

令和7年度 自主サークル募集案内

(募集希望のあったサークルのみ記載しています)

サークル名	ハーンの原文を読む会	雑賀華道教室	絵手紙サークル	ミントの会	碧謡会
活 動 案 内 P R	小泉八雲の作品集の中から興味のある作品を選び、原文で楽しみます。併せて、時の話題になっている事から取り上げて話し合うようにします。	小原流。季節の花を基本の生け方にそって個人の感性を生かす指導をしていただきます。お花の好きな方、どうぞ！心が和らぎます。	絵手紙の基本、ハガキいっぱいに絵を描き、短い言葉で相手に書き伝える技法を学んでいます。夢中になれる時間です。初心者の方も歓迎します。	旬の食材を生かして楽しく美味しく！の料理教室です。	謡曲(観世流)の稽古。
代 表 者	若槻 喜保	三島 千栄子	矢内 知子	渡部 幸子	津田 幸邦
講 師	鳶根 武宏	井上 章	馬庭 陽子	三阪 和栄	白名 正樹
活 動 日	第2・4(木)	第1・3(木)※8月と1月は休み	第3(水)	第3(木)	毎週(月) 祝日休み
活 動 時 間	10:00~12:00	13:30~15:00	13:30~15:30	10:00~12:00	13:30~15:30
会 費	月1,500円	月2,000円 花材代1,500円前後	月1,100円	月2,300円	月3,000円

サークル名	かな書道	爽風書道会	書道サークル	清吟堂 松江 剣詩舞部	川柳塔まつえ吟社
活 動 案 内 P R	教育書道「日本習字」のお手本を基に毎月検定課題の練習並びに三谷先生のご指導を受けています。漢字、かな、ペン、くらしの書、臨書、お好きなコースが選べます。	子供対象の書道教室です。毛筆、ペン字を中心に指導します。小学4年生からは、文字の起源である象形文字(甲骨文、金文)を基に創作し、想像力と感性を養います。	漢字、仮名、近代詩、実用書、ペン字の練習をしています。初心者の方は筆の持ち方、書道の基本(止め、撥ね、払い)から学べ、経験者の方は、楷書、行書、草書、古典の学習もできます。お気軽にご参加ください。	詩吟(漢詩、和歌、短歌など)の情景等に添った振りつけで舞の稽古をします。	毎月第一土曜日の一時より、同人・詩友の川柳愛好家が一堂に集まり、月毎の4つの兼題をベースに発表を行い選者による選を受ける。老若男女を問わず、自由に参加できるので是非お問い合わせ下さい。3ヶ月に一度柳誌発行です。
代 表 者	山根 巴	赤木 友美	景山ちづる	熊野 年恵	石橋 芳山
講 師	三谷 英子	赤木 友美	赤木 友美	須藤 常盤	
活 動 日	第2・3(水)	第1・2・3(月)	第2・4(木)	第1・4(土)	第1(土)
活 動 時 間	10:00~12:00	15:00~17:00	10:00~12:00	(第1)13:30~17:00(第4)9:30~12:00	13:00~16:00
会 費	400円(別途月謝)	月3,000円(書道誌代800円別途)	月3,000円(書道誌代800円別途)	月1,500円	参加費500円

サークル名	コールグリーンさいか	うたおう会	レクリエーションダンスコスモス	レクリエーションダンスあじさい	九州ハワイアン協会
活 動 案 内 P R	歌の好きな人が集まり毎月2回合唱を楽しんでいます。心身を健全に保つためにも大声で歌ってみませんか。心も晴れると思います。是非ご参加ください。	月1回、童謡、抒情歌、他をみんなで楽しく歌います。自由にご参加ください。	私たちのグループメンバーは高齢者が多いのですが、仲間と一緒に演歌や民謡、外国から入ってきた曲など、踊ると楽しくて年齢のことなど忘れて体を動かしています。	楽しい曲を聞きながら体を動かすことは最高の幸せです。こうして踊っているから会員は皆元気です。どうぞ見学に来てみてください。大歓迎です。	ハワイのおどり フラダンスです。今年は8月にホイケ(発表会)があります。ライトの中で輝いてみましょう。アロハ。
代 表 者	塩田 聰江	原田 孝	江指 美代子	江指 美代子	入澤 和代
講 師	岡田 正樹	原屋 文次	矢野 悦子	高野 芳子	山崎 優
活 動 日	第1・3(火)	第1(月)	毎週(水)	毎週(金)	第1・3(金)
活 動 時 間	10:00~12:00	10:00~11:00	13:30~15:00	13:30~15:00	10:00~11:00
会 費	月1,000円	月200円	月2,500円	月2,500円	月2,000円

サークル名	雑賀太極拳サークル	ダンベル健康体操	にこにこ教室(生命の貯蓄体操)	生命の貯蓄体操 あすなろ	RD Ami
活 動 案 内 P R	人生100年時代 元気ですごしたい、体をうごかすのは苦手な方も これから何かはじめたい方も 無理なくこいっしょに バランス感覚をたかめ 転倒防止に役立ちます。無料体験もできます。	腰やひざの痛みの軽減、又転びにくい体、寝たきり予防等を目標に、音楽に合わせ、ダンベル体操、ストレッチ、ダンス等を楽しんでいます。又、歌をうたったり、ゲームも楽しんでいます。	健康長寿を目的とした体操です。おへその下の「丹田」を意識した呼吸法で「気のバランス」を整えて、病氣にかかりにくい体質へと変えていきます。私達と健康づくり始めてみませんか。まずは見学において下さい。	健康長寿を目的とし、丹田呼吸法と体を緩める体操で自然治癒力を強化します。“心と体を整え自分の体は自分で守る”体操です。	円になって指示を聞きながら素敵な曲にあわせてワルツ・ルンバ・チャチャなどを踊ります。一度一緒に踊ってみませんか？ぜひご参加ください。
代 表 者	西村 典子	久末 みさ子	三輪 美保子	三島 京子	大林 信江
講 師	西村 典子		角田 裕美子	木村 英子	大林 信江
活 動 日	毎週(月)	毎週(火)	毎週(木)	毎週(金)	第2・4(水)
活 動 時 間	10:00~12:00	10:00~12:00	19:30~21:00	10:00~11:00	18:30~20:00
会 費	月3,500円	参加毎600円	月2,300円	月2,300円	月2,000円

サークル名	エアロビクス教室	松江市一般介護予防事業 からだ元気塾	松江ギター協会
活 動 案 内 P R	前半は音楽に合わせて体を動かし、後半は健康ストレッチや柔軟体操や筋トレなど、みんなで楽しく活動しています。朝日公民館も利用して(第1・3(水))活動しています。見学や無料体験、連絡お待ちしております。	65歳以上の方を対象にした健康体操教室です。椅子に座って、筋力トレーニングとストレッチを行います。体験・見学いつでもできます。ぜひ一度、ご参加ください！	クラシックギターで合奏・ソロ・重奏を楽しんでいるサークルです。クラシック・映画音楽・歌謡曲等いろいろなジャンルの曲を練習しています。特に講師はいませんが皆で協力してやっています。簡単な曲が弾ける程度の方を希望します。
代 表 者	辻 佐和子	(株)さんびる	福岡 孝
講 師	辺土 恵子	佐藤 花織	
活 動 日	第2・4・5(水)	毎週(水)	第2・4(火)
活 動 時 間	10:15~11:30	9:30~, 10:30~	18:00~20:00
会 費	各学期(12回程度)7,000円	1回500円	月500円



問い合わせ

松江市雑賀公民館

☎(0852)23-8179

受付時間:月~金 9:00~17:00

サークルの活動の様子を見学することができます。

見学を希望される場合は、必ず代表者または公民館へ事前にご連絡ください。