。

対象年齢:就園前の乳幼児

就園前のお子さんなら、どなたでも参加ください。赤ちゃんでも大丈夫ですが、子ども自身が楽しんで参加できるのは1歳くらいからが目安です。プレママの方も友達づくりや雰囲気を楽しみにぜひおこしください。

時間:10時~11時30分(入退室は自由です)

内容(基本的な流れ)

受付(出欠ノートにシール貼り)・コーナーでの自由遊び(簡単な工作・ブロック・ままごと・おもちゃなど)・お返事・手遊びや歌(パネルシアターや大型絵本など)・体操などのリズム遊び・季節や行事に合わせた遊び・その月の誕生者のお祝いなど

〔問合せ先〕

鳥栖市役所 こども育成課内 子育て支援総合コーディネーター
TEL0942-85-3552 FAX 0942-85-2009
E-mail:kodomo-temp@city.tosu.lg.jp
URL : <http://www.city.tosu.lg.jp/> (鳥栖市公式ホームページ内)



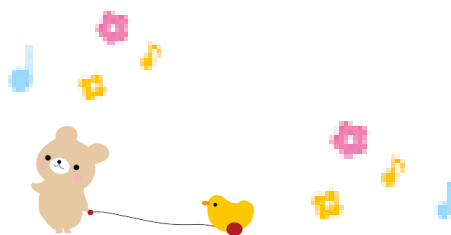
ひろば名	田代ひろば
担当	やよいが丘保育園子育て支援センター(Tel.0942-87-3548)
会場・基本パターン	田代まちづくり推進センター・毎月第3木曜日



ひろば名	①鳥栖北ひろば ②麓ひろば
担当	みどりヶ丘保育園子育て支援センター (Tel0942-83-1377)
会場・基本パターン	①鳥栖北まちづくり推進センター・毎月第1木曜日 ②麓まちづくり推進センター・毎月第2木曜日



ひろば名	若葉ひろば
担当	鳥栖双葉保育園子育て支援センター「ふたばルーム」 (Tel0942-83-4406)
会場・基本パターン	若葉まちづくり推進センター・不定期



ひろば名	オンリーワンのひろば
担当	健翔会子育て支援センター「オンリーワン」 (Tel0942-82-6290)
会場・基本パターン	鳥栖北まちづくり推進センター・年8回 (5・6・8・9・11・12・2・3月)



ひろば名	きららん Time
担当	健翔会子育て支援センター「きららん館」 (Tel0942-82-7666)
会場・基本パターン	基里まちづくり推進センター及び分館・不定期



*令和6年度、めぐみ保育園子育て支援センター主催の「出前ひろば(旭・あさひ新町)」はお休みします。