

2021 年度
前期 4月～9月

会員募集

さあ！元気に笑顔で楽しく活動しよう！



3/1から 受付開始！

※全プログラム先着順・定員になり次第受付終了となります。

柿生小学校 特別活動室

小学生	キッズダンス教室	火曜日	16:00～17:00
小学生	自分に合った護身術教室	金曜日	16:00～17:00
特別支援児	ステップアップ教室	土曜日	13:30～14:30
小学生 初心者(1・2年生)	フォニックス英語教室 A	土曜日	14:50～15:35
小学生 経験者(3・4・5年生)	フォニックス英語教室 B	土曜日	15:45～16:30
大人	ZUMBA教室 (時間場所変更)	水曜日	18:00～18:45

柿生小学校 校庭(雨天時アリーナ)

小学生	サッカー教室	水曜日	16:00～17:00
小学生	走り方教室	木曜日	16:00～17:00

麻生区役所 柿生分庁舎

大人	囲碁教室	水曜日	9:30～10:30
大人	デッサン教室	水曜日	11:00～12:00
小学生	想像力育成教室	木曜日	16:00～17:00

柿生小学校 図工室

小学生	スポーツスタッキング教室	水曜日	16:00～17:00
小学生	こども囲碁教室	木曜日	16:00～17:00

白鳥公園

小学生～大人	クubb(KUBB)教室	第1・3土曜日	9:00～11:00
--------	--------------	---------	------------

年間登録料 2000 円 / 1 人。教室により会費が異なります。詳しくはHPでご確認ください。

※GETコロナ対策：行政指導・学校基準に沿って対応しています。

柿生小学校 アリーナ(体育館)

小学生	ボールを使った運動教室	月曜日	16:00～17:00
小学生	プロレスラーに学ぶ体づくり教室	金曜日	16:00～17:00

教室説明・お申し込みは ➡



お問い合わせ先

事務局 080-3754-2017

GET ホームページ <https://get-kakio.com>

get-kakio

検索

※年度更新になります。現会員も再申込みをお願いします。3/1以前のお申込みは受け付けられませんのでご注意ください。

無料ポールウォーキング体験教室

春イベント

整形外科医が考案。健康づくり、体力づくり、姿勢改善、生活習慣病の予防 メタボ予防 ダイエット・転倒予防など

① 3/14 (日) 10:00～12:00

② 3/21 (日) 10:00～12:00

集 合：柿生小学校正門 (職員玄関側) 受付 9:45～

ルート：片平川健康ロードと周辺公園

持ち物：飲み物・手袋・運動し易い服装・マスク・リュックサック (両手が使える様に)
(ポールはGETでご用意します。)

雨天時：中止 (参加者に当日 9 時までに連絡をします。)

健康状態により参加できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

春イベントのお申し込みは
お電話にて！➡ GET事務局

正しい姿勢で健康ウォーキング！

筋トレ運動
有酸素運動
ストレッチ運動



GET 講師・コーチ紹介

たくさんの講師・コーチが教室を盛り上げてくれています。

①名前 ②ニックネーム ③経歴・メッセージなど

ボールを使った運動教室 (月曜日・アリーナ)

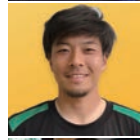
サッカー教室 (水曜日・校庭 / アリーナ)



和光クラブ:「多様性」「多世代」「多志向」のスポーツの「総合性」と文化活動を通じ、躍動的なところと身体で、スポーツと地域の方々を笑顔でつなぎ、GET の子ども達をサポートしています。



①佐藤 誠 ②シャチョー
③サッカーを通じて、地域を活性化したい小さな野望あり。「好きこそものの上手なれ」前向きに、楽しく、素敵な時間を過ごしましょう!!



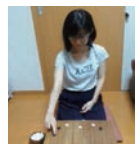
①奈良 大祐 ②コロク
③小学生の時にサッカーの虜に。そこから中・高・大とサッカー一筋! 今はサッカーのコーチやっています!! 好きなこと、楽しいこと、一生懸命取り組もう!



①篠宮 希望 ②ひかり
③一回一回を皆さんと一緒に楽しく元気に過ごしたいと思っています! よろしくお祈りします!

こども囲碁教室 (木曜日・図工室)

囲碁教室 (大人) (水曜日・柿生分庁舎)



①太田 真美 ②おおた先生
③全国高校囲碁選手権女子個人優勝経験あり。囲碁は難しいイメージがありますが、ルールは簡単です。まずは体験してみてくださいね♪

ステップアップ教室 (土曜日・特別活動室)



①井村 哲之 ②いむら先生
③子ども達の個性は、障がいの有無に関係なく、いくつもの才能にあふれています。その個性の中にある、ひとつひとつの可能性を見つけて行くことを目標にしています。

走り方教室 (木曜日・校庭 / アリーナ)



①金 泰基 ②さんちゃん
③日本体育大学 4 年で陸上競技の混成をしていました。特に走ることが得意で速くなる喜びを感じてほしいです。運動の基本は走ることでありと考えています。その走りを楽しみながら練習をして伸ばしていきたい! 今の自分を超越する走りをして!



①前川 由美子 ②ゆみコーチ
③ランナーズマイスター取得
フルマラソン・ウルトラマラソン完走。
現在 伴走やペースメーカーも務めています。
「できた!」「速くなった!」が沢山聞けるよう指導します。
私と楽しみながらかけっこナパー 1!! 目指しましょう。



①和光クラブコーチ (不定期)

プロレスラーに学ぶ体づくり教室

(金曜日・アリーナ)



①TAMURA ②TAMURA
多摩区・麻生区を中心に活動するプロレス団体「HEAT-UP」代表。
ケガをしにくい体、どんな事にも負けない強い精神を育てることをめざして、大事な礼儀も熱く指導します!
サブ講師は現役プロレスラー。体作りのプロ流トレーニング方法で子ども向けに安全指導で楽しく教えます。みんなでHEAT-UPしましょう!

スポーツスタッキング教室

(水曜日・図工室)



①瀬尾 剛 ②せおっぴ
③スポーツスタッキング初代日本チャンピオン。
2021年 オンライン日本大会マスターズ部門優勝。
2014年 マスターズ部門世界・アジアチャンピオン。
現在日本代表選手兼コーチ。
カップを山の形に積んで崩すまでの速さを競うスポーツスタッキング。
今から始めれば日本大会入賞も夢じゃない!



①渡辺 亜紀子 ②あっこ
③2018年 WSSA-JAPAN公認スポーツスタッキング指導者資格取得。
やればできる! その先のスランプ脱出のサポートします!



①伊藤 悦子 ②えっちゃん
③2018年 WSSA-JAPAN公認スポーツスタッキング指導者資格取得。
子ども達が目をキラキラさせながら、自己記録更新に素直に喜び姿はともて素敵です。子ども達と共に喜び、成長出来るような教室を目指します。

キッズダンス教室

(火曜日・特別活動室)

子どもはあらゆる可能性を持っていますので、ダンスが好きなお子さんから、あまりダンスに興味のないお子さんまで様々ですが、音楽とダンスがきっかけとなり、楽しい居場所であることにより、一人一人の個性を引き出し、のびて行くことを目標にしています。

ZUMBA教室 (水曜日・特別活動室) ★時間場所変更

ZUMBA (ズンバ) は世界各国の音楽にのせて踊る、簡単に楽しいダンスフィットネスです。ダンスを通じて心と体を動かし、自分らしさを引き出していきます。ダンス経験不要。運動不足解消や、何かアクションをおこしたかった方! 自分らしく、のびのびと、自由に ZUMBA で踊りましょう。



①影山 育代 ②いっちゃん先生
ダンスに興味を持ちミュージカルの世界へ。エアロビクス、ZUMBAのインストラクターを経てフィットネスサクル「VIVID Fitness」を設立。
VIVIDの他、東急オアシス、エスフォルタ、NA スポーツクラブ、ルネサンス、ベイリズム、その他首都圏のカルチャーセンターや公共施設にて指導実績。

①住田 美香 ②みかちゃん先生

※骨盤調整コンディショニングはしばらくの間休講

想像力育成教室

(木曜日・柿生分庁舎)



①島津 乃州江 ②ノズせんせい
③絵画教室スタジオ チェント ノズ主宰 木版画家
EQ 絵本講師。大学芸術学部を卒業後、デザイナーとして社会経験を積み、その後自由が丘等で 20 年以上子ども向け絵画教室を主宰。生誕した頃から持っている想像力・創造力・描く力。成長と共に薄れていってしまいがちなこの力を無限に伸ばしていきたいと思っています。



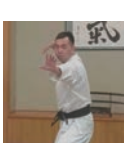
①森 裕介 ②ゆうさん
③子ども造形教室 atelierBIK 主宰
名古屋芸術大学美術領域アートクリエイターコース非常勤講師。飛鳥未来さずな高等学校小田原キャンパス非常勤講師。レストナック幼稚園造形活動講師。都内高齢者施設でのアート教室の企画開催等。
「なんだろう」から「なるほど」までの道のりをたくさん寄り道をしながら発見する『気づき』こそが想像力のきっかけになります。『気づき』の芽と一緒にグングン伸ばしていきたいでしょう。

デッサン教室 (水曜日・柿生分庁舎)



①田屋 亜里沙 ②ありさ先生
③多摩美術大学絵画科油画専攻卒業。美術予備校講師。フリースクールやサポート校などで美術を教える。TVドラマ作品貸出、パリ・東京などで作品展示。現代美術紙展で優秀賞、文化村絵画展で文化村賞、サムホール展で優秀賞など。
大人になっても楽しむ時間は必要。夢中になって、癒される・・・絵を描きながら、そんな教室を目指しています!

自分に合った護身術教室 (金曜日・特別活動室)



①阿部 雅嗣 ②ケロちゃん
③合気道歴39年、幼稚園、保育園、合気道の先生職業! 子どもの味方!
楽しく、身を守る事を武道のエッセンスから学ぼう!
男の子、女の子問わず出来ます。
みんなが来るの待ってます。

フォニックス英語教室 A/B (土曜日・特別活動室)



①稲葉 理砂 ②LISAせんせい
③テニスを始め身体を動かすことが大好き! 香港・ドイツ・イギリスにて10年間の子育て経験を経て帰国後は大手英会話スクールにて14年間指導。現在はスクールや学童保育のレッスンの傍ら、小学生から高校生まで英検や定期試験対策の指導も受け持ち、毎年多くの生徒さんを英検合格に導いています♪アルファベットの文字には音があります。文字と音のルール(フォニックス)を学んで英単語を正しく読み、英語特有の発音方法を歌やゲームを交えながら身につけ、読めた! わかる! といった実感を体感しましょう! 語学は若ければ若いほど抵抗なく楽しく身に付きます。英検 JR. 試験にも挑戦し、自信をつけながらステップアップしていきましょう! Come and join us!!