

日付	曜日	時間	内容	場所
1	金	10:00~12:00	ボウリング同好会	てだこボウル
		10:30~12:00	三線民謡講座	工作室
		13:00~14:30	レクダンス同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会	2Fフロアー
		14:00~15:30	三線初級	工作室
2	土	13:00~14:30	三線同好会	中広間
4	月	『みどりの日』休館 (書道は11日に振替その他の同好会は休み)		
5	火	『こどもの日』休館 (民謡講座、三線基礎は休み)		
6	水	『憲法記念日振替』休館 (ペン字は13日に振替その他同好会は休み)		
7	木	10:00~11:30	ロコモ体操同好会	多目的ホール
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	ボイストレーニング同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	フラダンス同好会	中広間
8	金	10:00~12:00	ボウリング同好会	てだこボウル
		13:00~14:30	レクダンス同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会	2Fフロアー
		14:00~15:30	三線初級	工作室
9	土	13:00~14:30	三線同好会	中広間
		15:00~17:00	詩吟同好会	中広間
11	月	10:00~12:00	★初心者卓球同好会★	多目的ホール
		10:00~11:30	書道講座(4日の振替)	工作室
		13:00~14:00	みんなの筋トレ同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	囲碁同好会	2Fフロアー
12	火	10:00~11:30	民謡講座	多目的ホール
		10:00~11:30	三線基礎	工作室
		10:30~11:30	囲★初めてのウクレレ★	2Fフロアー
		13:00~15:00	囲★初めての健康麻将講座★	2Fフロアー
13	水	10:00~12:00	中級卓球同好会	多目的ホール
		10:30~12:00	ペン字同好会(6日の振替)	工作室
		10:30~12:00	ハンドクラフト(手芸)同好会	工作室
		13:00~15:00	琉舞講座	多目的ホール
14	木	10:00~11:30	太極拳講座	多目的ホール
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	歌・三線古典音楽講座	中広間
		13:00~14:30	フラダンス同好会	多目的ホール
15	金	10:00~12:00	ボウリング同好会	てだこボウル
		10:30~12:00	三線民謡講座	工作室
		13:00~14:30	レクダンス同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会	2Fフロアー
		14:00~15:30	三線初級	工作室

日付	曜日	時間	内容	場所
16	土	13:00~14:30	三線同好会	中広間
18	月	10:00~12:00	グランドゴルフ同好会	天久ちゅらまち公園
		10:00~12:00	★初心者卓球同好会★	多目的ホール
		10:00~11:30	書道講座	工作室
		13:00~16:00	囲碁同好会	2Fフロアー
19	火	10:00~11:30	民謡講座	多目的ホール
		10:00~11:30	三線基礎	工作室
		10:30~11:30	囲★初めてのウクレレ★	2Fフロアー
		13:00~15:00	囲★初めての健康麻将講座★	2Fフロアー
20	水	10:00~12:00	中級卓球同好会	多目的ホール
		10:30~12:00	ペン字同好会	工作室
		13:00~15:00	琉舞同好会	多目的ホール
21	木	10:00~11:30	ロコモ体操同好会	多目的ホール
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	ボイストレーニング同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	フラダンス同好会	中広間
22	金	10:00~12:00	ボウリング同好会	てだこボウル
		13:00~14:30	レクダンス同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	象棋(チュンジー)同好会	2Fフロアー
		14:00~15:30	三線初級	工作室
23	土	13:00~14:30	三線同好会	中広間
		15:00~17:00	詩吟同好会	工作室
25	月	10:00~12:00	グランドゴルフ同好会	天久ちゅらまち公園
		10:00~12:00	★初心者卓球同好会★	多目的ホール
		13:00~14:00	みんなの筋トレ同好会	多目的ホール
		13:00~16:00	囲碁同好会	2Fフロアー
26	火	10:00~11:30	民謡講座	多目的ホール
		10:00~11:30	三線基礎	工作室
		10:30~11:30	囲★初めてのウクレレ★	2Fフロアー
		13:00~15:00	囲★初めての健康麻将講座★	2Fフロアー
27	水	10:00~12:00	中級卓球同好会	多目的ホール
		10:30~12:00	ペン字同好会	工作室
		13:00~15:00	琉舞講座	多目的ホール
28	木	10:00~11:30	太極拳講座	多目的ホール
		11:30~12:45	上地流空手道・古武道同好会	多目的ホール
		13:00~14:30	歌・三線古典音楽講座	中広間
		13:00~14:30	フラダンス同好会	多目的ホール
29	金	13:30~15:00	◆運営委員会◆	中広間
第5週につき、講座、同好会はお休みです				
30	土	15:00~17:00	詩吟同好会	工作室

※ 初心者卓球同好会、健康麻将講座は人数制限があるため 申込みした方のみの受講となります。今期受付は定員に達した為、終了しました。



## <運営委員会を開催します!>



5月29日(金)午後1時半~(多目的ホールにて)  
令和8年度 第1回運営委員会を開催いたします。  
各教室・同好会の運営委員さんは出席をお願いします。  
※ まつりについての話し合いもあります。ぜひご出席ください。

## 《ありがとうございました》



初心者卓球 比嘉様より たくさんの楽器の寄贈がありました。  
ご協力感謝致します。  
安謝憩の家では令和8年度の活動に必要な下記の物品をまだまだ募集  
しております。家で眠っている楽器、使用していない麻雀パイなどのご提供  
ご協力よろしくおねがいします。



\*ドラムセット(生) \*ドラムスティック \*ギター \*ギターアンプ  
\*ベース \*ベースアンプ \*ウクレレ \*麻雀パイ \*基石



## 🌸 火焰木(かえんぼく) 🌸

憩の家玄関前の火焰木が鮮やかな花を咲かせて  
います。枝先に赤い大きな花が群がって咲いている  
様子が炎のように見えることからこの名がついたと  
言われています。

沖縄では春から初夏にかけて見頃を迎える花と児童館の  
こいのぼりとのコラボレーションで玄関前を彩り豊かに  
してくれています。

また、2階フロアーの窓からはちょうど目の高さで  
花が観賞できますよ!是非見に来てください。



## 安謝老人憩の家とは。。。

那覇市内在住の60歳以上の市民の方々に教養の向上とレクリエーション  
の場を提供し老人の心身の健康増進を図ることを目的とした施設です。

書道、詩吟、囲碁等の趣味・教養、三線古典、民謡、ウクレレ等の音楽や  
太極拳グラウンドゴルフ、ロコモ体操等のスポーツ・体操、そして民踊、  
琉舞フラダンス等の舞踊など他にも様々な活動を実施しております。

いつでも見学または体験ができますので、お気軽にご利用ください。  
利用の際は登録が必要です。事務所スタッフにお声かけください。

### <三線基礎講座>

6月2日スタート  
三線の持ち方、工工四の読み方  
弦のおさえ方等。  
はじめて三線を習う方向けの  
講座です。  
講師:田畑 元栄氏  
毎週火曜日  
午前10時~11時半

### <ペン字同好会>

~美文字への道~  
ペン字を楽しむとともに、  
実際に課題にも挑戦する  
少額負担有り。  
講師:上杉蓮子氏  
毎月第一・三・四水曜日  
午前10時半~12時

## 講座 同好会 会員募集

### 新規講座 <はじめてのウクレレ講座(全10回)>

初めてウクレレを触る方、家にあるけど奏でた事がない方  
ウクレレを持って集合!!癒しの音で素敵なひと時を!  
講師:堀川 和歌子(ワーカー宜野湾)氏  
5/12(火)~毎週火曜日 10時30分~11時30分  
定員:15名  
持ち物:ウクレレ  
要申込み 4/27(月)10時半~定員に達し次第締め切り

