

# 令和8年度 加納西公民館サークルのお誘い

☆公民館で新しいことを始めてみませんか?☆

種目	サークル名	内容	活動日			
			曜日	時間帯	部屋	
書道	筆の会	小筆の練習	1・2水	午前	9:30-11:30	会議室
英会話	やさしい英会話	やさしい日常英会話の学習	2・4火	午後	13:30-15:00	会議室
	加納西英語会	日常英会話の修得	1・2・3・4木	午前	10:00-12:00	会議室
盆踊り	加納西盆踊りサークル	盆踊りを楽しくおどる	3水	午後	13:30-15:00	ホール
フラダンス	レイ ラニ フラサークル	フラダンスの技術向上と地域社会貢献活動	2・4水	午後	13:00-16:00	ホール
	レファフラサークル	フラダンスの練習	毎週木	夜間	19:00-20:30	ホール
	ピカケ	フラダンスの練習	1・2・4月	午前・午後	①11-12②④13-16	ホール
体操	健康体操クラブ	真向法・組体操・自彊術	1・2・3・4水	午前	10:00-11:30	ホール
	ヨガ・ピラティス	ヨガ・ピラティス	2・4木	午後	14:00-16:00	ホール
	リラックスヨガ	ヨガ	2・3・4土	午前	9:30-10:45	ホール
	ゆったりヨガ	ヨガ	1・3月	午前	9:30-10:45	ホール
	楽しく健幸法	気功とストレッチ(筋トレ等)	2土	夜間	18:15-20:15	ホール
	加納西筋トレ体操クラブ	筋トレ・ストレッチ・脳トレ	毎週木	午前	10:00-12:00	ホール
セラバンド体操	いきいき学習会	生活と健康に役立つ学習・セラバンド体操	4水	午前	9:30-11:30	和室
気功	健やか気功	気功	1・3月	午後	13:30-15:00	ホール
剣詩舞	剣詩舞愛好会	剣詩舞の稽古	2・4月	午前	9:00-12:00	ホール
ハーモニカ	クロマチカ・グリーン	クロマチックハーモニカの演奏	2・4土	午後	13:00-16:00	ホール
歌	みんなで楽しく歌いましょう	楽しく歌う	4火	午前	9:30-10:30	ホール
謡曲	加謡会	観世流謡曲の練習(素謡)	2・4水	午前	9:00-12:00	会議室・和室
香茶道	香茶道	香道・茶道	2・4水	午後	13:00-16:00	和室
着付け	着付け	着付けの練習	2・4日	夜間	19:00-21:00	和室
	和楽の会	初歩の着付け	2・4土	午後	13:00-16:00	和室
編み物	手あみの会	棒針、かぎ針で作品を作る	毎週木	午後	13:00-17:00	和室
絵手紙	絵手紙・手作りサークル	絵手紙作製	3水	午前	9:30-11:00	会議室
水彩画	新彩会	水彩画を描く	2・4火	午後	13:30-15:30	ホール
マージャン	にゃんこクラブ	親睦マージャン	1・3・5±2・4日	午後	13:00-16:40	ホール
	スマイルラブ	健康マージャン	1・3月	午後	13:00-17:00	和室

気になったサークルをまずは見学

お問い合わせは加納西公民館(273-6923)まで(月曜～土曜9時～12時)