

# 長田公民館 登録グループ 35 一覧表

登録グループは、いつでも見学・入会できます！

ただし、2～3月に見学・入会できない登録グループがあります。

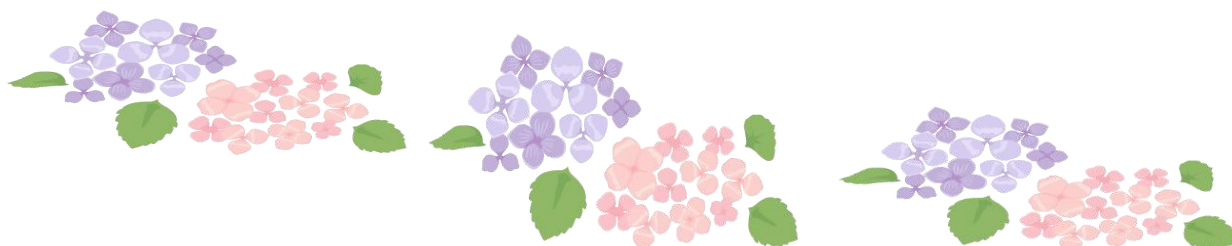
◎見学は可、入会不可…[毛筆習字、お手玉]      ◎見学・入会共に不可…[絵手紙同好会]



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・切り絵	10:00～ 12:00	会費:月100円【月1回】材料費実費負担。【篆刻】オリジナルの印を作ります。 【切り絵】文字や絵を切り抜いた作品を仕上げます。
3 フォークダンス	12:00～ 14:00	会費:前期・後期 4,000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。
4 ペン習字①	14:00～ 16:00	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。
5 卓球	14:00～ 16:00	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。
6 読み聞かせ 「タンポポの会」	14:00～ 16:00	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。



グループ名	時間	備考
7 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。
8 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。
9 レクリエーション スポーツ	12:00～ 14:00	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。
10 生花 ①	12:00～ 14:00	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。
11 詩吟の会	12:00～ 14:00	会費:月1,000円【月4回 講師:有】 詩吟の練習に励んでいます。
12 たて笛・アルト	12:00～ 14:00	会費:年1,000円【月2回】 アルトリコーダーで素敵な音色を奏でています。
13 健康体操C	14:00～ 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。
14 陶芸	18:30～ 20:30	会費:半期 20,000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。
15 生花 ②	18:30～ 20:30	会費:月 1,000円(半期一括) 花代:2回2,500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。
16 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。





## 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
17 コーラス	10:00～ 12:00	会費:前期 11,000円 後期 11,000円【月1～2回 講師:有】 大きな声で歌い、音楽を楽しんでいます。(男性入会可)
18 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。
19 ペン習字②	10:00～ 12:00	会費:年 6,000円【月3回 講師:有】 月に数回、先生に指導していただきます。
20 囲碁ボール	12:00～ 14:00	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。
21 お手玉	12:00～ 14:00	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。
22 ボランティアグループ「春風会」	12:00～ 14:00	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。
23 フラワーアレンジメント	14:00～ 16:00	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。
24 マジックサークル あじさい会	14:00～ 16:00	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。
25 朗読ふくろうの会	14:00～ 16:00	会費:年500円【月2回】 絵本大好きなグループです。感動と優しさをはぐく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。
26 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
27 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。
28 健康体操A	12:00～ 14:00	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。
29 生花③	12:00～ 14:00	会費:半期4,000円(花代2回 2,500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。
30 健康体操B	14:00～ 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
31 水彩画グループ	10:00～ 12:00	会費:年2000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
32 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。
33 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。
34 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。
35 家庭バレー土曜	14:00～ 16:00	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。