

# 宮郷公民館サークル一覧表

令和5年6月19日現在

サークル名	活動内容	活動日	活動時間	会費(円)	
美 術					
1 洋画クラブ	油絵	第1・3・4 月曜日	10:00 ~ 12:00	月	0
2 書道教室	書道	第2・4 月曜日	13:30 ~ 15:00	月	2,000
3 淡彩画教室	淡彩画	第1・3 火曜日	9:30 ~ 11:30	月	1,500
4 宮郷絵手紙サークル「つくし会」	絵手紙	第2・4 木曜日	19:00 ~ 21:00	年	12,000
5 街なか水彩画クラブ	水彩画・デッサン	第1・3 金曜日	13:00 ~ 16:30	月	1,000
6 宮郷親子書道教室	書道	土曜日 (月3回)	10:00 ~ 12:00	月	大人2,000 子供1,500
音 楽					
7 ロクウクレレ・マカニ	ウクレレ	火曜日	10:00 ~ 12:00	月	2,000
8 ラビアンローズ	歌	第1・3 火曜日	10:00 ~ 12:00	月	500
9 篠笛サークル 花音 (はなのね)	篠笛	第2・4 火曜日	13:00 ~ 15:30	月	2,000
10 オカリナの会「こころ音」	オカリナ	水曜日	14:00 ~ 16:00	月	1,000
11 宮郷コーラス	コーラス	第1~4 木曜日	15:30 ~ 17:00	月	3,000
12 宮郷大正琴クラブ	大正琴	第2・4 金曜日	10:00 ~ 12:00	月	1,000
13 モルト ウィンド アンサンブル	吹奏楽	隔週 日曜日	9:00 ~ 17:00	月	3,000
14 Trill	リコーダー	第2 金曜日	18:30 ~ 21:00	月	2,500
芸 能					
15 ダンスダンスみやさと	創作ダンス	第1・3・4 月曜日	10:00 ~ 11:30	月	1,000
16 宮郷シルバーダンスクラブ	社交ダンス	月曜日	13:30 ~ 15:30	月	2,000
17 イリマ	フラダンス	月曜日	14:00 ~ 15:00	月	3,000
18 まいすた宮郷	ダンス	火曜日	18:00 ~ 22:00	月	3,000
19 扇優会	舞踊	水曜日	10:00 ~ 12:00	月	3,000
20 アロハレイナニ宮郷	フラダンス	水曜日	10:00 ~ 12:00	月	0
21 きらく連	阿波おどり	水曜日	13:30 ~ 15:00	月	0
22 ルアナ	フラダンス	第1~3 水曜日	19:30 ~ 20:30	月	3,000
23 ちびっこダンスたち	ダンス (幼児)	金曜日	16:00 ~ 17:00	回	500
24 和 会 (なごみかい)	創作ダンス	木曜日	10:00 ~ 12:00	月	2,000
25 ASPC (アズパフォーマンスクラブ)	チアダンス	第2・4土曜日	18:30 ~ 21:00	月	4,500
趣 味 ・ 生 活					
26 茶道クラブ	茶道	第1・3 火曜日	13:00 ~ 16:00	月	2,000
27 クラフトバンドクラブ	バッグ、小物作り	第3 水曜日	10:00 ~ 12:00	月	800

28	宮郷きもの教室	着付け	第2・4 水曜日	14:00 ~ 16:00	月	0
29	着物着付け教室 前結びプラス	着付け	第2・4 木曜日	10:00 ~ 12:00	月	500
30	生花教室	生花	第2 木曜日	13:30 ~ 15:00	月	1,500
31	なかよし囲碁クラブ	囲碁	木曜日	15:30 ~ 17:00		0
32	和小物作り教室	小物作り	第1・3 金曜日	13:30 ~ 15:30	回	1,000
33	フラワーデザイン教室	フラワーアレンジメント	第3 金曜日	13:30 ~ 16:30	月	2,500
34	宮郷PCクラブ	パソコン	水曜日	9:00 ~ 12:00	月	1,000
ス ポ ー ツ						
35	エーレス体操宮郷	ストレッチ・体操	第1~3 月曜日	10:00 ~ 12:00	月	1,500
36	さわやか3B体操	ストレッチ・リズム体操	第1・2・4 火曜日	10:00 ~ 11:30	月	2,000
37	いきいき3B体操	ストレッチ・体操	第1・2・4 火曜日	13:30 ~ 15:00	月	2,000
38	ムーブストレッチ	脱力系の軽い運動	火曜日	15:30 ~ 16:30	月	2,000
39	子供新体操	子供の新体操（園児）	火曜日	15:00 ~ 17:00	月	3,000
40	リフレッシュ	エアロビクス・柔軟体操・ストレッチ	木曜日	10:00 ~ 12:00	月	2,000
41	鬼石体操教室	鬼石体操	木曜日	10:00 ~ 11:30	年	500
42	ヨガ教室	ヨガ	木曜日	13:30 ~ 15:00	月	3,000
43	気功保健体操	気功	第1・3 木曜日	13:30 ~ 15:15	月	1,000
44	ゆる体操	ゆる体操	第2・4 木曜日	13:30 ~ 15:00	月	1,000
45	宮郷ヨガクラブ	ヨガ	木曜日	19:30 ~ 21:00	月	3,000
46	空手道サークル	空手	木曜日	18:00 ~ 19:30	月	3,000
47	伊勢崎山岳会	登山活動	第2 木曜日	19:00 ~ 21:00	年	3,000
48	宮郷太極拳クラブ	太極拳	第1~4 金曜日	9:30 ~ 11:30	月	1,500
49	ADL体操	ADL体操	第1・3・4 金曜日	10:00 ~ 12:00		0
50	リズム体操クラブ	リズム体操	第1・3 金曜日	13:30 ~ 15:00	月	1,000
51	ウィズ（子供の新体操）	子供の新体操（園児）	金曜日	15:00 ~ 17:00	月	3,000
52	宮郷太極拳 空	太極拳	第1・3 金曜日	19:00 ~ 21:00	回	1,000
53	ラビアンローズ・ウォーキング	美しい姿勢と歩き方	第2・4 金曜日	19:30 ~ 21:00	回	1,500
54	健康フィットネスサークル	エアロビ・ストレッチ	土曜日	10:00 ~ 12:00	回	500
55	宮郷導引養生功の会	健康気功	第2 土曜日	13:30 ~ 15:30	月	500
56	宮郷スマイルボウリング	軽スポーツ	第2・4 土曜日	13:00 ~ 15:30	年	1,000
教 育 ・ 福 祉						
57	宮郷読み聞かせの会	読み聞かせ	第2火曜日	14:00 ~ 15:00		
58	がん哲学外来 なごみカフェ	がん患者、家族などの 寄り添いの場	第4 火曜日	14:00 ~ 15:30	年	1,000
59	暗算が強くなるそろばんサークル	珠算	第1~4 水曜日	15:00 ~ 17:00	月	2,000
60	à l a i s e（あれーず）	障がいのある子供たちの ダンス教室	第1・3・4 土曜日	13:00 ~ 17:00	回	300

会費の他に別途入会費等がかかる場合があります。