

第五コミュニティセンター

R8

回覧

9月1日（火）

～30日（水）

サークル見学・体験月間

第五コミュニティセンターは、地域活動のほかに自主運営のサークル活動の場でもあります。地域みなさんに様々な活動を知っていただくため、第五コミセン利用団体連絡協議会の協力を得て9月に「サークル見学・体験月間」を開催いたします。

- ・対象：天川地区または周辺地域にお住いの人
- ・会場：第五コミュニティセンター

仕事をやめて時間を持て余している人がいましたら、この機会にぜひご参加を！
今後退職を迎える人は新たな余暇活動の候補を探してみませんか？

興味のあるサークルがありましたら、是非、見学・体験にお越しください。（事前予約は不要です）



サークル名 (会員数・年代)	活動内容	曜日	学習 時間	9月 学習日	部屋名	PRコメント
コール・文京 (19名・70～80代)	合唱（混声四部）	月曜	10:00～ 11:45	7日、14日、 28日	ホール	心と体の健康づくり、仲間づくりに合唱を始めてみませんか？
プーウィフラダンス (10名・60～70代)	フラダンスの練習	月曜	13:30～ 15:00	7日、14日、 28日	ホール	日常にハワイの風を吹き込もう！笑顔になれるフラダンス体験♪
花野会 (3名・60～80代)	月1回お花生けを楽しむ	火曜	9:30～ 11:30	15日	第1集会室	お花を生けて先生にみて頂く。花とのふれ合を楽しむ。
えにしだ句会 (7名・60～80代)	俳句作り、発表、批評	火曜	9:30～ 12:00	29日	第1集会室	俳句文化を通じて地域を豊かに。俳句を身近に四季を楽しみましょう。
健康クラブ (14名・60～80代)	エアロピクス	火曜	10:00～ 12:00	1日、8日、 15日	ホール	先生の指導のもと、音楽に合わせて身体を動かします。
雀クラブ (23名・70～80代)	老化防止のための健康麻雀	水曜	13:00～ 17:00	2日、9日、 16日、30日	第2集会室	麻雀は判断力・記憶力を育て、脳の活性化に最適なゲームです。
太極拳同好会 (7名・70～80代)	太極拳の学習	木曜	10:00～ 11:30	3日、17日、 24日	ホール	バランス・筋力向上、持久力向上、神経筋協応の向上等、医者がお薦めの運動です。
ストレッチ21 (15名・60～80代)	音楽に合わせてストレッチ	木曜	14:00～ 15:00	3日、10日、 17日、24日	ホール	気持ち良く、筋力低下防止と認知予防。
健康麻雀クラブ「スズメの会」 (21名・60～80代)	麻雀を楽しむ会	金曜	13:00～ 17:00	4日、11日、 18日、25日	第2集会室	頭の体操をしながらメンバーと和気あいあいの楽しい時間を過ごします。
文三だんべえ愛好会 (6名・60～80代)	前橋だんべえ踊り、民謡おどり	土曜	10:00～ 12:00	5日、19日	ホール	前橋まつり、コミセン文化祭に参加、発表します。
前橋渋柿会 (8名・60～80代)	俳句の勉強会	土曜	13:00～	12日	第1集会室	毎日の生活、自然を見つめ、楽しく和気藹々とやっております。
火曜卓球クラブ (9名・70～80代)	卓球（ラージのみ）	火曜	13:00～ 14:45	1日、8日、 15日、29日	ホール	卓球しませんか。ラージボールでラリー続き易く中高年向き。頭と身体の健康維持。

＜お願い＞

お越しの際は、駐車場が少ないため、徒歩・自転車等での来所にご協力をお願いします。

問合せ先

前橋市第五コミュニティセンター
TEL: 027-223-2382

