

ふりがな	えすあいえいからて
団 体 名	SIA空手
活 動 分 野	O スポーツ
活 動 内 容	空手
会 員 数 など	43名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	月会費 5,000円～
活 動 日	月曜日を除く毎日
活 動 場 所	築地・日本橋・月島社会教育会館
連 絡 先	氏名:岩田 電話:080-4147-0156 メール:info@shotokania.com
P R	国際交流が盛んな空手サークルです。各種大会で優勝を含む多数の選手がいます。空手を通して英語も学べます。

ふりがな	きょうぎすぽ一つふきや
団 体 名	競技スポーツ吹矢
活 動 分 野	O スポーツ
活 動 内 容	競技スポーツとして10m先の的に当てた得点を競う練習
会 員 数 など	18名
募 集	有(随時)
会員の条件	男女の年齢を問わず吹矢を競技スポーツとして楽しみたい方
会 費 など	会場使用料などを都度徴収
活 動 日	主に平日 13時～17時(会場の抽選次第で土曜日・日曜日・祝日もあり)
活 動 場 所	月島社会教育会館
連 絡 先	氏名:山崎 英昭 電話:090-6569-9283
P R	腹式呼吸が健康に効果的と話題のスポーツ吹矢は筒に入れた矢を10m先の的に吹当てて点数を競う競技で、希望者は全国大会などへ出場します。

ふりがな	ぎんざやまのかい
団 体 名	銀座山の会
活 動 分 野	〇 スポーツ
活 動 内 容	登山
会 員 数 など	15名
募 集	有(随時)
会員の条件	成人で健康な登山が好きな方
会 費 など	年会費 6,000円 入会費 1,000円
活 動 日	例会は原則月2回 火曜日 登山は主に毎週末。
活 動 場 所	築地社会教育会館
連 絡 先	氏名: 館野 健司 電話: 090-9954-3523 HP: https://ginza-yamanokai.com/
P R	四季を通じて沢登り、山スキー、登山、ハイキングを楽しんでいます。

ふりがな	こうぶかい
団 体 名	幸武會
活 動 分 野	〇 スポーツ
活 動 内 容	合気道
会 員 数 など	5名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	月会費 1,500円
活 動 日	月4回 月曜日 18時30分～
活 動 場 所	月島社会教育会館
連 絡 先	氏名: 幸武會 事務局 メール: koubu.aikido@gmail.com
P R	試合がなく、稽古の中で、互いに礼をつくし、相手を思いやり、和合を学ぶことを目的としています。まずはお気軽に、お問い合わせください。

ふりがな	しょうりんじけんぼう ちゅうおうつきしますぼーつしょうねんだん
団 体 名	少林寺拳法 中央月島スポーツ少年団
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	少林寺拳法
会 員 数 など	20名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	下記連絡先にお問い合わせください
活 動 日	毎週水曜日 19時～、毎週土曜日 14時～
活 動 場 所	月島社会教育会館、月島スポーツプラザほか
連 絡 先	氏名:西川 明輝 電話:090-7237-2790 メール:shorinji_tsukishima@yahoo.co.jp
P R	少林寺拳法は1947年に創始された日本の武道です。未経験の方、老若男女、外国の方、大歓迎です！まずはお気軽に見学、体験ください。

ふりがな	しんでんかい
団 体 名	真伝会
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	居合・剣術・杖術の稽古
会 員 数 など	7名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	月会費 5,500円、入会費 5,000円
活 動 日	毎週日曜日 10時～12時
活 動 場 所	アートはるみ
連 絡 先	氏名:藤田 稔 電話:090-1764-2684 HP: https://shindenkai.org/
P R	1693年から続く無外流の居合を稽古しています。形居合の他、木刀による組太刀や杖術など幅広く稽古でき、体力や心の修養にも役立ちます。

ふりがな	すぽ一つあんどかるちゃーくらぶ
団 体 名	スポーツ&カルチャークラブ
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	様々なスポーツに必要な動作修得をするための練習
会 員 数 など	18名
募 集	有(随時)
会員の条件	3歳～小学生
会 費 など	月会費 6,920円、年会費 4,200円、(年度途中の入会は月割)、保険料 1,000円
活 動 日	毎週木曜日 15時～18時(クラス分けあり)
活 動 場 所	アートはるみ、集会場ほか
連 絡 先	氏名:平沼 健 電話:090-5556-2865
P R	子どもたちの運動能力を向上して「運動オンチ」をなくし、スポーツや運動を好きになれるよう様々な動作を楽しく修得するため練習しています！

ふりがな	ちゅうおうくせいしょうねんからてどうくらぶ
団 体 名	中央区青少年空手道クラブ
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	空手練習
会 員 数 など	17名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	月会費 3,000円
活 動 日	月曜日～金曜日 夜間
活 動 場 所	日本橋社会教育会館、区内小学校
連 絡 先	氏名:神田 典明 電話:03-5547-0301
P R	空手道の基本や礼儀を子どもから大人まで、わかりやすく指導します。大会に出たり黒帯を目指してみませんか。

ふりがな	ちゅうおうくふきやれくりえーしょんさーくる
団 体 名	中央区吹矢レクリエーションサークル
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	吹矢での競技
会 員 数 など	14名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	1,000円／回
活 動 日	毎月 月曜日・木曜日
活 動 場 所	月島社会教育会館
連 絡 先	氏名:山中 邦隼 電話03-6873-8845
P R	吹矢は腹式呼吸を用いた有酸素運動として健康増進に効果的な軽スポーツです。腹式呼吸は内臓脂肪の減少に繋がります。挑戦してみてください。

ふりがな	つきじかぽえいらのかい
団 体 名	築地カポエイラの会
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	カポエイラの練習(動き・楽器・ポルトガル歌)
会 員 数 など	10名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	大人 1,000円／回 子ども 500円／回
活 動 日	毎週土曜日 18時30～20時45分
活 動 場 所	築地社会教育会館
連 絡 先	氏名:藤原 メール:tsukijicapoeira@gmail.com
P R	ブラジルのダンス・パフォーマンス・格闘技であるカポエイラ。老若男女楽しく練習しています。お気軽にご参加ください！

ふりがな	つきじからてくらぶ
団 体 名	築地空手クラブ
活 動 分 野	○ スポーツ
活 動 内 容	伝統派空手の基本動作の練習を行う空手クラブ
会 員 数 など	14名
募 集	有(随時)
会員の条件	空手に興味をお持ちであればどなたでも
会 費 など	月会費 3,000円(別途保険料 年間 7,000円)
活 動 日	毎週水曜日・金曜日 前半18時30分～、後半19時30分～
活 動 場 所	築地社会教育会館
連 絡 先	メール:tsukiji.karate@gmail.com
P R	空手の基本練習を通して子どもたちには心身の成長を促し社会人には心身のリフレッシュを提供します。見学・体験練習は随時受け付けています。

ふりがな	にほんばしちありーだーず
団 体 名	日本橋チアリーダーズ
活 動 分 野	○ スポーツ
活 動 内 容	チアリーディング
会 員 数 など	16名(保護者除く)
募 集	有(随時)
会員の条件	中央区在住もしくは在学の年中から中学校3年生まで
会 費 など	月会費 2,500円(別途ユニフォーム代あり)
活 動 日	毎週土曜日 午前
活 動 場 所	日本橋社会教育会館、日本橋小学校
連 絡 先	氏名:日本橋チアリーダーズ事務局 メール:nihonbashigoldwing@gmail.com
P R	「明るく楽しく元気よく」をモットーに小学生を中心としたチアリーディングチームです。信頼関係や協調性を学び健康な心と体を育みます。

ふりがな	にんぎょうちょうすぽ一つふきやくらぶ
団 体 名	人形町スポーツ吹矢クラブ
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	スポーツ吹矢の練習
会 員 数 など	12名
募 集	有(随時)
会員の条件	スポーツ吹矢と一緒に楽しめる方
会 費 など	500円／1コマ(50分) ※2コマ・3コマ連続利用も可
活 動 日	週1～2回程度 平日 13時～17時(抽選結果による)
活 動 場 所	日本橋社会教育会館
連 絡 先	氏名:梅原 葉子 電話:03-3527-2493(銀座大成功倶楽部内)
P R	「楽しくなければ吹矢じゃない!」がモットー!いつでも、どこでも手軽にゲーム感覚で楽しめるスポーツ吹矢で、健康効果もバッチリです!

ふりがな	にんぎょうちょうふきやのかい
団 体 名	人形町吹矢の会
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	健康増進と仲間作りのレクリエーション吹矢
会 員 数 など	14名(60～80代)
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	500円／回(都度徴収)
活 動 日	月2回 第1・第3木曜日 14時～16時
活 動 場 所	日本橋社会教育会館
連 絡 先	氏名:内田 恵子 電話:090-7230-2218 メール:keiko.sokei@gmail.com
P R	激しいスポーツは苦手の方。ゆっくりとした運動で身体機能アップになり健康を維持して楽しい生活を送りましょう!

ふりがな	びかつよが
団 体 名	美活ヨガ
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	地域の人たちと交流、ヨガを通して体を動かす真実を学ぶ
会 員 数 など	8名(女性中心)
募 集	有(随時)
会員の条件	体を動かしたい方
会 費 など	月会費 2,000円
活 動 日	月4～5回 毎週水曜日
活 動 場 所	月島社会教育会館
連 絡 先	氏名:中西 ナオ 電話:090-2819-7224
P R	毎週水曜日9時30分から美脚美尻骨盤ヨガ、10時30分から月経血ヨガをお伝えしています。背骨に注目したヨガです。興味ある方はぜひ！

ふりがな	びすたいる ぱわーうおーく
団 体 名	美スタイル パワーウォーク
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	多様なウォーキングによる姿勢改善と体力向上を目指す
会 員 数 など	12名
募 集	有(随時)
会員の条件	自分で歩けること。歩くことが好きなこと。
会 費 など	500円／回
活 動 日	月1回 第3月曜日 10時～11時
活 動 場 所	日本橋社会教育会館
連 絡 先	氏名:牧 敏江 電話:090-7216-2708
P R	転倒防止・強い足腰・美しい姿勢。筋トレと有酸素運動を組み合わせたウォーキングエクササイズ。年齢性別問わず行えます。皆で美姿勢。

ふりがな	ふいつとねすあんどりずむぼくしんぐ
団 体 名	フィットネス & リズムボクシング
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	(1部)サーキットトレーニング (2部)ボクササイズ
会 員 数 など	30名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	(1部)500円／回 (2部)1,500円／回、初心者コース1,000円※都度徴収
活 動 日	月・木 1部:9時30分～10時50分 2部:11時～11時50分
活 動 場 所	月島社会教育会館
連 絡 先	氏名:相原 電話:080-7011-3572 メール:aggay0425@gmail.com
P R	運動は最高のアンチエイジング法! 20～80代の女性が和やかに楽しく汗を流しています。

ふりがな	ほぐしよが
団 体 名	ほぐしヨガ
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	ヨガ
会 員 数 など	5名(女性のみ)
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	下記連絡先にお問い合わせください
活 動 日	月曜日 9時30分～11時
活 動 場 所	月島社会教育会館、自宅
連 絡 先	氏名:中島 景子 電話:090-4670-5997
P R	筋膜リリース、ヨガ、トレーニングを合わせていくことで身体のバランスを整えていく。

ふりがな	みんくすぐるふくらぶ
団 体 名	ミンクスゴルフクラブ
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	ゴルフ講習会、コースでのプレイ
会 員 数 など	31名
募 集	有(随時)
会員の条件	中央区ゴルフ教室受講者、会員の親族、在住在勤の方
会 費 など	年会費 10,000円 入会費 2,000円
活 動 日	幹事会は毎月1回 第1金曜日
活 動 場 所	日本橋社会教育会館、千葉・茨城のゴルフ場
連 絡 先	氏名:中村 盛夫 電話:090-1836-9729 FAX:03-3561-1546
P R	-

ふりがな	りょうぶかい つきしまどうじょう
団 体 名	良武会 月島道場
活 動 分 野	0 スポーツ
活 動 内 容	空手
会 員 数 など	45名
募 集	有(随時)
会員の条件	特になし
会 費 など	月会費 2,000～3,000円
活 動 日	毎週日曜日(原則午前中)
活 動 場 所	月島社会教育会館、アートはるみ
連 絡 先	氏名:中島 電話:080-4001-8601 HP: http://ryobukai-tsukishima.seesaa.net/
P R	未就学児からシニアまで、一緒に空手を楽しんでおります。