

真野北 公民館サークル情報

※詳しくは、真野北 公民館にお問い合わせください。  
(電話番号 574-3211)

| サークル名           | 活動内容の概要  | 活動曜日 | 活動週       | 活動時間           |
|-----------------|--|------|-----------|----------------|
| 要約筆記サークル「かなで」   | 話の内容を要約してその場で文字にして伝える要約筆記の練習・啓発活動、初心者の受け入れ可能                   | 水曜   | 第4週       | 13時30分から15時30分 |
| ふらっとサロン         | 体操・ボイストレーニング・コーラス・手話ソング・ハンドベル等を活用しボランティア活動につなげる、初心者の受け入れ可能     | 木曜   | 第2・4週     | 13時00分から16時00分 |
| おはなしの会ちこの実      | 幼稚園で読み聞かせ、人形劇、ペープサート、紙芝居を組み合わせてお話し会を行っている、初心者の受け入れ可能           | 水曜   | 第2週       | 10時00分から12時00分 |
| 真野北絵画同好会        | 絵画全般の技術向上研鑽と同好会の懇親、初心者の受け入れは可能                                 | 水曜   | 第1・3週     | 13時00分から17時00分 |
| 日曜絵画クラブ         | 絵画全般の技術向上と同好会の懇親、初心者の受け入れは可能                                   | 日曜   | 第1・3週     | 10時00分から13時00分 |
| 平安かな書道「小筆会」     | 初心者、初級者を対象とした、かな文字書道の学習、初心者の受け入れは可能                            | 火曜   | 第1・3・4週   | 10時00分から12時00分 |
| らくらくピアノ         | 中高年から始めるらくらくピアノの練習、初心者の受け入れ可能                                  | 木曜   | 第2・4週     | 13時00分から15時00分 |
| うたごえ喫茶「こだま会」    | 全員で合唱とラジオ体操、初心者の受け入れは可能  | 金曜   | 第2・4週     | 13時00分から17時00分 |
| アンサンブル・ラベンダー    | 合唱曲等のコーラスの練習と発表活動、初心者の受け入れは可能                                  | 土曜   | 第1・3週     | 9時00分から13時00分  |
| 真野北コーラスひまわり     | 合唱練習、初心者の受け入れは可能   | 水曜   | 第2週       | 13時00分から15時00分 |
| フルートアンサンブル風音の会  | フルートアンサンブル演奏、ボランティア活動、初心者の受け入れは可能                              | 月曜   | 第1・2・3・4週 | 9時00分から13時00分  |
| どんぐりの会          | 大津赤十字志賀病院近隣住区の高齢者施設等への慰問のためのトーンチャイム演奏の練習、初心者の受け入れは可能           | 月曜   | 第2・4週     | 13時00分から17時00分 |
| スワンクラブ          | バレエの基本をもとにした柔軟体操、バーレッスン等、初心者の受け入れは可能                           | 日曜   | 第1・2・3・4週 | 13時00分から17時00分 |
| くいしんぼう          | 高齢者でも簡単に出来る調理方や味付け等を学び会員同士の親睦を図る、初心者の受け入れは可能                   | 水曜   | 第3週       | 9時00分から13時00分  |
| おしゃれガーデニング花ブローチ | ハンギングバスケットやコンテナガーデンの植え込み学習、及び植え込み後の管理方法や用土、肥料等の学習、初心者の受け入れは可能  | 土曜   | 第1週       | 9時00分から13時00分  |
| 真野北囲碁同好会        | 囲碁の研修、初心者歓迎・可能   | 火曜   | 第1・2・3・4週 | 13時00分から17時00分 |
| 真野北囲碁クラブ        | 囲碁の研修、初心者の受け入れ可能   | 木曜   | 第1・2・3・4週 | 13時00分から17時00分 |
| シルバー健康麻雀        | 健康麻雀を通してアンチエイジングと認知症対策、初心者の受け入れは可能                             | 月曜   | 第1・2・3・4週 | 13時00分から17時00分 |
| すずめ会            | 健康麻雀で学習、会の親睦を深める、初心者の受け入れは可能                                   | 木曜   | 第1・2・3・4週 | 13時00分から17時00分 |
| ブルースイング         | 社交ダンスのレッスン、初心者、中級者。初心者の受け入れは可能                                 | 土曜   | 第1・2・3・4週 | 13時00分から17時00分 |
| フラダンス「ハイビスカス」   | フラダンスの練習、初心者の受け入れは可能   | 火曜   | 第1・2・3・4週 | 9時00分から13時00分  |
| 真野北フラッシュ        | 中高年を対象に椅子を使ったチェアロビクス、軽いステップのエアロビクス、筋力トレーニングやストレッチ等、初心者の受け入れは可能 | 金曜   | 第1・2・3・4週 | 10時00分から12時00分 |
| 真野北健康体操         | 健康体操のレッスン、ストレッチ、ダンス等、心身の健康と友達との絆、初心者の受け入れは可能                   | 月曜   | 第1・2・3・4週 | 11時30分から13時00分 |

|            |  |    |           |                |
|------------|--|----|-----------|----------------|
| 健康を創る自彊術   | 健康体操自彊術を身につける為の体操練習、初心者の受け入れは可能        | 火曜 | 第1・2・3・4週 | 14時00分から16時00分 |
| アシュラム・ヨーガ  | ヨーガの練習、アーサナ体操、呼吸法、瞑想、初心者の受け入れは可能       | 月曜 | 第1・2・3週   | 10時00分から11時30分 |
| 真野北太極拳サークル | 太極拳の練習、健康体操、ストレッチ体操、体力、年齢に応じた運動。初心者から可 | 月曜 | 第1・2・3・4週 | 13時00分から16時00分 |