

サークル名	活動内容の概要	活動曜日	活動週	活動時間
歌友会	カラオケで高齢者の引きこもりを防止し、地域の方たちとの交流をはかる	土曜・木曜 木曜	第1・2・4週 第3週	13時00分から17時00分
さざん歌クラブ	歌謡(カラオケ)の活動を通じて会員相互の親睦を深め、大きな声出し、健康維持し心も元気になれることを目的とする	月曜	第2・4週	13時30分から15時30分
コール瀬田東	女声コーラス	月曜	第1・2・3・4週	15時00分から17時00分
フレンズハーモニー	ハーモニカの演奏。アンサンブル曲の練習と発表会演奏を目標し、活動しています	土曜	第2・4週	13時00分から17時00分
ペン字・書道サークル	書道教室、初心者受入可。	月曜	第1・2・4週	9時00分から12時00分
悠遊会	デッサン、水彩、油彩、パステルを楽しみ、会員相互の親睦と技能向上をめざす。年2回野外スケッチ、年1回のグループ展、文化祭参加	日曜	第2・3・4週	13時30分から15時30分
夕照墨彩会	水墨画、墨彩画への入門習得	土曜	第2週	9時30分から12時00分
アレンジメントフラワー	生花を使つてのフラワーアレンジ。ヨーロッパンスタイルの生け方を学ぶ。色彩学を学ぶ。	金曜	第3週	18時00分から21時00分
和の心着付サークル	日常の暮らしにあった着付の習得。初心者受入可能	水曜	第1・3週	13時00分から16時00分
ちりめん細工	ちりめん細工に興味のある方。作品を作り(ちりめんや和布等を使つて)	火曜	第2週	10時00分から15時00分
瀬田基友会	囲碁対局を通して地域の方々と親睦を深める。	火・水・土曜	第1・2・3・4週	13時00分から17時00分
ひまわり体操クラブ	健康維持、増進のための体操ダンス。女性向け、初心者受入可	木曜	第1・2・3・4週	9時00分から12時30分
エクササイズA	初心者可。女性対象。健康維持のためのストレッチと創作ダンス	月曜	第1・2・3・4週	9時30分から12時00分
ブレレファ(フラダンス)	フラダンス教室。初心者の方も受入可能。	金曜	第1・2・4週	19時00分から21時00分
自彊術月曜会	日本最古の健康体操。初心者向け	月曜	第1・2・3・4週	13時00分から15時00分
自彊術木曜会	自彊術体操や療法を実践する	木曜	第1・2・3・4週	20時00分から21時00分
水たまり(ハタヨガ)	大人や親子参加型の講師によるリフレッシュ・ハタヨガ。初心者受入可能。	火曜	第2・3・4週	9時30分から11時00分
笑門来福(笑いヨガ)	ヨガの呼吸法を使つた、だれでもできる健康体操。難しいポーズ等はありません。	木曜	第1・2・3・4週	10時00分から12時00分
健康太極拳	楊明時健康太極拳。呼吸を意識して身体を動かし体調に合わせて太極拳、気功を行います。初心者の方歓迎です。	水曜	第1・3週	13時30分から15時00分

サークル名	活動内容の概要	活動曜日	活動週	活動時間
瀬田東フォークダンスクラブ	現在中高年がおもに初心者から中級程度の方々を中心に活動しております。いつでも新会員歓迎してお待ちしております。	火曜	第1・2・3・4週	13時00分から15時00分
瀬田東ラウンドダンスクラブ	フォークダンスの一部門でペアで踊るダンス。ポピュラーなヒット曲に振付をして全員が振付通りに踊ります。(ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャなど)現在中高年が中心、初心者から中級程度の方が対象、初心者受入可能。	水曜	第1・2・3・4週	10時00分から12時00分
滋賀県断酒同友会瀬田支部	酒害体験発表および酒害相談。随時受入れ可能。	木曜	第1・2・3・4週	19時00分から21時00分