

いきいきセンター同好会紹介

※各同好会から提出のあった内容をそのまま掲載しております。

いきいきセンター田尻



＜団体名＞ 歌の会 野ばら

＜コメント＞

私達歌の会野ばらは 少数精鋭で頑張っています。

童謡、歌謡曲と会員のリクエストをもとに楽しく歌っています。



＜団体名＞ リズム体操

＜コメント＞

ヨガ、ストレッチ、筋肉、リズム体操を組み合わせた体操です。

無理のない動きで健康維持に繋がっています。



＜団体名＞ 太極拳（一）

＜コメント＞

太極拳は、呼吸を意識しながらゆっくりと体を動かした健康法です。「心も穏やかになる」と感じています。



＜団体名＞ 太極拳・舞

＜コメント＞

太極拳は呼吸を意識しながら
ゆっくりと体を動かした健康法
です。

『身も心も穏やかになります』



＜団体名＞ 練功

＜コメント＞

練功は病気を予防するという
呼吸体操です。

運動不足な体をストレッチし、
伸び伸びと活動しています。



＜団体名＞ フラなでしこ

＜コメント＞

初心者向けのフラダンス教室
です。基本練習から始め、
ハワイアンの歌に合わせて、
楽しく踊っています。



＜団体名＞ 絵手紙同好会

＜コメント＞

立ち上げて1年目の会です。
月1回（第3火曜）に、季節の物を題材として気負わず和気あいあいと練習しております。

いきいきセンター日之出



＜団体名＞

日之出・太極拳同好会

＜コメント＞

毎週（金）午前中、米田先生に指導していただき、健康と親睦を目的とし、楽しくお稽古しています。



＜団体名＞

民舞同好会

＜コメント＞

西村先生のご指導を頂き皆で楽しく踊っています。

毎週木曜午後1～3時まで

60才以上の方会員募集中です。



＜団体名＞ 囲碁同好会

＜コメント＞

会員が和気あいあいと対局し、自然に上達できる同好会です。囲碁に興味があるが敷居が高い方お勧めです。



＜団体名＞ 趣味の芸能

＜コメント＞

銭太鼓（出雲地方郷土芸能）
南京玉すだれ等
音楽に合せ握力・瞬発力を養い乍ら和気藹々練習に励んでいます。



＜団体名＞ 茶和の会（茶道）

＜コメント＞

喫茶去、一期一会
ふっと日常を忘れ自分と静かに向き合える空間です。
和やかに和の心に浸っています。

＜団体名＞ 健康フラ

＜コメント＞

フラの他、健康体操、盆踊り諸々行っています。



<団体名> 大正琴

<コメント>

童謡、唱歌、歌謡曲等を弾いています。

おしゃべり、情報交換ありの
楽しい仲間たちです。



<団体名> 香魚の会（俳句）

<コメント>

月2回（第1、第3火曜の午前）
俳句好きが集まり、第1火曜に
渡辺輝子先生からご指導が
あります。



<団体名> アートステンシル

<コメント>

洋服、バッグ、テーブルセンタ
ー、小物等、何にでもステンシ
ル（型染）して楽しめます。



＜団体名＞ クラブ体操

＜コメント＞

仲間をつくる、輪踊り、脳トレ
体力維持



＜団体名＞ 民舞同好会

＜コメント＞

毎週金曜日午後 1 時 15 分から
3 時 15 分までの 2 時間、新舞踊
を中心に楽しく練習しています。
現在部員は 12 名、興味のある方
一度見学に来てみてください。



＜団体名＞

日曜午前お絵描き会

＜コメント＞

絵の好きな素人の集まりで作っ
た同好会です。お互い得意分野
を教え合い仲よく楽しくやって
います。



＜団体名＞

レディス社交ダンス ルビー

＜コメント＞

女子限定の社交ダンス。男女のステップを学び、女子だけでも楽しめる様にしています。



＜団体名＞ 太極拳 1

＜コメント＞

楊名時八段錦・24 式太極拳を自身の健康状態を見究めながら仲間と共に楽しんでいます。



＜団体名＞ 太極拳 白雀会

＜コメント＞

まだ新しい会です。会員の皆様熱心に楽しくお稽古しております。



＜団体名＞ ハワイアンフラ

＜コメント＞

フラダンス一緒に踊りませんか?初心者歓迎です。

明るい仲間が待っています。

見学はいつでもどうぞ。

日時 毎週水曜 13時～15時

＜団体名＞ カトレア体操同好会

＜コメント＞

ラジオ体操や口の体操、歌や輪おどりなど皆さんで楽しくしています。

＜団体名＞ 福栄碁友会

＜コメント＞

級位者から段位者まで皆楽しく囲碁対局をしています。見学、入会随時可能です。

＜団体名＞ カラオケ部

＜コメント＞

月3～4回毎週火曜日、午後1時15分～午後3時30分、開催。

14名で本格的カラオケ機材で歌唱会を開催しています。女性会員歓迎！

＜団体名＞ 詩吟同好会

＜コメント＞

お腹から声を出すので健康に良いです。詩吟を難しく考えず、良かったら一緒にやりませんか。

いきいきセンター本館



<団体名> 愛唱歌を歌おう

<コメント>

令和5年産声をあげた新サークル。講師の指導で懐かしい曲を明るく元気に楽しんでいます。一緒に如何ですか！



<団体名> メンズヨガ

<コメント>

メンズクラスで気兼ねなく、呼吸に意識を向け、自分の内面と向き合いませんか？

第1、第3火曜日の午前中。



<団体名> 社交ダンス同好会2

<コメント>

小泉久子先生のご指導のもと、木曜日の午後に月3回楽しく活動しています。

現在若干名会員を募集中です！



＜団体名＞

リフレッシュ練功十八法

＜コメント＞

練功は中国の高齢者向健康体操、
優雅な動きマッサージ呼吸法が
筋力柔軟性バランス感覚保持に
効果あり。

＜団体名＞ 練功十八法同好会

＜コメント＞

音楽に合わせて経穴を意識しながら全身の動作、呼吸により心身の癒しと
健康づくりを目的とします。

＜団体名＞ ソーラン玉すだれ

＜コメント＞

練功、玉すだれを中心に部員 8 名和気あいあい楽しく練習しています。

第 1、第 3 土曜日 10 時～11 時 30 分。



＜団体名＞ 太極拳同好会

＜コメント＞

月2回、第1&第3土曜日に「楊名時太極拳24式」を楽しんでいます。発足し2年目の同好会です。



＜団体名＞ ハワイアンフラ B

＜コメント＞

日常生活離れ先生と共にフラダンスの曲に合わせてワイワイと毎回楽しくリフレッシュしています。



＜団体名＞ 気功リズム

＜コメント＞

気功、リズム体操、ヨガと楽しく身体を動かします。
時には頭の体操、口の体操、ゲームも入れます。



＜団体名＞ スマイル太極拳

＜コメント＞

皆で楽しく太極拳でいきいき
元気に健康に過ごしましょう。



＜団体名＞ 書道同好会

＜コメント＞

本会は字を愛し、友を愛し、書道
を通して会員相互の友好と親睦
をはかり、書を楽しみます。
60才～高齢者・初心者歓迎。



＜団体名＞ 将棋同好会

＜コメント＞

60才以上の将棋好きな方、体験
対局してみませんか。火曜日から
金曜日の1時～4時です。
お待ちしております。



＜団体名＞ 和の気功

＜コメント＞

「人と比べないで自分ができることをやりましょう」

いつも言われる先生の言葉が好きで続けています。



＜団体名＞ 愛唱歌同好会

＜コメント＞

毎月第2・4水曜日 10:00～

11:45 2か月 1,400 円で

全ジャンルの歌をのびのびと

楽しんでいます。