

いきいきセンター 市川

住所 市川2丁目33-6 電話番号 047(322)2277

主な活動内容		曜日	曜日詳細	時間	団体名
運動・体操・スポーツ	ヨガ	水	第1・3	10:00 ~ 11:30	ヨガ(さくらヨガ)
		水	第2・4	10:00 ~ 11:30	ヨガ(ヨガひまわり)
	体操	水	第1・3	14:00 ~ 15:30	健康体操
		金	第1・3	10:00 ~ 11:30	健康体操(リズム体操)
		日	第1・3	9:30 ~ 11:30	健康体操(ボディメンテ)
		日	第1・3	13:30 ~ 15:00	コラボ体操
	吹き矢	木	第1・3(5)	13:15 ~ 15:30	健康吹き矢
歌・踊り・楽器演奏	コーラス	火	第1・3	10:00 ~ 12:00	(唱歌を楽しむ会)
	よさこい踊り	火	第1・3	13:15 ~ 15:30	趣味の芸能(よさこい踊り)
	フラダンス	火	第2・4	13:15 ~ 15:30	ハワイアンフラ
	ハーモニカ	水	第2・4	13:00 ~ 15:00	ハーモニカ
	民謡	金	第1・2・3・4	9:30 ~ 11:30	民謡
	謡曲	金	第2・4	13:15 ~ 15:30	謡曲
	カラオケ	土	第1・2・3・4	13:15 ~ 15:30	カラオケ
趣味・娯楽	詩吟	火	第2・4	9:30 ~ 11:30	詩吟
	俳句	火	第4	13:00 ~ 15:00	「かささぎ」
	折り紙	水	第3	9:30 ~ 11:30	折り紙
	英語	水	第4	13:30 ~ 15:00	歌で英語
	書道	木	第2・4	9:15 ~ 11:30	書道
	ペン習字	木	第4	10:00 ~ 12:00	ペン習字
	漢詩	木	第3	9:30 ~ 11:30	漢詩
	健康麻雀	土・金	第1土・第3金	(土)9:15~11:15 (金)13:15~15:15	市川福祉会健康麻雀
	囲碁	火~土	—	13:15 ~ 16:30	囲碁「市川碁友会」