

どこでもOK  
学区別

あなたのご近所で元気づくり！  
新城市の運動教室一覧



「しんしろ健康づくり21計画」は「みんなが笑顔の健やかしんしろ」を目指して、  
市民一人ひとりが元気で長生きできるよう、「生涯を通じた健康づくり」を推進しています。そこで

新城小学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
リズム健康体操	所晴子	火	10:00～11:00	文化会館リハーサル室	090-2137-8794
ボール体操	竹本英子	月	13:30～14:30	東新町公民館	090-1560-1703
気功太極拳	伊藤好子	火	13:30～15:30	勤労青少年ホーム	23-4454
気功太極拳	日本健康太極拳 協会師範	木	13:30～15:30	東新町公民館	23-4454(伊藤好子)
ウォーキング教室	篠宮千栄子	金	13:45～15:15	勤労青少年ホーム	090-9934-1846

【女性限定】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
明るく楽しいフラダンス ハーウワカ°アノホマーレ	高木よし子	木	9:30～10:45	新城市役所近く	090-7610-6999
明るく楽しいフラダンス ハーウワカ°アノホマーレ	高木よし子	木	13:00～14:15	新城市役所近く	090-7610-6999
姿勢をととのえる やさしいヨガ	矢賀美紀代	月・水	20:00～21:00	東新町公民館	090-7043-7986

【65歳以上の方限定】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
ー5才を目指せ 背骨を調律する運動教室	矢賀美紀代	火	13:00～14:00	東新町公民館	090-7043-7986

## 千郷中学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
HLCやさしい エアロビクス	平松加代子	第2・4火	10:00～11:30	野田公民館	090-6804-3820
エアロビクス	平松加代子	水	10:00～11:30	野田公民館	090-6804-3820
気功太極拳	日本健康太極拳 協会師範	木	9:30～11:30	西部公民館(ちさと館)	23-4454(伊藤好子)
シンプルヨガ	篠宮千栄子	木	10:00～11:30	野田公民館	090-9934-1846
姿勢調整ヨガ	所晴子	金	10:00～11:10	西部公民館(ちさと館)	090-2137-8794
気功太極拳	伊藤好子	土	10:00～11:30	西部公民館(ちさと館)	23-4454
健康体操 自彊術 (じきょうじゅつ)	水野美佐子	月	13:30～15:00	野田公民館	25-0071
健康体操 自彊術 (じきょうじゅつ)	水野美佐子	金	19:30～21:00	石田公民館	25-0071

### 【女性限定】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
明るく楽しいフラダンス ハーウアラカブ アノホーリエ	高木よし子	金	9:30～10:45	諏訪公民館	090-7610-6999
明るく楽しいフラダンス ハーウアラカブ アノホーリエ	高木よし子	土	19:30～20:45	野田公民館	090-7610-6999

### 【男性優先(女性も可)】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
男の健康ヨガ 晴yoga	所晴子	火	13:30～14:30	西部公民館(ちさと館)	090-2137-8794

## 東郷中学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
健康体操自彊術 (じきょうじゅつ)	水野美佐子	木	10:00～11:30	大海 泉昌寺	25-0071
健康体操自彊術 (じきょうじゅつ)	水野美佐子	金	15:00～16:30	大海 泉昌寺	25-0071
健康体操自彊術 (じきょうじゅつ)	水野美佐子	月	19:30～21:00	大海 泉昌寺	25-0071
姿勢調整ヨガ 晴yoga	所晴子	木	19:50～21:00	川路公民館	090-2137-8794

### 【女性限定】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
健康体操教室 ひまわり	今泉勝代	水	13:30～15:00	愛知東農協本店3階	22-4135 (農協組合員課)
ヨガ	渡部恵子	木	13:30～14:30	JA愛知東本店3階ホール	22-2044 (菅谷ゆり子)
明るく楽しいフラダンス ハーウアラカア アノホマーレ	高木よし子	木	19:00～20:15	平井公民館	090-7610-6999

### 【子ども(3～15歳)対象(親子可)】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
明るく楽しいフラダンス ハーウアラカア アノホマーレ	陶山孝子	土	18:00～19:15	平井公民館	090-7610-6999 (高木よし子)

### 【60歳以上(60歳未満は要相談)】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
ハワイアンで 歌謡曲で どちらも楽しむ フラダンス	下山由美子	月	10:30～11:45	新城市シルバー人材センター	090-8739-7602

### 【65歳以上(65歳未満は要相談)】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
健康イキイキ教室 体操&水中ウォーキング	コパンスポーツ クラブ指導員	木	9:40～11:20	コパンスポーツクラブ新城	23-8011



## 八名中学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
八名ヨガ教室	篠宮千栄子	第1・3月	19:00～20:30	中宇利集落センター	090-9934-1846
健康体操教室 うり会	篠宮千栄子	第2・4火	13:30～15:00	中宇利集落センター	090-9934-1846
気功太極拳	伊藤寿規	火	19:30～21:30	中宇利集落センター	22-4454

## 舟着小学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
健康体操教室 舟着サークル	篠宮千栄子	水	19:30～21:00	鳥原児童館	090-9934-1846

## 作手中学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
つくですっきり 体操クラブ(中高年向き)	篠宮千栄子	木	14:00～15:30	作手リフレッシュセンター	38-1120(黒谷博美)

## 鳳来中学校区

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
のんほいお元気クラブ	青山恵里	月	10:00～11:30	大野中央集会所	090-8679-5030
健康体操教室 大野	篠宮千栄子	火	10:00～11:30	鳳来中央集会所	34-0721(丸山伊智子) 32-0266(野々村真佐子)
ハワイアンで 歌謡曲で どちらも楽しむフラダンス ハ-ラウ フラマヒ <sup>o</sup> リ アロハ	下山由美子	木	10:00～11:15	鳳来中央集会所	090-8739-7602
乗本教室	青山恵里	木	10:00～11:30	乗本公民館	090-8679-5030
川合教室	青山恵里	金	10:00～11:30	川合公民館	090-8679-5030
ハワイアンで 歌謡曲で どちらも楽しむフラダンス ハ-ラウ フラマヒ <sup>o</sup> リ アロハ	下山由美子	土	10:00～11:15	鳳来中央集会所	090-8739-7602
アクアビクス	竹本英子	木	13:30～14:30	ゆ～ゆ～ありいな	090-1560-1703
気功太極拳	日本健康太極拳 協会師範	木	13:00～15:00	東部生きがいセンター	23-4454(伊藤好子)
アクアウォーキング	竹本英子	金	13:30～14:30	ゆ～ゆ～ありいな	090-1560-1703
アクアビクス	竹本英子	月	19:00～20:00	ゆ～ゆ～ありいな	090-1560-1703
姿勢調整ヨガ 晴yoga	所晴子	火	20:00～21:10	市民センターほうらい	090-2137-8794
ハワイアンで 歌謡曲で どちらも楽しむフラダンス ハ-ラウ フラマヒ <sup>o</sup> リ アロハ	下山由美子	水	19:00～20:15	海老構造改造センター	090-8739-7602
ボール体操	竹本英子	水	19:00～20:00	東部生きがいセンター	090-1560-1703
ハワイアンで 歌謡曲で どちらも楽しむフラダンス ハ-ラウ フラマヒ <sup>o</sup> リ アロハ	下山由美子	水	19:30～20:45	山吉田ふれあいセンター	090-8739-7602

### 【女性限定】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
ハワイアンで 歌謡曲で どちらも楽しむフラダンス ハ-ラウ フラマヒ <sup>o</sup> リ アロハ	高木よし子	水	19:30～21:15	大野区事務所	090-7610-6999
明るく楽しいフラダンス ハ-ラウアラカ <sup>o</sup> アノホマー <sup>o</sup> ヒ	高木よし子	金	19:30～20:45	市民センターほうらい	090-7610-6999
美しく魅せたい ウォーキング+ボディメイク	ルネールマロ (鈴木)	木	19:00～20:00	市民センターほうらい	090-1287-2045

### 【75歳以上】

講座名	講師名	曜日	講座時間	場所	連絡先
のんほいお元気クラブ	青山恵里	火	10:00～11:30	大野中央集会所 (マット使用)	090-8679-5030