

★作品展示★

11/22  
11/23

**水墨画**  
⑫『墨英会』  
水墨画(墨彩画)のサークルです。今年で発足してから20年目が過ぎ皆で楽しく描いています。

**書道**  
⑪『桜会』  
変体かなや漢字も学んでいます。是非ご鑑賞ください。

**毛筆ペン**  
⑦『わかば会』  
(かな書道)和歌、俳句または一字書きを書きました。

**編物**  
⑨『今戸編物の会』  
手編のぬくもりを展示しています。

**書道**  
⑩『映硯会』  
墨の香にひたりながら、心静かに筆をとっています。その成果をどうぞご覧ください。

**水彩画**  
①『彩光会』  
初心者からベテランまで色彩豊かな作品です。

**似顔絵**  
⑥『智の会』  
個性的な似顔絵を展示します。「カンタンに描ける似顔絵速習グッズ」も体験してください。

**油絵**  
②『青美会』  
色彩と線を心の思うままに、自由に表現したいと描いているグループです。

**水彩画**  
③『竹彩会』  
初歩の水彩画(透明水彩)をおしゃべりを交えて楽しく学んでいます。

**和裁**  
④『和裁を楽しむ会』  
ひと針ひと針に心をこめた着物、帯などの和裁作品を展示します。

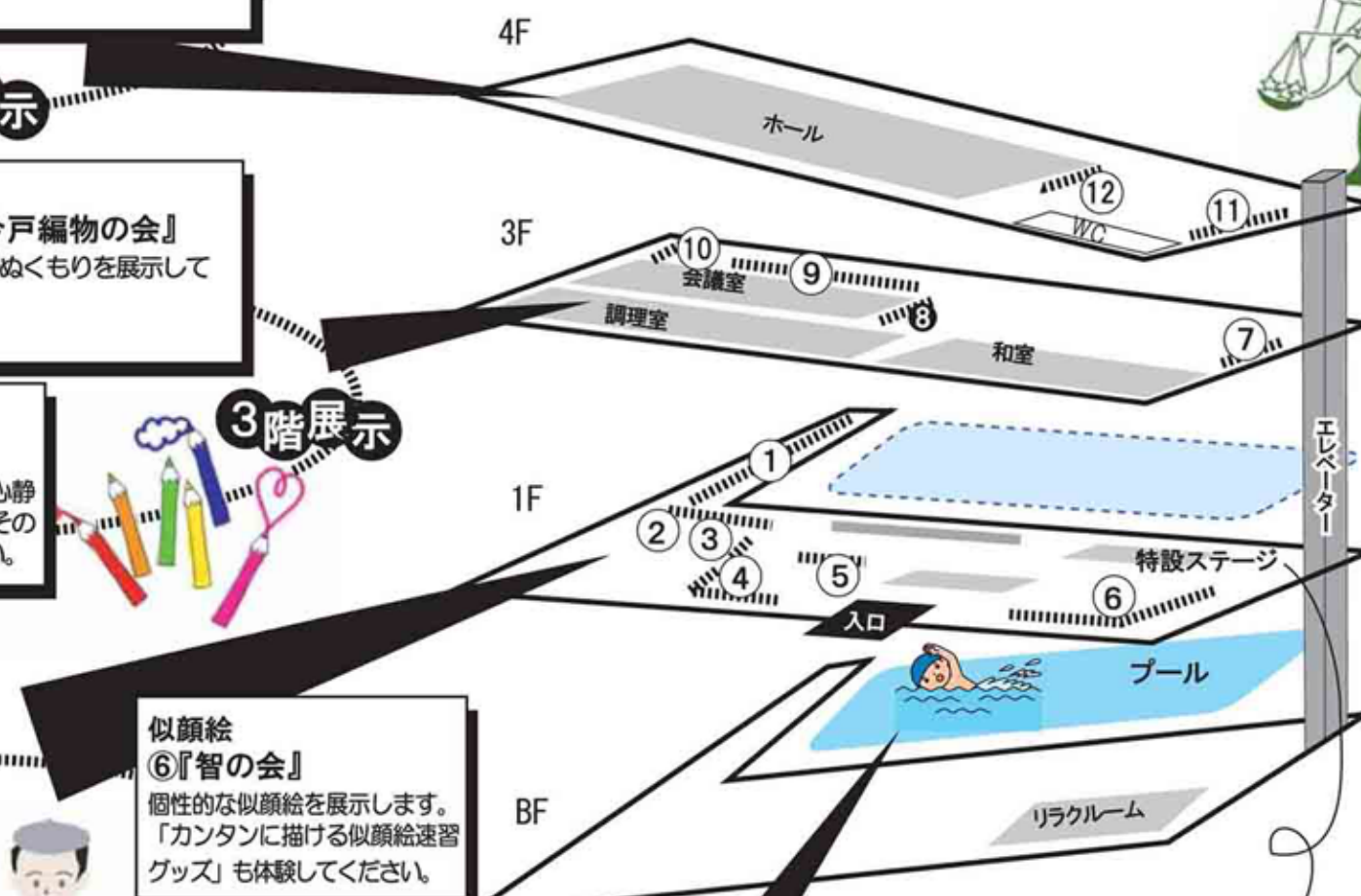
**折り紙**  
⑤『折づる会』  
一枚の紙からいろいろな作品の生まれる楽しい教室です。かわいいおみやげもありますよ。

新しい何かが...あるかな?  
新しい仲間そして自分の楽しみを見つけよう!!

4階展示

3階展示

1階展示



予約 ▶ は全て事前予約が必要です!!  
Tel: 3842-5352

占いコーナー

1F7-1前 『占研究会』  
無料占いで開運しよう。手相風水知れどカードで占います。  
定員: 各8名(8回開催) 要予約  
①11:30~ / ②12:00~ / ③13:00~ / ④13:30~  
⑤14:30~ / ⑥15:00~ / ⑦16:00~ / ⑧16:30~

お茶会  
3F和室 11/23  
茶道...『青葉会』  
一服のお茶で安らぎを!!  
定員: 各15名(2回開催)  
菓子代: 300円 要予約  
①14:00~ / ②14:40~

まずは挑戦!! 気軽に何か体験してみよう??

体験会

**エアロビクス**  
●『MaMaピクス』  
音楽に合わせて楽しく動きませんか? 初めてのママも是非どうぞ!!



11/22  
4F・多目的ホール  
13:15  
13:20 予約 ▶ エアロビクスに挑戦  
MaMaピクス(13:20~)  
定員: 30名 / 要予約  
14:00 ▶ バランスボールフィットネス  
マイフィットネス(14:00~)  
定員: 20名 / 要予約  
15:20 ▶ 日本舞踊  
日舞 雪の会(15:20~)  
定員: 各20名 / 要予約  
扇子持参  
①15:20~ ひばりのささ  
②15:50~ 殺陣/立廻り

3F・会議室  
▶ 囲碁は楽しいゲームです  
上野囲碁会(13:15~)  
定員: 10名 / 予約不要  
▶ 囲碁  
●『上野囲碁会』  
碁は楽しいゲームです。  
老若男女誰でもすぐ打て、友達になれます。  
▶ 占開運法を教えます。  
占研究会(15:30~)  
定員: 30名 / 要予約  
筆記用具持参

11/23  
3F・和室  
09:00  
横笛  
●『台東横笛会』  
音が出ると嬉しくなります。曲が吹けると楽しくなります。  
★気軽に参加ください。  
11:00  
みんなの教育文化交流会  
英語観光ガイドを通して訪日外国人に日本の良さを伝えませんか? 資格取得講座ではありません  
12:10  
ピラティス  
●『Shibaピラ』  
簡単な動きで深部の筋肉も鍛えバランスの良い身体づくりを!  
13:10  
ピラティス  
●『Shibaピラ』  
簡単な動きで深部の筋肉も鍛えバランスの良い身体づくりを!  
13:45  
14:45  
▶ あなたもお茶を点ててみよう  
青葉会(15:20~)  
定員: 16名 / 要予約  
菓子代: 300円

3F・会議室  
▶ ケーナを吹いてみよう  
下町ケーナ同好会(11:25~)  
定員: 10名 / 要予約  
▶ 横笛に挑戦  
台東横笛会(12:10~)  
定員: 6名 / 要予約  
飲料水(手鏡)持参

BF・リラクーム&プール  
▶ 子どもプール遊び  
山武(9:00~)  
定員無 / 予約不要  
持参: 泳帽、スイムキャップ、タオル、ゴーグル(必要方)  
▶ スポーツ吹き矢[B1リラク]  
沙羅の会(11:00~)  
定員: 10名 / 予約不要  
▶ スポーツ吹き矢  
●『沙羅の会』  
吹き矢とは健康を目的としたスポーツです。小学生から高齢男女どなたでもできます。

BFスーパースタッフ 11/23  
キッズアクアエアロビクス  
「☆きらきらキッズ☆アクア」  
「きらきらキッズ♪」の音楽に合わせて、チームになって楽しむクラスです。  
飛び入り参加OK!  
水着とキャップを持って遊びにきてね!  
対象: 3歳~小学生(未就学は親子で)  
モノクラブ  
日程: 23日  
時間: 15:00~15:45

11/23  
☆☆特設ステージ☆☆  
4階ホールで行っているパフォーマンス演奏の中から、有志でアコースティック演奏をお届け!  
①11:00~11:30  
台東横笛会による横笛演奏  
②12:30~13:00  
Morning Gloryとアコビンドのコラボ演奏  
③14:00~14:30  
下町ケーナ同好会のフォルクローレ演奏  
④15:30~16:00  
ミズプレイヤー-台東によるアコビンド演奏  
お子様と一緒に歌っちゃお! トロロ他

11/23  
フェス・カフェ  
軽食とドリンクを召し上がっていただくカフェを開店します。  
料理サークルが心を込めて手作りの「作品」をお楽しみください!!  
◆手作りパンの会「MAMANN」  
1つ1つ心をこめて、「あんパン」を焼きあげました。  
◆上野でクッキング  
会員の手による打ちたて、ゆでたての日本ソバをぜひどうぞ!



★メニュー★  
●あんパン(11:30~).....80円(150個)  
●盛りそば.....300円  
※12:30~14:00(入替制:要予約)  
※なくなり次第終了となります。

山武カフェ 11/22-23  
皆さまに心をこめて! 手づくりスイーツでホッと一息しませんか?  
22日 14:00~16:00  
23日 11:30~16:00  
●飲み物.....50~80円  
●デザート.....50円  
●豚汁セット...150円(23日のみ)  
※なくなり次第終了となります。

