

## 令和8年度 西郷公民館活動団体一覧

| No. | クラブサークル名          | 活動曜日            | 活動時間        | 使用する部屋 | 活動内容          |
|-----|-------------------|-----------------|-------------|--------|---------------|
| 1   | 西郷太極拳サークル         | 毎週金曜日           | 9:30～12:00  | ホール    | 太極拳の練習        |
| 2   | 西郷いきいき筋力トレーニング 教室 | 第2・3・4木曜日       | 10:00～11:30 | ホール    | 筋力維持・アップ      |
| 3   | 琴（斗光社）            | 第1・3火曜日         | 10:00～12:00 | 和室     | 琴練習           |
| 4   | 三味線（斗光社）          | 第2・4火曜日         | 10:00～12:00 | 和室     | 三味線練習         |
| 5   | 大正琴               | 第2・4木曜日         | 13:30～15:30 | 図書室    | 大正琴の練習        |
| 6   | 和紙ちぎり絵            | 第2土曜日           | 9:30～12:00  | 図書室    | ちぎり絵教室        |
| 7   | 西郷絵画サークル          | 第2・4水曜日         | 13:15～15:15 | 図書室    | 絵画基礎知識        |
| 8   | 健康体操              | 毎週火曜日           | 13:30～14:30 | ホール    | 音楽筋トレ         |
| 9   | 囲碁サークル            | 第2・4土曜日         | 13:00～16:00 | 図書室    | 囲碁の練習         |
| 10  | クラフトサークル          | 第1.3月曜, 第2.4火曜日 | 10:00～12:00 | 図書室    | クラフト作品作成      |
| 11  | REI輪ODORI         | 第1・3・5土曜日       | 18:00～21:00 | ホール    | 踊りの練習         |
| 12  | ハンドベルサークル         | 第1・3金曜日         | 13:00～14:00 | 図書室    | ハンドベルの練習      |
| 13  | 初めての茶道            | 第1・3木曜日         | 14:00～16:00 | 和室     | 茶道教室          |
| 14  | バランスボールサークル       | 第3土曜日           | 10:00～12:00 | ホール    | バランスボール筋トレ    |
| 15  | 西郷ギターサークル         | 第2・4日曜日         | 18:00～20:00 | ホール    | ギター演奏練習       |
| 16  | ダンスサークル           | 第4土曜日           | 12:00～15:00 | ホール    | ダンスの練習        |
| 17  | 手話あいうえお           | 毎週金曜日           | 11:30～12:30 | 図書室    | 手話勉強会         |
| 18  | ゆるトレクラブ           | 第2・4水曜日         | 14:00～15:30 | ホール    | 体操(ストレッチと筋トレ) |