



何か始めたい…地域の皆様へ

令和8年5月1日現在

三本松市民センター

メンバー募集中のサークル一覧



No.	サークル名称	活動内容	対象	活動日・時間	ひとことPR
No.1～No.7 運動系サークル					
1	けやき バドミントンクラブ	バドミントン	30代～60代 女性	毎週火・金曜日 9時30分～12時00分	少しバドミントンを経験されていた方なら大歓迎です。元気に体を動かしましょう！
2	主婦 バドミントン同好会	バドミントンを楽しむ	女性限定	毎週水曜日（原則） 午前中	初心者歓迎しています。見学・体験、お待ちしております。30代～80代の幅広い年齢層で楽しんでおります。主婦でない方でもOKです。
3	三本松卓球愛好会	卓球 会員相互の親睦と体力向上を目的として活動しています。	どなたでも	毎週火曜日 （曜日は不確定です） 13時00分～16時30分	屋内すば一とで体全体を使用ので、健康維持に良いです。是非、お試しに参加してみてください。※見学可（うわぐつ・ラケット持参）
4	ヨーガKen	ヨーガ	どなたでも 現在50～80歳代のメンバーです。	毎週金曜日 10時00分～11時40分	初心者歓迎！準備運動のほぐしをたっぷりしてから動きます。また、決して無理せず、ご自分のペースでゆるゆる動くことを大切にしています。最後に前身の血流が良くなりスッキリを目指しています。
5	ミニテニス かりんクラブ	ミニテニス練習・ゲーム	どなたでも	毎週金曜日（原則） 13時～16時	バドミントンコート（ネットの高さ1m）でビーチボールの小さいボールを使用するテニスです。どなたでもお気軽に。体験、見学もOKです。

No.	サークル名称	活動内容	対象	活動日・時間	ひとことPR
6	パドルテニスクラブ 台原	パドルテニス	どなたでも	毎週水曜日 13時00分～16時00分	子育て世代の皆様❤️隙間時間にストレス発散しませんか。室内テニス最高です😊
7	グランエイジ ヒップホップ	高齢者でも無理なく楽しく出来るヒップホップダンス	40才以上	月2回 第2・4金曜日 14時00分～15時00分	軽快な曲に合わせて誰でも楽しく踊れるヒップホップダンスです。足腰を動かし一緒に汗を流しましょう。ぜひ一度見学に来てください。
No.8～No.12 文化系サークル					
8	三本松囲碁・将棋 クラブ	囲碁と将棋の愛好会	どなたでも	毎週火曜日 9時00分～12時00分	初心者から有段者まで
9	図書ボランティア 「ぼけっと」	市民センターでの 図書室運営ボランティア	本好きな方ならどなたでも	毎週水曜・土曜日 13時00分～16時00分	週2回の午後のひととき、本の貸し出しや返却、新刊本の購入等にかかわってみると楽しいです。ぜひ本を借りに来てね！！
10	しょうりゅうかい 松柳会	仁多見先生の指導の下、川柳を作り、先生に会員の句を添削して頂きます。	どなたでも	月1回 第4木曜日 10時00分～12時00分	紙一枚えんぴつ一本で作句出来、心を読み、世の中を読み、頭の体操をしましょう。
11	あむ編むクラブ	エコテープで かごやバッグを編む	どなたでも	月1回 第4木曜日 14時00分～16時00分	少人数でアットホームです。ぜひ入会してネ
12	楽しく歌おう！	子供の頃・学生の頃に歌った童謡・唱歌・季節のうた等、様々なジャンルを歌いながら楽しんでいきます。	どなたでも	月2回 第1・3金曜日 10時00分～11時30分	先生の美しい声と楽しいトークでご指導いただいております。上手・下手はなく、皆で歌うと元気になりますよ。歌が好きな方は是非一度見学に来てください。歓迎です。

サークルの見学・加入希望の方は、三本松市民センターまでお問い合わせください。



三本松市民センター

〒981-0912 仙台市青葉区堤町 3-23-1

TEL274-3955 FAX 234-5355

