

手子林公民館で活動中のサークルを紹介します！

サークル名	内 容	曜 日	時 間
サークルさんよりコメント			
プ ア レ フ ア	フラダンス	毎 週 金	19:00~21:00
フラダンスは、足腰の筋力アップ、美しい姿勢を保つためインナーマッスルを鍛えたりと、いいことづくめです。みんなでワイワイ踊りながら健康維持に努めています。			
太極拳 楽笑クラブ	健康体操	毎 週 水	13:30~15:30
伝統文化 太極拳 気功を楽しく学んで健康を維持。親睦を深めております。			
あっぱれ手子林	よさこいソーラン	週1回 土 or 日	9:00~10:00
歩き始めのお子様から小学6年生、ソーランよさこい踊りを楽しんでいます。週1, 2回で練習を重ね、市内のイベントなどで披露しています。ぜひ一度、見学に来てください。			
シードリームダンスクリップ	ダ ン ス	毎 週 月	18:30~21:00
ジャズダンスをメインに様々なジャンル（リズム、スロー、モダン、HIPHOPなど）のダンスを、月替わりでレッスンしています。大人から子どもまで幅広くメンバー募集中。			
栄 会	俳 句	第 2 金	13:00~16:00
俳句を楽しく学んでいます。俳句は17文字から成る世界一短い詩です。ちょっと難しいと思うかもしれませんが、脳トレだと思って一緒に作ってみませんか。 栄会一同、皆さんの参加をお待ちしています。			
レザークラフト	革 工 芸	第1・3 土	9:30~11:30
コロナ禍のなか、おうち時間も増えています。世界に一つだけ、自分だけの手づくりの財布やバックを作ってみませんか。先生が基礎からやさしく教えてくださいます。 みんなでおしゃべりしながら楽しく活動しています。			
書道サークル”墨方”	書 道	第1・3 土	13:30~15:30
お習字の練習を通し、筆で書くことの楽しさや書道の奥深さを学んでいます。 参加者募集中。見学のみでもOKです。お気軽にお越しください。			
手子林将棋愛好会	将 棋	毎 週 月	13:00~16:30
キルトサークル といろ	パッチワークキルト	毎 月 2 回	9:30~11:30
フォトクラブ テイクワン	写 真	不 定 期	
リ・ボーン	ストレッチ体操	隔 週 水	19:00~20:30
身体や頭を使いながら、楽しくストレッチをしています。			
ゆっくりクラブ	体 操	毎 週 金	10:30~11:30
和気あいあいとしたクラブです。心身の健康にどうぞ。			
さわやかエクササイズ	社交ダンス	毎 週 木	14:00~16:30