

# 公民館自主サークル 参加者募集

公民館を活動拠点として、多くの市民の皆さんが自主サークルで楽しく学習されています。興味のある方は、各公民館にお問い合わせください。**見学も大歓迎です!**

連絡先	中央公民館……………72-4412
	大東公民館……………71-2011
	本城公民館……………71-3011
	都井基幹集落センター…71-4011
	市木支所……………71-5014

※自主サークルは会員の会費（講師料・部屋代ほかで）運営しています。



## ◆健康・スポーツ・レクリエーション

サークル名	日	時
Yoga (ヨガ) グレース 昼の部	月3回 月曜日	15時~16時
Yoga (ヨガ) グレース 夜の部	第2・4 月曜日	19時半~20時半
フラダンス プアナニ	第1・3 金曜日	10時~12時
フラダンス フラ・クブラウマリエ	第1・3 火曜日	19時~21時
ヘルシーレディース 3B体操	第1・3 木曜日	13時半~15時半
3B体操(岬レディース)	第2・4 木曜日	10時~12時
3B体操同好会	第2・4 木曜日	14時~15時半
貯金体操 スイートポテト	第1・3 水曜日	13時半~15時
貯金体操 いちご会	第2・4 月曜日	13時半~15時
貯金体操 にこにこ会	第1・3 月曜日	13時~15時
貯金体操 カーネーション会	毎週 金曜日	9時半~11時半
Ds. kushima ノクターン(ストレッチ)	毎週月・水曜日	17時~21時
Ds. kushima ノクターン(ダンス)	毎週 日曜日	10時~20時
ストレッチ&ヨガの会	第1・3 水曜日	13時~15時
→ 羽遊(バドミントン)	毎週 火曜日	19時半~21時半
柔力球+α ラケットとボールを使った体操ほか	第1 月曜日	13時半~15時半
コスモスクラブ (ミニテニス)	毎週 木曜日	13時半~15時半
卓球クラブ	毎週火・金曜日	13時半~15時半
マンゴー (ミニバレー) たんぽぽ (ミニバレー)	毎週 木曜日	19時半~21時半
はまゆう (ミニバレー) なでしこ (ミニバレー)	毎週 金曜日	19時半~21時半
GOGOフェニックス (ミニバレー) ひまわり (ミニバレー)	毎週 水曜日	19時半~21時半
ミニバレー	毎週 火曜日	19時~21時
ミニテニス	毎週 金曜日	20時~22時
市木体操クラブ	毎週 水曜日	20時~21時

## ◆創作・体験・料理

サークル名	日	時
アトリエ・シャンテ 樹脂粘土と布を使った作品作り	第1・3 月曜日	13時~16時
クラフトテープで創作 ミセスクラフト	第2・4 木曜日	13時半~15時半
クラフトテープで創作 チャームクラフト	第2・4 月曜日	13時半~15時半
クラフトテープで創作 ひまわり	第1・3 火曜日	13時半~15時半
四つ葉のクローバー (陶芸教室)	第3 水曜日	10時~15時
水彩画(あざみの会)	第2 火曜日	13時半~15時半
和服から洋服へ 着物のリフォーム	第2・4水曜日	10時~12時
和服から洋服へ 和服のリフォーム	第2・4水曜日	13時半~15時半
布で作る小物 ハンドメイド	第2・4 土曜日	9時~12時
布で作る小物 手作りサークル	第2・4 水曜日	9時~12時
布で作る ソーイングもみじ	第4 金曜日	13時~16時
ふしぎな花倶楽部 押し花教室	第3 火曜日	10時~15時

## ◆教養・音楽♪・その他

サークル名	日	時
幼~中学生実用英会話 EEMクラブ	毎週 木曜日	18時~19時
エッセイクラブ SAKURA	第3 水曜日	13時半~15時半
ハッピースマイル(書道)	毎週 土曜日	9時~11時
書道サークル	第2・4 月曜日	13時半~15時
そろばん教室	毎週火・木曜日	15時~19時
さわやか パソコン同好会	毎週木・土曜日	木:10時~12時 土:14時~16時
ハンドベルとうた エンジェルハート	第1・3 火曜日	9時半~11時半
Jazz・ゴスペラを楽しむ Bright Light(サンシャイン)	第2・4 金曜日	10時~12時
Jazz・ゴスペラを楽しむ Bright Light(スターライト)	第2・4 金曜日	19時~21時
クシマドリーム プロジェクト(ダンス)	毎週 木曜日	19時~20時半
お琴 ひろみ会	第1・3 土曜日	13時半~15時半
マーじゃん	毎週 土曜日	13時半~15時半