

# 令和4年度 幸町公民館サークル（サークル連協）

<p><b>さいわい囲碁同好会</b></p>	<p><b>ダックスエコー</b></p>	<p><b>絵手紙BOX</b></p>
<p>毎週月曜日 13:00~17:00</p>	<p>毎週火曜日 10:00~12:00</p>	<p>第4火曜日 13:00~15:00</p>
<p><b>〔囲碁上達講座と対局実践〕</b>            初心者から中級者向きの講座です            講師（池澤先生）が指導してくれ            ます。</p>	<p><b>〔オカリナアンサンブル演奏〕</b>            第1火曜日は佐藤一美さんに講師をし            て頂いています。その他の火曜日は自主            練を和気あいあいとしております。            15周年コンサートを数年前に実施し            ており、これからも永く続けていければ            と思っています。</p>	<p><b>〔はがきに物を書く〕</b>            ・自然を良く観察する様になり、心            豊かになる。・色彩感覚を学べる。            ・中川先生の指導がわかりやすい。            ・絵と文字で人や自分にエールを送            れる！</p>
<p><b>F・Kダンスサークル</b></p>	<p><b>写団「さいわい」</b></p>	<p><b>操体法ヨーガ</b></p>
<p>毎週火曜日 13:00~</p>	<p>第3火曜日 午後</p>	<p>毎週水曜日 13:00~15:30</p>
<p><b>〔社交ダンス〕</b>            社交ダンスをはじめてみませんか？            経験が浅い方、中級以上の方も「第一に            楽しく、第二に正しいステップ、第三に            美しく踊りあげる」をモットーに、公民            館文化祭に出演するため日々練習して            おります！</p>	<p><b>〔写真全般に関する勉強会〕</b>            毎月月例会において作品を持ち寄            りコンテスト、講評会を行う。            年数回の撮影会、また展覧会等            を行う。</p>	<p><b>〔健康維持〕</b>            動きやすい服装で来てください。            一緒に体をほぐしましょう。</p>
<p><b>幸町手話サークル</b></p>	<p><b>パッチワーク同好会</b></p>	<p><b>中国語会話教室</b></p>
<p>第1・3水曜日 15:00~16:30</p>	<p>第1・3木曜日 9:30~12:00</p>	<p>毎週木曜日 10:00~12:00</p>
<p><b>〔手話の学習〕</b>            手話で日常生活を目標にEテレ            「みんなの手話」テキスト等を参考            に学習しています。また、お気に入り            の歌に手話をつけて唄っていま            す。</p>	<p><b>〔パッチワークで作品作り〕</b>            月2回、グループの方々と雑談す            ることも、大変楽しみのひとつに            なっております♪</p>	<p><b>〔中国語学習〕</b>            中国語の学習（読み・書き・会            話・聞き取り・文章作成）            中国文化や時事問題も話題として            取り上げます。</p>
<p><b>永翠会</b></p>	<p><b>幸町着付けサークル</b></p>	<p><b>幸町太極拳クラブ</b></p>
<p>第1・2・3・4木曜日 9:00~12:00</p>	<p>第2・4金曜日 10:00~12:00</p>	<p>毎週土曜日 10:00~11:30</p>
<p><b>〔新舞踊〕</b>            新舞踊と民踊等のお稽古をしてい            ます。季節により、夏は盆踊りも練            習します。</p>	<p><b>〔着付けを学ぶ〕</b>            皆で楽しく着付を学んでいます。            きれいに簡単に、楽に着物が着られ            ることを学んでいます。</p>	<p><b>〔太極拳の練習〕</b>            初心者の方にも丁寧に指導してい            ます。和気あいあいと活動している            クラブです。</p>

裏面もあります→

# 令和4年度 幸町公民館サークル紹介（サークル連協）

幸町スクエアダンスクラブ	幸町囲碁クラブ	美浜書道教室
毎週土曜日 13:00~16:00	毎週日曜日 13:00~17:00	第2・3・4日曜日 13:00~16:00
<p><b>[ウォーキングダンス]</b></p> <p>8人1組で号令の指示で音楽に合わせて動くダンスです。</p> <p>耳で聞いて判断して動く。運動にも認知症予防にもなります。是非一緒に楽しみませんか？</p>	<p><b>[囲碁]</b></p> <p>相互対局による研鑽。</p> <p>黒と白の戦いで、右脳・左脳が同時に鍛えられ、集中力もつく、最高のゲームです。</p> <p>共に楽しみましょう。</p>	<p><b>[書道]</b></p> <p>佐藤靖洲先生のご指導のもと、小学生から大人まで、集中力・楽しさ・丁寧さが学べる書道教室です。</p> <p>是非、見学に来てみて下さい！</p>
水仙の会		
第1金曜と第2水曜 10:00~17:00		
<p><b>[着物リメイク・小物づくり]</b></p> <p>洋裁の好きな人が自分の作りたいものを作って見せあったり、知恵を交換しあったりしています。</p>		

## 令和4年度 幸町公民館サークル紹介（定期団体）

スマイル3B	手描友禅	幸町気功健身クラブ
第1・2・3月曜日 13:00~14:30	第2・4火曜日 13:00~16:00	毎週木曜日 9:30~11:30
<p><b>[健康体操]</b></p> <p>スマイル3B体操は、3B用具を使用し、音楽に合わせて体操を行っています。運動が苦手な方でも誰でも簡単に気軽にできます！</p> <p>みんなで楽しく体操を行っていますので、ぜひのぞいて見て下さい。</p>	<p><b>[どなたでもできる友禅]</b></p> <p>初心者でもできるように絵の描けない人も下絵があり、自分だけの作品ができます。赤・青・黄色の三原色から独自の色を作りハンカチからTシャツ等に描きます。</p>	<p><b>[やさしい体操]</b></p> <p>中国の保健養生法で気を養い体内にめぐらせることにより、心身の健康を得るための体操です。</p> <p>誰でも無理なく体を動かし、動きやすい服であればできます。</p>
健康体操エクサ	幸町FW健康クラブ	ラ・フルール
毎週木曜日 13:00~15:00	第2・4木曜日 13:00~14:00	毎週日曜日 13:30~17:00
<p><b>[健康体操]</b></p> <p>チューブ、ボールを使用し、音楽に合わせて楽しく体を動かして心身のリフレッシュをはかる体操。</p>	<p><b>[ストレッチ健康体操]</b></p> <p>ストレッチによって、身体の歪みや痛みを正し、いつまでも健康維持できるように楽しくコンディショニング法を学んでいます。</p>	<p><b>[クラシックバレエのレッスン]</b></p> <p>クラシックバレエのレッスンを通して、礼儀正しいマナーと豊かな表現力を身に付けています。</p>

裏面もあります⇒