

**●おいらせ町立東公民館 〒039-2225 おいらせ町上明堂88-2 TEL0178-52-2061**

No.	サークル名	窓口担当	活動日・時間	内容
1	3B体操たんぽぽの会		毎週金曜日 13:15-15:15	音楽に合わせて、道具を使いながら行う健康体操です。
2	前結び若竹会	田中 節子 TEL090-9034-1086	第2.3.4金曜日 10:00-12:00	前結び帯や着物着付けの練習を行い、教養を高めます。
3	F i t デリオッサおいら	三文字 弥生 TEL090-7076-1060	毎週金曜日 19:15-20:45	健康づくりのためのエアロビクスを楽しみます。
4	優しいピラテス	馬場 祐子 TEL090-3469-3613	毎週木曜日 18:30-20:30	ピラティスの基礎を学びながら、健康機能を高めます。
5	おいらせ川柳吟社	昆 八重子 TEL0178-52-7898	第3水曜日 13:00-17:00	川柳の基礎を学び、各種大会へ作品を出品します。
6	みちのく吟詠会百石教場	百目鬼 錦一 TEL0178-52-4458	毎週木曜日 13:00-15:00	詩吟の学習を通じ、知識や技術の向上を図ります。
7	日本教育書道会百石支部		毎週土曜日 16:00-18:00	書道に親しみ、書く楽しさや難しさを学びます。
8	日本教育書道会秀峰支部	シングルリ- 亜矢子 TEL090-3369-8345	毎週日曜日 10:00-12:00	書道の基礎や歴史を学びながら、書の練習をします。
9	百石写真撮会	長内 正文 TEL0178-52-6633	第3水曜日 18:00-20:00	写真撮影の技術向上、作品発表などを行います。
10	レアレアおいらせ	川口 みゑ TEL0178-52-4774	毎週水曜日 10:00-12:00	フラの練習を通じ、健康増進、会員の親睦を深めます。
11	百石歌謡愛好会	川口 元 TEL0178-52-7963	不定期	歌謡曲を通じて親睦を深め、イベントなどで披露します。
12	永充奈会	永島 加津子 TEL090-3125-1502	毎週土曜日 13:00-15:00	日本舞踊の基礎学習と稽古。イベントなどで披露します。
13	百石社交ダンス愛好会 「パオ」	小向 幸子 TEL0178-52-6607	毎週火曜日 18:30-20:30	ダンスの技術を高め、イベントや施設慰問で披露します。
14	琴城流大正琴琴華会		第2・4火曜日 13:00-15:00	課題曲を設け、大正琴の演奏技術を学びます。
15	凸凹かふえ おいらせ	馬場 美奈子 TEL080-9984-9157	水曜日/月1回 10:00-12:00	子どもの発達について気になる家族が集い談話や勉強会をします。
16	カラオケあざみの会	小向 建二 TEL0178-52-6607	第1.3水曜日 19:00-21:00	歌謡曲を楽しく正しく学びながら親睦を深めます。
17	おいらせオハイアライフラ	橋本 礼子 TEL090-4882-9998	毎週火曜日 10:00-12:00	フラを楽しく学びながら、仲間との交流を深めます。
18	ふじ着物愛好会	藤ヶ森 富士子 TEL080-1837-7588	毎週火・水曜日 10:00~/13:00~	着物着付けの技術を学び、つまみ細工による作品づくりをします。
19	おいらせダンススポーツクラブ	工藤 邦子 TEL090-6629-6294	毎週月曜日 10:00-12:00	社交ダンスの練習を通じ、健康増進、親睦を深めます。
20	にこにこ3B体操	吉田 静子 TEL0178-56-2208	第1.3木曜日 9:45-11:45	健康維持・増進しながら会員相互の親睦を図ります。
21	ただいまヨガサークル	北向 直子 TEL080-1843-0649	土曜日 10:00-12:00	ヨガを用いたストレッチ体操により健康維持を図ります。
22	こすもす3B体操	川口 弘子 TEL080-3198-9521	第1.3木曜日 9:45-11:45	3B体操の練習を通じ、会員同士の親睦や交流を深めます。