

長田公民館 登録グループ 38 一覧表

2月・3月

見学は可、入会不可のグループ…[毛筆習字、お手玉、社交ダンス] 見学・入会共に不可…[絵手紙同好会]
その他のグループは、いつでも見学・入会できます。[登録料は入会時～3月末まで有効です。]

月曜日

| グループ名 | 時間 | 備考 |
|---------------------|-----------------|--|
| 1 家庭バレー月曜 | 10:00～ 12:00 | 会費:特になし ゴム製ボールを使用する6人制家庭バレーボールです。 |
| 2 篆刻サークル | 10:00～ 12:00 | 会費:月50円【月1回】 材料費実費負担。オリジナルの印を作ります。 |
| 3 切り絵サークル | 10:00～ 12:00 | 会費:月100円(材料費随時)【月1回】 文字や絵を切り抜いた作品を仕上げます。 |
| 4 フォークダンス | 13:00～ 15:00 | 会費:前期 3,500円、後期 3,500円(半期一括)【月3回～4回 講師:有】 様々なフォークダンスをしています。 |
| 5 ペン習字① | 13:00～ 15:00 | 会費:半期3,000円(半期一括)【月1回 講師:有】 講師に指導していただきます。 |
| 6 卓球 | 15:00～ 17:00 | 会費:必要に応じて徴収します。【月3～4回】 個人参加で卓球を楽しんでいます。 |
| 7 読み聞かせ 「タンポポの会」 | 15:00～ 17:00 | 会費:年 500円【月2～3回】 読み聞かせの練習をし、保育所・幼稚園でのボランティア活動をしています。 |

火曜日

| グループ名 | 時間 | 備考 |
|---------------------|-----------------|--|
| 8 家庭バレー火曜 | 10:00～ 12:00 | 会費:必要に応じて徴収します。【月3～4回】 ゴム製ボールを使用する6人制家庭バレーボールです。 |
| 9 リラックス ヨガ | 10:00～ 12:00 | 会費:1回600円(半期一括)【月2回 講師:有】 ゆったりとした呼吸でからだを伸ばし、 からだを動かす気持ちよさを感じています。自分のペースで無理なくできます。 |
| 10 レクリエーション スポーツ | 13:00～ 14:30 | 会費:1回300円(半期一括)【月4回 講師:有】 室内テニス・卓球・バレーボール・バ ドミントンをしたり、ストレッチや音楽に合わせた体操を行ったりしています。 |
| 11 生花① | 13:00～ 15:00 | 会費:半期5,000円(半期一括) 花代等:月2,400円【月2回 講師:有】 和気あいあいと生け花をしています。松月堂古流。 |
| 12 茶道 | 13:00～ 15:00 | 会費:半期10,000円抹茶、菓子代込(半期一括)【月2～3回 講師:有】 茶道の心を大事にして、練習に励んでいます。 |
| 13 たて笛・アルト | 13:00～ 15:00 | 会費:年1,000円【月2回 講師:無】 アルトリコーダーで素敵な音色を奏でています。 |
| 14 詩吟の会 | 13:00～ 15:00 | 会費:月1,000円【月4回 講師:有】 詩吟の練習に励んでいます。 |
| 15 健康体操C | 15:00～ 16:00 | 会費:1回200円(半期一括)【月3～4回 講師:有】 健康増進のため、体に無理のない運動をしています。 |
| 16 陶芸 | 18:30～ 20:30 | 会費:半期16,000円(半期一括) 材料費別【月3～4回 講師:有】 手びねりによる様々な作陶を楽しんでいます。 |
| 17 生花② | 18:30～ 20:00 | 会費:月 1,000円(半期一括) 花代:2回2,400円【月2回 講師:有】 和気あいあいと生け花を楽しんでいます。池坊。 |
| 18 バドミントン | 18:30～ 20:30 | 会費:年1,000円【月4回】 基礎練習と試合形式による練習をしています。 |

公民館の新型コロナウイルス感染症対策

①体調不良の方は参加
を自粛してください



ご自宅で検温してきて
ください。

②活動前と後にアル
コール消毒や手洗い
を行ってください



入口に消毒液があるの
でご利用ください。

③マスクを着用して来て
ください



④席の間隔や人との距離
を広げて行います



⑤換気をしながら行います





水曜日



※詳しくは各グループにお問い合わせください。

| グループ名 | 時間 | 備考 |
|------------------------|-----------------|---|
| 19 コーラス | 10:00～ 11:30 | 会費:前期 11,000円 後期 11,000円【月1～2回 講師:有】 女性のみ。大きな声で歌い、音楽を楽しんでいます。 |
| 20 毛筆習字 | 10:00～ 12:00 | 会費:年 3,500円【月3回】 楷書中心に練習しています。 |
| 21 ペン習字② | 10:00～ 12:00 | 会費:年 4,000円【月3回 講師:有】 月に1度、先生に指導していただきます。 |
| 22 囲碁ボール | 13:00～ 15:00 | 会費:年100円【月3～5回】 スティックで打ったボールを並べて得点を競うスポーツです。 |
| 23 朗読ふくろうの会 | 13:00～ 15:00 | 会費:年500円【月1回】 絵本大好きなグループです。感動と優しさをはぐみながら楽しく学習をし、老人ホームでボランティア活動をしています。 |
| 24 お手玉 | 13:00～ 15:00 | 会費:年600円(年一括)【月2回】 リズムにあわせて、手・足・目の運動。脳の活性化を計り老化を予防する。 |
| 25 フラワーアレンジメント | 13:00～ 15:00 | 会費:1回2,500円花代込み(2ヵ月分徴収)【月2回 講師:有】 花を生き生きと飾りつけるアレンジメントを行っています。 |
| 26 ボランティアグループ 「春風会」 | 13:00～ 15:00 | 会費:なし(材料費200～500円)【月1回 講師:有】 手芸作品を楽しんでもらうための作品作りをしています。 |
| 27 マジックサークル あじさい会 | 15:00～ 17:00 | 会費:1回1,000円【月1回 講師:有】 講師指導の元、マジックの練習・道具の製作をしています。 |
| 28 社交ダンスグループ | 18:30～ 20:30 | 会費:月 2,000円(毎月)【月3～4回 講師:有】 社交ダンスの練習は姿勢もよくなり、健康増進にも役立ちます。男性、大歓迎。 |
| 29 和裁教室 | 18:30～ 20:30 | 会費:なし(材料費実費負担)【月3～4回】 和裁の技術を身につけて、自分だけの着物を作ってみませんか。 |



木曜日



| グループ名 | 時間 | 備考 |
|------------|-----------------|--|
| 30 家庭バレー木曜 | 10:00～ 12:00 | 会費:なし【月2～4回】 ゴム製ボールを使用する6人制家庭バレーボールです。 |
| 31 健康体操A | 13:00～ 14:30 | 会費:1回300円(半期一括)【月4回 講師:有】 音楽に合わせてストレッチ運動やヨガを楽しんでいます。 |
| 32 生花③ | 13:00～ 15:00 | 会費:半期4,000円(花代2回 2,200円)【月2回 講師:有】 和気あいあいとしけ花を楽しんでいます。 |
| 33 健康体操B | 15:00～ 16:00 | 会費:1回200円(半期一括)【月3～4回 講師:有】 音楽に合わせてダンスやストレッチ運動を楽しんでいます。 |



金曜日



| グループ名 | 時間 | 備考 |
|------------|-----------------|--|
| 34 水彩画グループ | 10:00～ 12:00 | 会費:年1000円(年一括)【月2～3回】 材料費実費。静物画や風景画に取り組んでいます。 |



土曜日



| グループ名 | 時間 | 備考 |
|---------------------|-----------------|---|
| 35 リズム体操 | 10:00～ 12:00 | 会費:1回400円(半期一括)【月3～4回 講師:有】 音楽に合わせたダンスやストレッチ、マット運動で運動不足を解消しています。 |
| 36 識字教室 「ひまわりの会」 | 10:00～ 12:00 | 会費:1回100円【月4回】 日本語の読み書きの不自由な方が学習しています。ボランティアも熱心に活動しています。 |
| 37 絵手紙同好会 | 10:00～ 12:00 | 会費:月800円 材料費:月200円(半期一括)【月2回 講師:有】 季節を感じ心温まる絵手紙の練習です。 |
| 38 家庭バレー土曜 | 15:00～ 17:00 | 会費:なし【月4回】 ゴム製ボールを使用する6人制家庭バレーボールです。 |