

令和8年度 河瀬地区公民館サークル紹介

区分	募集	サークル名	活動日および時間		活動内容
華道・手芸	○	生け花サークル	第3水曜日(月1回)	20:00~21:30	池ノ坊流の盛花・自由花で季節の花を楽しく活かしています。
	○	トールペイント	木 or 金曜日(月4回)	9:45~12:15	各自、好きな素材に好きな図案を用いて着色しています。
	○	たおり会	第2金曜日(月1回)	13:30~15:30	折紙など
	○	筆ペン書画	第3火曜日(月1回)	10:00~11:30	筆ペン書画で絵や文字を描く。
体操・ダンス・舞踊	○	アロンジェ	土曜日(月1回)	14:00~17:00	ピラティス、コンディショニングボールを使ったセルフマッサージです。
	○	河瀬ダンススポーツクラブ	毎週木曜日(月4回)	13:00~16:00	ダンススポーツ(社交ダンス)のレッスンです。
	○	3B体操さくら	第2・4水曜日(月2回)	9:30~12:00	ボール、ベル、ベルダーを使って体をほぐす体操をします。
	○	自彊術(PPK)	毎週月曜日(月4回)	13:00~14:45	ストレッチと自彊術で健康維持しPPK(ピンピンコロリ)を目指します。
	—	タイ舞踊	不定期金曜日	19:30~21:00	イベントの出演依頼があったときに練習します。
	○	太極拳サークル 五弓	毎週金曜日 (夏季 月・火曜日)	9:30~12:30 9:30~17:00 (不定期)	太極拳の練習です。
	○	おむすび321	第1・3日曜日(月2回)	10:30~12:30	ダウン症児と、その家族のためのダンス教室
	—	KAWASEYOGA	毎週水曜日or木曜日	19:00~20:00	健康維持を目的としたヨガ教室
	—	フラダンス「ラビット」	第1・3月曜日 他不定期	10:00~12:00	フラダンスの基本動作の習得及び曲に合わせてダンスの動きを覚え、楽しむ。
	○	姿勢チューリップ	第2・4火曜日(月2回)	10:00~11:00	姿勢改善のための姿勢チェック筋トレストレッチ
○	蓮の葉サークル	日曜日月2回不定期	13:30~16:30	太極拳の練習です	
合奏演奏	○	そよかぜコーラス	第3水曜日(月1回)	9:30~11:30	朝ドラの主題歌とか会員の希望する歌のレッスン等
	○	カラオケ教室	第1・3金曜日(月2回)	9:30~11:30	カラオケ歌の練習です。
	○	ひまわり	第1・3水曜日(月2回)	10:00~12:00	オカリナの練習
	○	彦根コーラス BlueStar	第2・4土曜日(月2回)	10:00~11:30	ポップスを中心としたコーラスの練習
その他	○	短歌サークル銀河	第2木曜日(月1回)	13:30~15:30	短歌に親しみ短歌を詠む
	—	enjoy club	第1・3日曜日	10:00~12:00	英会話の勉強
	—	ひよりのおうち	毎週月曜日他不定期	9:30~15:00	親子コミュニティ活動他
	—	カッチ	第1・3・4水曜日	13:00~17:00	韓国語会話

2026年4月現在

- ★ 入会・見学のお申し込みは河瀬地区公民館 (Tel 28-1000) で受け付けています。
- ★ 活動日などは変更になる場合があります。