

# 今宿地区センター サークル会員募集中！

今宿地区センターを利用しているサークルの中で、会員募集をしているサークルをご紹介します。これから何か始めようと思っている方、興味を持たれた方、見学を希望する方は、地区センターにお問い合わせください。

NO.	分類	サークル名	内 容	活動日	時間
1	水墨画	墨泉会	宮崎弘子先生のお手本を元に水墨画を学んでいます。和気あいあいとした雰囲気で手だけでなく口も動かして楽しんでいます。年に1回サンハートで展覧会を開催しています。	毎月 第2・4 火曜日	12:30 ～ 15:00
2	学習	Travel English	学校英語で習わない様な、日常会話によく使われる語の習得、定着。ハワイ在住13年で身についたフレーズの練習、定着で海外旅行で役立つ文型、語の学習を目的。	毎月 第1・3 金曜日	10:00 ～ 11:00
3	水彩画	アトリエ今宿	講師のお手本をちょっと自分のアイデアを加えて構成し、作品に仕上げています。彩色は、二紀会元委員、長宗希佳先生の「ハイテクニック洋画・彩色論」を基にしたレシピを使用しています。	毎月 第2・4 金曜日	9:30 ～ 11:45
4	コーラス	女声合唱団 ピースフル スカイ	ソプラノ、メゾソプラノ、アルトの三部に分かれてコーラスを楽しんでいます。指揮者の秋岸先生によるアレンジで、よく知っている曲も大変身!? ピアノ伴奏にもうっとり! 声出しあてもよく、気分もすっきりします。	毎月 第1水曜日 (活動は毎週水曜日)	9:45 ～ 12:00
5	手芸	グループ ☆リーフ	クラフトテープ、PPバンドを使ってバッグや小物を作っています。ご興味がある方、いちど見学にいらしてください。	毎月 第1・3 木曜日	9:00 ～ 11:00
6	ヨガ	ヨガさおり	身体を動かす事の好きな女性が集まり、先生の丁寧なご指導の下、それぞれの体の状態に合わせて無理なく楽しくヨガをしています。見学大歓迎です。ご一緒に健康的でしなやかな身体を手に入れましょう。	毎月 第1・3 木曜日	12:00 ～ 13:20
7	ヨガ	健康ヨガ	身体を動かす事の好きな女性が集まり、先生の丁寧なご指導の下、それぞれの体の状態に合わせて無理なく楽しくヨガをしています。見学大歓迎です。ご一緒に健康的でしなやかな身体を手に入れましょう。	毎月 第1・4 月曜日	10:00 ～ 11:20
8	書道	キッズ書道	幼児から高校生までの子どもたちが楽しく書道を学んでいます。お気軽に見学にいらしてください。お稽古日が変動があります。2月7日、14日、3月7日、14日、4月4日、11日の予定です。体験も可能です。	毎月 第1・2 土曜日	15:00 ～ 17:00
9	ヨガ ・ピラティス	ヨガティス クラブ	老若男女で和気あいあいと楽しく体を動かしています。未経験でも安心して参加できる内容ですので、ぜひ興味を持たれたら体験にお越しください。いつでもお待ちしています。	毎月 第1・3 金曜or日曜	10:00 ～ 11:00
10	合唱	男声合唱団 ひびき	楽しく声を合わせて歌うことは健康維持に大いに役立っています。平均年齢85歳、現在8名の男性がアカペラで日本や世界の名歌を楽しんでいます。思い切ってご一緒に合唱を楽しみませんか	毎月 第1・2・4 月曜日	9:30 ～ 11:30
11	ゴスペル (コーラス)	今宿サンライズ ゴスペル クワイア	ゴスペルサークルを始めて10年がたちました。歌うことは本当に楽しく皆若さあふれています。先生のユーモアを交えた楽しい指導で時間がたつのを忘れてしまいます。初心者オーケー、是非お立ち寄り下さい。お待ちしています。	毎月 第1・3 火曜日	13:00 ～ 14:30

NO.	分類	サークル名	内 容	活動日	時間
12	エアロビクスダンス	じょいふる	明るくかわいらしい川口先生と、エアロビクスダンス＆ストレッチをやっています。音楽に合わせて楽しく体を動かしませんか？体験レッスンにぜひいらしてください。	毎月2回 火曜日 (不定期)	午前中
13	スポーツ吹矢	今宿健康 スポーツ吹矢 同好会	スポーツ吹矢はおなかの底から吹く腹式呼吸で健康効果を実感します。吹く矢は軽く誰でも手軽に吹けます。真中に命中したときは壮快です。練習は和気あいあい楽しく行ってます。見学体験をお待ちしています。	毎月 第1・3 火曜日	15:00 ～ 17:30
14	色鉛筆画	色鉛筆画 今宿300	色鉛筆画は、色を重ね塗りして奥行きのある作品に描き上げます。彩色の順序は講師のレシピを参考にしていますので、だれでも気楽にたのしめます。 一度、のぞいてみてください。まっています。	毎月 第2・4 火曜日	15:00 ～ 17:00
15	太極拳	太極拳 ファンソン	私達太極拳のサークル「ファンソン」です。12名で1週間に1度、ゆっくりとした動作で身体能力また筋力を高め、24式太極拳の他に剣や扇等日々わきあいあいと仲良く楽しんでいます。 健康維持の為、ご一緒に運動してみませんか。	毎週 水曜日 (火曜日になる事もあります)	12:30 ～ 14:45
16	卓球	旭TTクラブ	卓球2年以上の経験者を募集しています。出欠自由にしていますので、参加者は10名を越えることはほとんどありません。参加費は1回、200円です。お試し参加歓迎です。（体育館履きとラケット持参）	毎月 第1～4 水曜日 2回以上	12:00 ～ 15:00
17	書道	遊書の会	遊書とは、躍動感ある筆運び、漢字の意味合いをわかりやすく美しくおもしろく表現すること。文字を遊んで書く楽しさを少しずつ味わえるようになってきました。見学してみませんか。	毎月 第4 水曜日	10:00 ～ 12:00
18	合唱	ラ・ヴィオレッタ	混声合唱です。譜読みから始まって、練習を重ね本番を迎える。歌唱の後、万雷の拍手を受けると、安堵感と達成感で胸が一杯になり充実感を覚えます。聴くだけでなく実際に歌って一緒に感動を味わいませんか。 男性歓迎です。	毎月 第2・4 水曜日	9:30 ～ 11:30
19	ウクレレ	メレ・オハナ	音楽は聴くだけでなく自分で弾きながら歌うのはより楽しみが増します。楽器を触ったことのない方でも取り組みやすいのがウクレレです。毎月第3月曜日9時半から今宿地区センターで練習していますので、来てみませんか。	毎月 第3 月曜日	9:30 ～ 11:30
20	書道	さくら書の会	諏訪先生の下で20年以上続く書道の会です。初心者からベテランまで、和やかに楽しく書道を楽しんでいます。新人さん大歓迎です。いつでもおいで下さい。お待ちしています!!	毎月 第1・3 水曜日	9:30 ～ 11:15
21	ダンス	今宿 スクエアダンス	スクエアダンスはアメリカで生まれたフォークダンス。いろいろな音楽にのって歩く速さで「コール」と呼ばれる人の指示で動く脳トレ的なダンスです。大人から子供まで誰でも楽しめます。ご参加お待ちしています！	月2回 木曜日	12:00 ～ 15:00
22	手芸	ふくろうの会	編物、小物、縫い物（直し物）等、講師はいないのでそれぞれ出来る方が教え合ってやっています。少人数のサークルです。参加お待ちしています。	毎月 第1 水曜日	12:00 ～ 15:00
23	ヨガ	じょいふるヨガ	リラックスした雰囲気の中でのヨガです。会員は随時募集しております。一度見学にいらっしゃいませんか。体験レッスンもありますので、お問い合わせください。 ご参加お待ちしております。	月2回 火曜日	10:20 ～ 11:20

※サークル情報は2026年1月の情報です。団体の都合により一部変更となる場合がありますのでご了承ください。



問い合わせ：今宿地区センター

電話 045-392-1500