

# 令和5年度 北公民館サークル一覧表

| サークル名            | 活動内容     | 活動日          | 活動時間          | 会費(円) |        |
|------------------|----------|--------------|---------------|-------|--------|
| <b>音 楽</b>       |          |              |               |       |        |
| 伊勢崎混声合唱団         | コーラス     | 第1・3 木曜日     | 15:00 ~ 17:00 | 月     | 2,000  |
| 伊勢崎男声合唱団         | コーラス     | 第2・4 土曜日     | 19:00 ~ 21:00 | 月     | 2,000  |
| コーラス たんぽぽ        | コーラス     | 第2・4 金曜日     | 10:00 ~ 11:30 | 月     | 2,000  |
| コールぽこ・あ・ぽこ       | コーラス     | 第1・2・3・4 木曜日 | 9:30 ~ 11:45  | 月     | 3,000  |
| 女声コーラス めだか       | コーラス     | 第1・2・3 水曜日   | 14:00 ~ 15:30 | 月     | 2,500  |
| あるべじお            | クラシックギター | 毎週 月曜日       | 18:00 ~ 20:00 | 月     | 500    |
| ギタークラブノースウインド    | ギター      | 第2・4 土曜日     | 15:00 ~ 17:00 | 月     | 2,000  |
| 伊勢崎ハーモニカ愛好会      | ハーモニカ    | 第1・2・3・4 木曜日 | 14:00 ~ 16:00 | 年     | 4,000  |
| ウクレレ パインズ        | ウクレレ     | 第2・4 土曜日     | 13:00 ~ 15:00 | 月     | 2,000  |
| 土笛ムーサ響           | 土笛       | 第2・4 木曜日     | 10:00 ~ 11:30 | 月     | 1,500  |
| <b>絵 画 ・ 習 字</b> |          |              |               |       |        |
| 日本画教室 紫墨会        | 水墨画      | 第2・4 月曜日     | 13:30 ~ 15:30 | 3ヶ月   | 6,000  |
| 中央ペン習字クラブ        | ペン字      | 第2・4 月曜日     | 9:30 ~ 11:30  | 月     | 2,000  |
| 華芳の会             | 書道       | 第2・3・4 水曜日   | 10:00 ~ 11:30 | 月     | 2,500  |
| 一筆の会             | 書道       | 第2・3・4 木曜日   | 19:00 ~ 21:00 | 月     | 1,000  |
| 油絵サークル 桂会        | 洋画       | 毎週 木曜日       | 10:00 ~ 12:00 | 月     | 500    |
| <b>言 語 文 学</b>   |          |              |               |       |        |
| 英会話サークル          | 英会話      | 毎週 土曜日       | 9:30 ~ 11:30  | 月     | 2,000  |
| ムゲンファの会          | 韓国語      | 第1・2・3 木曜日   | 18:30 ~ 20:00 | 月     | 1,000  |
| 麦わら帽子の会          | 朗読劇      | 第1・3 水曜日     | 14:30 ~ 16:30 | 月     | 500    |
| 短歌教室             | 短歌       | 第3 火曜日       | 13:00 ~ 16:00 | 年     | 12,000 |
| 群馬童話研究会          | 創作童話     | 第3 日曜日       | 14:00 ~ 17:00 | 年     | 8,000  |
| 伊勢崎吟詠会 華の会 三山会   | 詩吟       | 第1.3 土曜日     | 13:00 ~ 15:00 | 月     | 1,000  |
| <b>趣 味 生 活</b>   |          |              |               |       |        |
| 火曜日将棋クラブ         | 将棋       | 毎週 火曜日       | 9:00 ~ 12:00  | 月     | 250    |
| 囲碁サークル           | 囲碁       | 毎週 金曜日       | 13:30 ~ 16:00 |       | 無料     |

| サークル名                | 活動内容                    | 活動日          | 活動時間          | 会費(円) |        |
|----------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------|--------|
| <b>ス ポ ー ツ ・ 体 操</b> |                         |              |               |       |        |
| ADL体操サークル            | A D L 体 操               | 毎週 日曜日       | 13:30 ~ 14:30 | 年     | 1,200  |
| 中央エージレス体操            | エージレス体操                 | 毎週 火曜日       | 9:45 ~ 12:00  | 月     | 1,500  |
| すこやか体操               | 健康体操                    | 第1・2・3・4 火曜日 | 13:30 ~ 15:00 | 月     | 2,000  |
| やよい会(生命の貯蓄体操)        | 健康体操                    | 毎週 月曜日       | 9:00 ~ 12:00  | 月     | 2,000  |
| さわやかストレッチ            | ストレッチ                   | 第1・2・3・4 木曜日 | 10:00 ~ 11:00 | 年     | 8,000  |
| 代謝アップ体操              | スローストレッチ体操              | 毎週 金曜日       | 18:00 ~ 21:30 | 月     | 3,000  |
| 新リズム体操               | ストレッチ・リズム体操             | 第1・3 月曜日     | 13:30 ~ 15:30 | 月     | 1,500  |
| おたすけ7                | 腰痛予防体操                  | 毎週 土曜日       | 9:00 ~ 11:00  | 月     | 100    |
| らくらくフィットネス           | コアコンディショニング<br>(筋力を整える) | 第1・2・3・4 月曜日 | 10:00 ~ 11:30 | 月     | 2,000  |
| にこにこフィットネスクラブ        | 筋カトレニング                 | 毎週 木曜日       | 13:30 ~ 14:30 | 月     | 1,000  |
| 気功保健体操の会             | 気 功                     | 第1・2・3・4 金曜日 | 14:00 ~ 16:00 | 月     | 1,000  |
| 中央太極拳愛好会             | 太 極 拳                   | 第1・2・3・4 火曜日 | 14:30 ~ 16:30 | 月     | 2,000  |
| 日中太極拳伊勢崎教室           | 太 極 拳                   | 毎週 金曜日       | 19:30 ~ 21:30 | 6ヶ月   | 10,000 |
| ストレッチ教室 Pスタイル        | ヨガ・ストレッチ                | 毎週 火曜日       | 18:00 ~ 20:30 | 月     | 5,000  |
| <b>ダ ン ス ・ 舞 踊</b>   |                         |              |               |       |        |
| フレンド・フラ              | フラダンス                   | 第1・2・3・4 火曜日 | 10:00 ~ 12:00 | 月     | 2,000  |
| ダンス・ダンス さくら          | 創作ダンス                   | 第1・2・3 水曜日   | 10:00 ~ 11:30 | 月     | 2,000  |
| ダンス・ダンス さかえ          | フォークダンス                 | 第1・2・3 金曜日   | 10:00 ~ 11:30 | 月     | 1,500  |
| 竜の会                  | 新舞踊・民踊                  | 第2・4 月曜日     | 15:00 ~ 17:00 | 月     | 3,000  |
| <b>手 工 芸</b>         |                         |              |               |       |        |
| 四季の花                 | 押し花                     | 第3 月曜日       | 13:30 ~ 15:30 | 月     | 1,000  |
| ロザリウム・ペティ            | ソープカービング                | 第2 火曜日       | 10:00 ~ 12:00 | 月     | 1,000  |
| 編み物サークル              | 編み物                     | 第1・3 水曜日     | 9:30 ~ 11:30  | 月     | 1,500  |