



令和6年度 三芳地区 公民館サークル活動紹介



みなさんも仲間に入りませんか！

三芳農村環境改善センター等を会場に自主的に活動しているサークルです。

No.	サークル名	活動日	内容	備考	No.	サークル名	活動日	内容	備考
1	リフレッシュ3B体操	毎月 第1・2・3 月曜日 19:30 ~ 20:30	全身をほぐして腰痛、肩こりの改善。めざせ健康美！！		11	あんだんて	毎月 第4 土曜日 9:30 ~ 11:30	ギターと言う名の楽器の経験者、来たれ！一所に練習をませう。	受入不可
2	健康ストレッチ3B体操	毎月 第1・3・4 火曜日 9:30 ~ 11:30	音楽に合わせて、皆と一緒に楽しめる健康体操です。		12	草月流クラブ	毎月 第4 土曜日 15:00 ~ 17:00	四季の美しい花々を自然に咲いているように自由に生けてみませんか？	
3	コスモス	毎週 火曜日 14:00 ~ 15:00	音楽に合わせて身体を動かし、若返りましょう。		13	コーラスみよし	毎月 第2・4 水曜日 20:00 ~ 21:00	みんな なかよしをモットーにピアノの音と癒しの力は本物です。	
4	三芳手話サークル	毎月 第2・4 火曜日 19:30 ~ 21:30	目で見て手で表現する言葉、手話。声だけではない表現を、一緒に学びませんか？		14	安房八幡太鼓	毎週 木・金曜日 20:00 ~ 22:00	創作和太鼓のチームです。大きな太鼓の音に触れてみて下さい。貴方の参加待ってます！	
5	墨翠会	毎月 第3 水曜日 10:00 ~ 12:00	硬筆・毛筆共に初歩から教えていただいています。		15	アロマヨガサークル	毎月 第1~4 月曜日 10:00 ~ 12:00	アロマの香りが漂う心地よい空間でヨガを体験し、「こころ」と「からだ」をリラックスさせましょう。	受入不可
6	竹芳会	毎月 第1・3 水曜日 13:30 ~ 15:30	身近にある竹を使って、籠やざる等を作ってみませんか？		16	やさしいエアロビダンス	毎月 第1・2・4 月曜日 14:00 ~ 15:00	音楽に合わせて簡単なステップを踏みながら全身をストレッチしていきます。	
7	新・骨格ストレッチ	毎月 第1・3 水曜日 14:00 ~ 16:00	健康寿命は自分でつくる！すべては正しい骨盤と背骨の動きからがテーマのストレッチです。		17	三芳陶芸サークル	不定期	自分だけのオリジナル作品を作ってみませんか？	活動日を(水)~(金)に限定中
8	みよし紙ひも細工サークル	毎月 第2 木曜日 13:30 ~ 15:30	紙ひもを使ってバッグ等を作っています。	受入不可	≪サークル活動は、自主運営のため諸経費は自己負担になります≫見学を希望される方は、事前にご連絡下さい。				
9	レイ・ホークー・フラサークル三芳	毎月 第2・4 金曜日 14:00 ~ 16:00	フラダンスは、笑顔がモットー練習もおしゃべりも楽しい！！のひと言です。		三芳農村環境改善センター ☎ 36-4114				
10	安房練功十八法愛好会	毎週 金曜日 18:30 ~ 20:30	気功体操を継続して行うことにより、心身の健康を保ち、増すことをめざします。						