

宮園大正琴クラブ

練習は、歌謡曲などみんながよく知っている曲を弾いています。大正琴を弾くことで指を使い、脳の活性化を図り、和気あいあいと楽しく、健康維持につながります。先生のご指導と自主練習で頑張っています。センター祭や敬老会などで演奏発表をしています。

大正琴を弾いてみたい方はどなたでも大歓迎です。性別、年齢などは問いません。

第①・③月曜日 13:30～15:30 会費:2,000円/月

カラオケ宮園やすらぎの会

カラオケ歌唱力の向上を目的として、毎月2回、講師の指導の下、カラオケ教室を開催。練習の成果発表の機会は、宮園市民センターまつりのほか、廿日市市カラオケ連合会に加盟しているため、さくらびあホール等での発表機会も多くあります。

歌が好きでカラオケが上達したい方などどなたでも大丈夫。若い方の入会大歓迎です。

第②・④月曜日 13:00～15:45 会費:2,000円/月

カラオケ・ハート倶楽部

講師の指導により、男女各々課題を習得するとともに、市民センターまつりや、クラブ主催の発表会等で自選曲の発表を目標とし、又会員相互の親睦をはかります。月に2回の講師指導日と自主練習を隔週で行います。

老若男女どなたでも。課題曲の習得と、自選曲も練習できます。夜間しか時間の取れない方も楽しく、活動できます。

第①・③金曜日 19:30～21:30 会費:3,000円/月

音楽 ピーエスエフ・ほっと宮園

唄(歌)好きの仲間が集いです。お腹から声を出して唄う事で健康増進と、会員同士の親睦を図っています。

年齢は問いません。歌の好きな方(カラオケ)対象です。入会は自由(見学自由)です。

第②・④木曜日 13:00～16:00 会費:2,500円/月

ピアノワールドアカデミー

廿日市市内外の吹奏楽イベントへ参加しています。また、自主運営によるコンサートも開催しています。

吹奏楽楽器経験者で社会人の方などどなたでも。

第②・④土曜日 17:30～21:00 会費:3,000円/月

あかねウーエス

男女混声合唱団です。指揮者はベテランですが、若いピアニストと意気はピッタリ。私たちの年齢や好みを考えて選曲され、童謡、唱歌やフォーク、歌謡曲など懐かしい曲を歌います。優しく、丁寧に、面白く指導していただきます。一緒に楽しく歌いましょう。

性別・年齢を問わず、とにかくみんなて歌うことが好きな人らどなたでも。初心者大歓迎。

第②・④木曜日 9:30～11:30 会費:2,000円/月

陶芸クラブ なごみ

講師指導のもと、いろいろな土を用いて型にとらわれることなく、思い思いの作品を自由に制作します。とてもなごやかな雰囲気クラブです。

オリジナルな作品を作りたい方、どなたでも歓迎！。小さいお子様のいる方も相談下さい。

第②・④金曜日 13:00～17:00 会費:1,500円/月

陶芸クラブA

部員も少なくなり、思い思いの作品作りをしています。作品作り、形成、釉薬付け、素焼、本焼と根気のいる工程ですが、思い通りの作品が出来上がった時の達成感もあります。

第①・③金曜日 13:30～17:00 会費:2,000円/月

絵手紙クラブ - 丸い芽吹きの部屋

基本の線引き、実物を見て絵と言葉を書きます。新しい作品作りをします。誕生日に会員同士、祝い状を出します。展示会などがあります。年賀状などを書いて相手に送ります。忘年会もします。

年齢性別問わず。絵手紙の経験の無い方でも大丈夫です。

第①・③火曜日 13:30～16:00 会費:4,000円/半年
--

ペーパー習字と毛筆

ペン習字・毛筆の上達向上を目的に、活動しています。

幼年～一般

第①・③土曜日 17:00～20:30 会費:3,600円/月

華道部 (池坊)

華道(池坊)生け花の修得です。講師の指導のもと、美しい花と向き合い、和の心も感じています。『和と輪とわっ! (感激の声)』の時間を満喫しています。春はお花見、秋はお楽しみ会もあります。

お花の好きな方、どなたでも。熱烈歓迎です。

第②・④火曜日 10:00～12:00 会費:1,500円/月

球技 ピンポンクラブ

ピンポンを通して、体力を維持向上し、楽しい雰囲気でおしゃべりをしながら親睦を図っています。

ピンポンをみたい方。

第①・③水曜日 9:00～12:00 会費:100円/月

パワークラブ

パンを手作りする喜びを通し、会員の親睦をはかり、地域に貢献出来るよう、楽しく活動しています。

会員募集停止中

第③月曜日 9:30～15:30 会費:1,000円/月

木曜料理クラブ

月に1回、旬の食材を色々使って、家庭料理を作っています。試食をしながら、色んな情報交換をして和やかに、時間を過ごしています。

料理が得意でなくても、楽しく出来る女性の方。

第③木曜日 9:30～15:00 会費:1,500円/回

宮園市民センター 自主活動グループ一覧表

興味のあるクラブがありましたら、宮園市民センター～(TEL 39-1699)までお問い合わせください。

平成30年度

球技 卓球クラブA

卓球を楽しむ方、未経験の方、体を動かしたい方、歓迎します。

第②・④火曜日 13:00～16:00 会費:100円/月

球技 卓球クラブB

毎月2回、第1・3土曜日AM9:00～12:00の間で活動しています。9:00～の1時間は、主にシングルの試合と練習。10:00～の2時間は、ビギナーの方を中心にダブルス戦でピンポンを楽しんでいます。

年齢は問いません。初めての方やビギナーの方も歓迎します。

第①・③土曜日 9:00～12:00 会費:100円/月

食生活 お父さんのための料理教室

講師の指導のもとに、主に日本料理を作り、家族を招き一緒に食事をします。又、地域の行事に出店(焼き鳥、手打ちそば)参加します。

第③日曜日 9:30～12:30 会費:1,500円/月

格技・武道 日本空手道 明倫館 廿日市支部

稽古の成果を試合で出す事も出来ます。

第①・③火曜日 18:00～20:30 会費:1,000円/月

乳幼児教育 じゃんけんぽん

「心も身体も健康で、運動が大好きな子ども達」を目指して、年少～年長の子ども達で楽しく活動しています。準備体操から始まり、基礎体力をつける運動や、とび箱、マット、なわとび等を意欲的に取り組みます。

第②・④水曜日 15:00～16:00 会費:1,200円/月

ボランティア 手話クラブ - 虹 (レインボー)

手話の学習を通じて、会員の交流や地域文化の向上を目指します。

手話を広く知ってもらいたいと思っています。手話に興味のある方ならどなたでも!

第①・③火曜日 19:30～21:30 会費:1,200円/年

趣味・娯楽 宮園囲碁クラブA

クラブの定例会、大会等を通じ会員相互の親睦を深めると共に、四季が丘クラブとの親睦大会を実施しています。囲碁ゲームを行うことにより脳の活性化効果を高め、各個人の集中力、忍耐力、協調性等の向上に資する。

囲碁を始めたい方、楽しみた方、年齢・性別・経験を問わずどなたでも。入会歓迎!!

第①・③水曜日 13:00～17:00 会費:1,000円/年

宮園囲碁クラブB

毎月の定例会と年3回のクラブ親睦大会を通じ会員相互の親交を図るとともに、年1回、四季が丘クラブとの親睦大会を実施します。囲碁は脳の活性化効果、集中力、洞察力の向上に役立つ面白く奥深い、グローバルなゲームです。

新たに囲碁を始めたい方、楽しみた方、年齢・性別・経験を問わずどなたでも。入会歓迎!!

第②・④土曜日 13:00～17:00 会費:1,000円/年

外国語 宮園キイト英会話クラブ

日常英会話の勉強をしています。

第①・③月曜日 19:30～21:00 会費:2,500円/月

なかよしクラブ

親子のふれあい遊び(制作、リズム遊びなど)や季節の行事(プールやクリスマス会)など、様々な遊びを通して親子で楽しく過ごします。又、育児相談などの育児支援も行っています。是非遊びに来てください。

第②・④金曜日 9:30～12:00 会費:1,500円/月

健康づくり・体操 ヨガクラブ

原則として月3回(火曜日)第1、第3、その他1回。呼吸法、強化行法、浄化行法、指圧行法などを通して健康な体の習得につとめています。

第①・③火曜日 13:00～14:30 会費:2,000円/月

健康づくり・体操 ヨーガクラブ

ヨーガ 基本のポーズ。ストレッチ。整体。

第①・③金曜日 13:15～14:45 会費:2,500円/月

ボランティア 手話クラブ - 虹 (レインボー)

手話の表現や読み取りを学びながら、楽しく手話で交流します。小学校の交流事業や地域行事にも参加します。

第①・③火曜日 10:00～12:00 会費:300円/年

ひろしまおもちや病院みやぞの

資格や技術はいりません。初心者歓迎です。おもちゃ・子どもの好きな方で、おしゃべりしながら親睦も図ります。毎月第2日曜日(1・8月は除きます)開院です。

老若男女どなたでも。初めての方も大歓迎!

第②日曜日 9:00～16:00 会費:無料

レジャー・スポーツ シニアの健康体操

肩・腰・ヒザ回りを中心とした体操。体力向上を目的とします。

会員募集停止中

第①・③火曜日 9:30～12:30 会費:1,000円/月

カラダシニアの健康体操

体力の向上と維持を目的に活動しています。

60才～70才くらいの女性ならどなたでも。

第①・③木曜日 9:30～12:30 会費:2,000円/月

舞踊・演劇・演芸 宮園Jr.ジャズダンスクラブ

ジャズダンスの上達のため日々練習しています。お気軽にご参加ください。

第①・③水曜日 17:00～21:00 会費:3,000円/月

舞踊・演劇・演芸 クムフラ

クムフラ マーク・ケアレイ・ホオマルのフラスタイルを中心に練習しているフラグループです。地域の行事やボランティアなどのステージパフォーマンスをしながら老若男女問わず楽しく練習に励んでいます。

第①・③木曜日 9:30～10:45 会費:2,000円/月

宮園気功塾

自分の健康は自分で守るという原点に立ち返り、大病を避け認知症と寝たきりを予防し、健康長寿を目指した活動です。気功は、誰でも扱えて生活の中で活かせる「手当法」を中心とする健康法で、自分を癒し、家族やペットを癒す技法を楽しく学びます。

第②・④木曜日 13:30～16:30 会費:1,500円/月

136同好会クラブ

健康麻雀。会員の親睦と認知症防止を図ります。3ヶ月に1回大会を実施します。

近隣の同世代の方を対象に、特に女性の方の加入を歓迎します。

第①・③金曜日 9:00～12:30 会費:2,000円/年

ゴルフ・ゴルフクラブ

グラウンド・ゴルフはゴルフをアレンジしたもので、ボールを打ちボールがホールポスト内に静止するまでの打数を数えるゲームです。生涯スポーツとしてルールも簡単で、宮園公園で練習を行っています。

老若男女を問わず、どなたでも参加できます。特に高齢者の方の健康維持に最適です。

毎週 月水金曜日 8:45～10:50 会費:100円/月

宮園社交ダンスクラブ

創部13年。年齢やダンス歴は各々異なりますが、全員レベルアップを目指しレッスンに励んでいます。毎回和気あいあいとした雰囲気進んでおり、年2回程度の食事会を催し親睦を深め、Xmas時期には他クラブの方も誘い、パーティーを開催しています。

年齢・性別・ダンス経験の有無を問わず、どなたでも歓迎します。是非一度見学に来て下さい。

第①・③金曜日 13:30～15:30 会費:1,500円/月

舞踊・演劇・演芸 宮園Jr.ジャズダンスクラブ

ジャズダンスの上達のため日々練習しています。お気軽にご参加ください。

第①・③水曜日 17:00～21:00 会費:3,000円/月

舞踊・演劇・演芸 クムフラ

クムフラ マーク・ケアレイ・ホオマルのフラスタイルを中心に練習しているフラグループです。地域の行事やボランティアなどのステージパフォーマンスをしながら老若男女問わず楽しく練習に励んでいます。

第①・③木曜日 9:30～10:45 会費:2,000円/月

写真・映像 KAUPILI (カウピリ)

各自が撮影した写真を持ち寄り、又はスライドにより講師の指導を受けます。年4～5回の撮影会。作品発表は、毎月宮園市民センター展示室に展示、友好市民センターとの合同写真展、市美展出品等。

第②・④水曜日 19:00～21:00 会費:500円/月

写真愛好クラブ「宮園写楽会」

各自が撮影した写真を持ち寄り、又はスライドにより講師の指導を受けます。年4～5回の撮影会。作品発表は、毎月宮園市民センター展示室に展示、友好市民センターとの合同写真展、市美展出品等。

第②・③土曜日 13:00～16:30 会費:1,000円/月
