

# クラブの紹介①

	曜日	時間	場所	指導者	備考
 卓球	2・4 水	10:00～12:00	卓球室	土井 さよ子	
	内容			会費	
	活動日の他、月・水・金曜日に自主練習を行っています。自主練習では試合形式でダブルスをしています。春と秋にはクラブ主催の大会があります。			会費:2,500円/年	
 社交ダンス	1・3 火	13:30～15:30	第一研修室	伊藤 長廣	
	内容			会費	
	ルンバ、タンゴなど初心者から初級者向けの基本レッスンです。社交ダンスの楽しさを共有することを目的としています。			会費:なし	
 太極拳	2・4 火	13:30～15:30	大広間	御厨 英代	
	内容			会費	
	24式太極拳の習得と、全員参加のクラブ運営(出来ること積極参加)			会費:2,000円/6か月	クラブ規約有り
 華道	1・3 水	10:00～12:00	クラブ室	千々和 華翠	
	内容			会費	
	流派 桂式桂古流 花を活けたあと、先生に批評してもらい、活けた花はクラブ終了後に各自持ち帰っています。			花材費:800円/1回 支払いはクラブのある日にその場で済ませます。	
 絵手紙	2・4 水	10:00～12:00	第一研修室	長谷川 きぬ恵	
	内容			会費	
	年間のカリキュラムに沿って活動していきます。制作した作品は、先生からのアドバイスを受けたり、皆さんで鑑賞しながら交友を深めます。			会費:500円/年	
 体操	2・4 水	13:30～15:15	大広間	野田 貞子	
	内容			会費	
	練功十八法※や、尿漏れ予防体操などクラブのメンバーの希望を取り入れながらやっています。 ※(前段と後段:図解した模造紙を見て体操)			会費:なし	
 俳句	1・3 木	9:30～12:00	第一研修室	池上 ウタ子	
	内容			会費	
	作ってきた作品を発表し、全員で作品の批評をしています。月に1回、卓球室の前に飾っている作品を自分たちで入れ替えています。			会費:なし	
 新園芸	2・4 木	10:00～12:00	クラブ室	塩見 満	
	内容			会費	
	各自手入れしたい鉢植えがあれば持参して、または当センターの庭にある鉢植えを使用して手入れ方法を学んでいます。			会費:1,000円/年	

※会費等変更になっている場合があります。詳しくは見学の際、指導者や代表者に直接ご確認ください。

# クラブの紹介②

	曜日	時間	場所	指導者	備考
民謡 	1・3 金	13:30～15:30	クラブ室	西村 龍晴	
	内容			会費	
	先生が三味線を弾きながら、さまざまな曲を教えてください。			会費:会費:なし	
書道 	2・4 金	10:00～12:00	第一研修室	山本 翠久	
	内容			会費	
	お手本に沿って練習しながら、先生に添削してもらっています。			会費:会費:300円/月 1月と7月に半年分(1,800円)をまとめて徴収します。	
舞踊 	2・4 土	10:00～12:00	第一研修室	美富士流 舞希宏	
	内容			会費	
	着物を着て、日本舞踊を練習しています。			会費:会費:なし	

※会費等変更になっている場合があります。詳しくは見学の際、指導者や代表者に直接ご確認ください。

# 同好会の紹介

	曜日	時間	場所	備考
カラオケ 同好会 	2・4 火	9:30～14:30	ふれいーむ	
	内容			会費
	「カラオケ一番」を使用しています。			入会金:500円 会費:1,200円/半年
健康 マージャン 同好会 	1・3 木	13:00～16:00	囲碁・将棋室	
	内容			会費
	賭けない・飲まない・吸わない健康マージャンを徹底し、マージャンの楽しさを共有することを目的としています。			会費:なし
フラダンス 同好会 	2・4 金	13:00～15:30	クラブ室	
	内容			会費
	健康の維持、増進、親睦。			会費:1,000円以内/月
童謡同好会 	1・3 土	10:00～12:00	みどりの図書室	
	内容			会費
	童謡を愛好し、歌唱の技能を磨きたいという人をもって構成しています。ラジカセでテープを流しながら楽しく歌を歌っています。			会費:なし

※会費等変更になっている場合があります。詳しくは見学の際、指導者や代表者に直接ご確認ください。