

令和8年度 前期 [2026年4月～9月]

サンライフ北島
サンビレッジ北島
YGKドーム

受講生募集

サンライフ北島 受付日 **3月1日(日) 午前9時** から3月18日(水)までの開館中 [先着順]

※一部の教室で整理券を午前8時45分より配布します。配布する教室はサンライフ北島までお問い合わせください。
※整理券の配布は1教室につきお1人様1枚とします。(先着順) ※電話・FAX等での申し込みはできません。受講料を添えてお申し込みください。

TEL. 698-7118
698-7361

お知らせ (詳しくは以下の教室一覧をご覧ください。)

残席について

新規
開講予定

No.57 ヨガ ピラティス

ヨガとピラティスの良いところを組み合わせ
たクラスです。2つの相乗効果でよりバラ
ンスのとれたからだづくりをしましょう。

No.60・61 キッズ英会話A・B

外国人英会話講師と一緒に英語を楽し
く学びましょう。

変更等

No.15

現代水墨画

講師・時間変更

空白……………余裕あり
△……………5名以下
×……………満席

・満席のクラスでキャンセル待
ちを希望の方はお問い合わせ
ください。

(体)のマークの講座は体験できます。(受講料 900円 各講座1回限り) 日程等、詳しくは施設までお問い合わせください。

幸せづくり教室

●受講料/14,400円(税込)
[全18回]※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
1	書道 A	月	10:00～11:30		△
2	書道 B	月	13:00～14:30	徳島県硬筆書道研究会理事 泉心会所属 笹田 真里	
3	実用筆ペン	月	15:00～16:00		
4	ペン習字	火	14:30～16:00	県硬筆書道研究会 東 円子	
5	小筆・実用書道	火	19:00～20:30	徳島県書道展審査会員 長原 泉月	
6	英会話(初級) (体)	金	19:30～20:30	英会話講師 クリス・ リトルフィールド	
7	トラベル英会話 (体)	月	19:30～20:30		
8	華道(未生流)	火	19:30～21:00	未生流 徳島支部 藤川 恵甫	
9	華道(池坊)	水	9:30～11:00	池坊 徳島支部 福永 清風	
10	華道(嵯峨御流)	月	10:00～11:30	嵯峨御流華道徳島司所会員 重永 孝甫	
11	着付(初級)	土	10:00～11:30	装道きもの学院承認教室 新浜 陽子	△
12	手編	火	10:00～11:30	全日本編物技芸協会会員 坂東 昌美	
13	パッチワーク	火	10:00～12:00	(一社)現代工芸美術家協会会員 鳥井 明子	
14	洋画(油絵・水彩画)	金	10:00～11:30	洋画家 乾 繁春	
15	現代水墨画	土	13:00～15:00	光珠水墨会師範 山地 正吾	
16	童謡・愛唱歌(火) (体)	火	13:00～14:00		
17	童謡・愛唱歌(金) (体)	金	10:30～11:30	声楽家 園元 千鶴	△
18	ウクレレ①(経験者)	水	9:00～10:20		
19	ウクレレ②(初級者)	水	10:30～11:50	大野ギター音楽院講師 平岡 俊司	
20	ウクレレ③(初心者)	金	13:30～14:50		

健康づくり教室

●受講料/14,400円(税込)
[全18回]※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
21	卓球	金	19:30～21:00	徳島県卓球協会強化委員	
22	ラージボール卓球	土	10:00～11:30	元 大分国体優勝 四国総体優勝(S) 中村 一政	
23	バドミントン(初級)	水	19:30～21:00	徳島県バドミントン協会参与 増金 秀行	△
24	大人のためのバレエ (体)	火	15:15～16:30	エトワールクラシックバレエエコール 所属講師 浜田 美紀	△
25	ハワイアンダンス(月) (体)	月	13:00～14:00	ハワイアンダンスインストラクター 浜辺 淳子	△
26	ハワイアンダンス(金) (体)	金	9:45～10:45	中四国ハワイアン協会 インストラクター 宮本 久恵	△
27	ハワイアンダンス(水) (体)	水	18:30～19:30		
28	ベリーダンス エクササイズ (体)	金	11:00～12:00	公益法人JAF 日本フィットネス協会正会員 大野 留美	
29	ZUMBA(水) (体)	水	10:00～11:00	ZUMBAインストラクター 中田 美和	
30	ZUMBA(金) (体)	金	12:20～13:10	ZUMBAインストラクター 矢野 真弓	
31	フレッシュ・ アップ体操 A (体)	金	13:30～14:45		
32	フレッシュ・ アップ体操 B (体)	土	17:00～18:15	NPO法人・ステップ21 徳島支部長 西田 茂子	
33	ボディコンディショニング フィットネス	土	9:30～11:00	NCAコンディショニング インストラクター 矢野 真弓	
34	パワーシェイプヨガ ビギナー (体)	金	19:15～20:15	全米ヨガアライアンス200時間 終了講師 福田 七穂子	
35	ヨーガ(火) (体)	火	13:30～15:00	ヨーガインストラクター 豊島 陽子	△
36	ヨーガ(水) (体)	水	13:30～15:00		△
37	太極拳 (体)	金	13:30～14:30	日本太極拳連盟三段公認指導員 吉永 八重子	
38	和楽氣の若返り気功 (体)	月	15:15～16:15	大気道師範代 里見 和代	
39	Discodanceで フィットネス (体)	水	19:45～20:45	ダンス講師 高田 まこ	

少人数クラス

●受講料/16,800円(税込)
[全18回]※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席	No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
40	英会話(火・初級) (体)	火	14:30～15:30	外国人英会話講師		45	まなざしの写真講座	月	15:00～17:00	フォトグラファー 幸田 青滋	
41	韓国語① (体)	金	13:30～14:30			46	社交ダンス(火・初中級) (体)	火	17:45～19:15	四国地域会理事 葛西 千恵子	
42	韓国語② (体)	火	10:30～11:30			47	社交ダンス(土・初中級) (体)	土	13:00～14:30	JBDF徳島県プロフェッショナル ダンス教師協会 鈴木 つみ子	
43	韓国語③ (体)	金	15:00～16:00	韓国語講師 姜 順任							
44	韓国語④ (体)	月	14:00～15:00		△						

中級
↑
初級



特別教室 [4月～9月] ●受講料/7,200円(税込) [全9回] ※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
48	マジック(手品)	土	19:30～21:00	徳島マジッククラブ所属 藤本光子	
49	楽しい絵手紙A	土	10:00～12:00	日本絵手紙協会公認講師 松本美恵	
50	楽しい絵手紙B	水	13:30～15:30		
51	折り紙	水	10:00～11:30	徳島おりがみ研究会 佐藤淑子	
52	初めてのグラスアート	火	13:30～15:00	日本グラスアート協会インストラクター 清水晶子	
53	ちりめん手芸(月)	月	13:00～15:00	手工芸講師 坂東昌美	
54	ちりめん手芸(火)	火	13:00～15:00		
55	ハーモニカ	水	13:30～15:00	民族楽器研究家 川竹道夫	
56	健康一生!自分で守る! 楽々姿勢改善& 痛み解消教室(体)	火	10:45～12:00	トクシマフィットネスラボ主宰 健康運動指導士 関本真美	

特別教室 [4月～9月] ●受講料/8,400円(税込) [全9回] ※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
57	NEW ヨガ ピラティス(体)	火	12:00～13:00	ヨガ・ピラティスインストラクター 谷順子	
58	～全身ととのう～ フローヨガ(体)	日	9:30～10:30	ヨガインストラクター 彩生	

特別教室 [4月～9月] ●受講料/9,600円(税込) [全9回] ※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
59	絵心がなくても大丈夫! 癒しのツールペイント	水	19:30～21:00	日本手芸普及協会認定指導員 富永ゆかり	

子ども対象教室 [4月～9月] ※講座中の保護者の方の入室はできません。

No.	教室名	対象	曜日	時間	受講料	講師	残席
60	NEW キッズ英会話A	5歳～小2	月	16:00～17:00	22,000円(税込)	英会話講師 クリス・リトルフィールド	
61	NEW キッズ英会話B	小3～小6	月	17:10～18:10	[全18回]		
62	キッズダンスA(基礎)(体)	小学生	月	16:30～17:30	16,800円(税込)	JDAC認定 ダンス指導員 春名真美子	
63	キッズダンスB(応用)(体)		月	17:40～18:40	[全18回]		△

短期特別教室 [4月～6月] ●受講料/7,200円(税込) [全9回] ※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
64	リラクゼーションリンパ	火	19:00～20:30	ホルミシスセラピスト 講師 中原多佳子	
65	男性のための健康運動教室(体)	土	19:30～20:15	運動インストラクター 宮下広和	
66	骨盤エクササイズ(体)	水	11:00～12:00	健康運動指導士 中野千穂	
67	認知症予防!脳若トレーニング(体)	水	13:30～14:30	脳若トレーニング 認定トレーナー 田中泰子	△
68	ZUMBA(月)(体)	月	19:30～20:30	ZUMBAインストラクター 小手川千帆	△
69	ZUMBA(火)(体)	火	19:20～20:20		△

短期特別教室 [4月～6月] ●受講料/8,400円(税込) [全9回] ※18歳以上

No.	教室名	曜日	時間	講師	残席
70	暮らしに役立つパソコン講座	土	10:00～11:30	マイクロソフトオフィスマスター 清水ユミ	△
71	シニアからはじめるやさしいストレッチ(体)	火	13:30～14:30	フィットネスインストラクター 福田七穂子	△
72	シニアからはじめる簡単★筋力アップ(体)	金	13:00～14:00		△

一般財団法人 北島町労働者福祉協会

申込注意事項

- ※18歳以上の方なら、どなたでも受講できます。
- ※各施設の申込書にご記入の上、受講料を添えてお申し込みください。
- ※申込受付期間後に、本人の都合で受講できなくなった場合、受講料の返金はできません。
- ※受講申込者が定員に満たない教室は、中止することがあります。
- ※各教室とも子ども連れ及び申込者以外の方の受講はできません。
- ※開講後の教室の変更は認められません。
- ※他の方に申込受付後の権利を譲ることはできません。
- ※教室により、教材費が必要な場合があります。
- ※教室への入室は開始時刻の30分前からです。早く来られても入室できません。

●申込時にお伺いした個人情報は、教室の運営などに利用いたします。
ご本人の同意を得ることなく、第三者へ開示・提供することはありません。

講師募集

サンライフ北島、サンビレッジ北島、YGKドームでは、新規講座開設を計画しております。各施設で開催可能な企画をお持ちの講師の方は、具体的な講座内容を明記の上、当法人宛までお送りください。選考の上、追ってご連絡いたします。

1日教室

対象：18歳以上 受講料：1回900円
申込受付：3月1日(日)～定員を満たすまで

真向法体操

シンプルなエクササイズで健康な体づくりをして筋肉貯金をしよう!

令和8年3月27日(金)、4月17日(金) 時間(共通)：10:00～12:00

サンライフ北島文化祭

作品展示 令和8年3月7日(土) 10:00～20:00
3月8日(日) 10:00～15:00
発表会 令和8年3月8日(日) 10:00～16:00(予定)

Instagramはじめました! 教室の紹介や施設の情報をお届けします!

Follow us

サンライフ北島 @sunlife_kitajima
サンビレッジ北島 @svkitajima
北島北公園総合体育館 @kitakoen

北島町生涯学習センター

サンライフ北島



[平日] 午前9時00分～午後9時30分
[日曜・祝日] 午前9時00分～午後5時00分
[休館日] 毎週木曜日・年末・年始
板野郡北島町中村字川田9-1(北島町総合庁舎西隣)
TEL(088)698-7118 FAX(088)698-8301
URL https://roufukkyou.jp
※曜日、催物によっては駐車場が混雑することがあります。

北島町温水プール

サンビレッジ北島



[平日] 午前10時00分～午後9時30分
[日曜・祝日] 午前10時00分～午後5時00分
[休館日] 毎週木曜日・年末・年始
板野郡北島町中村字日開野51番地の5
TEL(088)683-2388 FAX(088)683-2389
e-mail sv-club@mb.pikara.ne.jp
URL https://roufukkyou.jp
駐車場/70台・身障者/4台

北島北公園総合体育館

**YGKドーム
北公園スポーツ広場**



[平日] 午前9時00分～午後9時30分
[日曜・祝日] 午前9時00分～午後5時30分
[休館日] 毎週月曜日・年末・年始
板野郡北島町太郎八須字五反地10-1
TEL(088)697-3241 FAX(088)697-3245
URL https://roufukkyou.jp
駐車場/150台・身障者/6台

**北島町民体育センター
北島町クリーンテニスコート**



[平日] 午前8時30分～午後9時30分
[日曜・祝日] 午前8時30分～午後9時30分
[休館日] 毎週月曜日・年末・年始
板野郡北島町中村字中内11-1
TEL(088)698-8386
駐車場/64台

