

No.		サークル名	活動内容	活動日	活動時間	直接連絡	備考
1	絵画	アトリエ絵恋	絵画（油彩、水彩、パステル等）	第2金曜日 第4木曜日	13:00～15:00	×	センターを通して連絡
2	合唱	鶴が丘エプロンハーモニー	コーラスの練習	月4回 毎週木曜日	10:00～12:00	○	
3	合唱	男声合唱団 いずみオッチェンコール	合唱の練習、各種依頼団体での演奏、定期演奏会開催、等々	毎週火曜日	9:00～12:00	○	
4	ゴスペル	ゴスペルの会 ヴァンヴェール	ゴスペル等の歌唱、発声トレーニングフェスティバルやセンターまつりに参加	月4回水曜日	10:00～12:00	×	センターを通して連絡
5	ハーモニカ	松森はもにか楽奏団	ハーモニカアンサンブルの練習、ボランティア演奏活動	月2回 第1・3土曜日	10:00～12:00	○	
6	吹奏楽	フィルハーモニア・ウィンド・オーケストラ	吹奏楽の練習	月4回日曜日	13:00～17:00	○	
7	歴史	鶴が森歴史愛好会	地域の歴史を学び地元への愛着を深める。歴史勉強会	月1回 第2木曜日	14:00～16:00	○	
8	書道	「書に親しむ」眸和会	会員同士の親睦を深め、楽しみながら書の創作・表現力を学ぶ	月2回土曜日	14:00～16:00	○	
9	刻字	刻字愛好会	定期（月1回）の研修センター行事に参加	第1火曜日 （変更あり）	10:00～12:00	○	
10	囲碁	鶴松碁楽会	囲碁を楽しみ棋力向上を目指す。囲碁の練習会	月4回金曜日	13:00～17:00	○	
11	CA（クリニカ） アド/リンパ	笑顔のたね倶楽部	健康寿命を目標として、クリニカルアート（脳が喜ぶ、心が笑う）、リンパケアを交互に継続、フレイル予防としての軽運動、茶話会、季節のイベントを催し有意義なシニア世代のグループです。	第2木曜日	10:00～12:00	×	センターを通して連絡
12	料理	クッキングメイト	料理教室	第2土曜日	10:00～13:00	○	
13	軽体操	ほかほかさろん	リズム体操・脳トレゲームなどで健康増進を図ります。	第1・3金曜日	10:00～11:30	○	
14	軽体操	元気クラブ	心身のリフレッシュを目的に、軽体操（足踏み、ストレッチ、体幹トレーニング等）を行い、会員相互の親睦と健康維持を図る	月2回 第1・3水曜日	10:00～12:00	○	
15	ストレッチ・ バレエ	Rika's アロンジェ	クラシックバレエで健康体操を楽しく学ぶとともに会員の親睦を目的とする	月2回木曜日	10:00～ 13:00	×	センターを通して連絡
16	ヨガ	ヨーガサークル	ヨーガで会員の健康、友好を深め毎木曜日にレッスンする	月4回木曜日	13:00～15:00	○	
17	太極拳	太極拳サークル： 松森クラブ	太極拳各種	月4回金曜日	9:30～11:30	×	センターを通して連絡
18	フラダンス	松森フラダンスサークル	フラダンスの練習と体操・ストレッチ、ボランティア活動	月4回水曜日	10:00～12:00	×	センターを通して連絡
19	バウンドテニス	松森バウンディ	バウンドテニスの練習	月4回 水または金曜日	13:00～15:00	×	センターを通して連絡
20	居合道	仙台居合道会	全日本剣道連盟居合、夢想神伝流居合	月4回土曜日	9:15～11:30	×	メールアドレス・HPへ
21	ミニバスケットボール	松森ミニバスケットボール同好会	ミニバスケットボールの基本練習	月18回 月・水・木・金	平日17～19時 土13～16時	○	
22	卓球	ドリームJr.	卓球	月6回 土・日曜日	9:00～12:00	○	
23	剣道	鶴が丘剣道松陵会	剣道の稽古	週3回 火・木・土	火木18:00～ 土17:00～	○	
24	革細工	鶴が丘革細工の会	革細工の作品作り	月2回 第1・3火曜日	10:00～ 12:00	○	
25	ギター	ギターアンサンブル冠	クラシックギターの演奏と練習	月4・5回 毎週土曜日	18:00～ 21:00	○	庶務担当 電話等へ
26	ミニバスケットボール	向陽台ミニバスケットボールスポーツ少年団	ミニバスケットボールの練習	毎週火・木曜日 土日もあり	平日17:30～ 土日時刻未定	○	
27	オカリナ	仙台オカリナアンサンブル	月2回の練習、演奏会等	月2回火曜日	9:00～	○	
28	地域活動	松森いいネット	地域の情報や調査に関する活動を行い、会員同士の交流を図る、月2回の定例会	第1土曜と 第3金曜月2回	午後2時間	○	
29	アロマとエクササイズ	アロマと健康エクササイズサークル「チアーズ」	アロマとエクササイズで体を元気にします	月1回土曜日	10:00～ 11:30	○	
30	足もみ	やさしい足もみサークル	足もみ健康法の実践	月2回 第2・4木曜日	13:00～ 14:30	○	
31	おもちゃ病院	おもちゃ病院 松陵	こわれたおもちゃの修理を行う	月1回水曜日	10:00～ 12:00	○	

★ 興味のある方は、松森市民センターの窓口までお問い合わせください。連絡先をご案内いたします。

松森市民センターTEL（022）776-9510