

高森市民センター サークル情報

高森市民センター ☎ 022-378-9950

◆活動日時は目安です。詳しくは各サークルまたは高森市民センターへお問い合わせください。

◆お問い合わせいただく際は、電話番号のかけ間違い等にご注意ください。

◆文化・教養◆



※令和8年3月時点の情報です。

ジャンル	サークル名	主な活動日時	PR	見学
囲碁	高森囲碁サークル	木 13:00-16:00	囲碁を通して交流を図る。講座、対局をして向上を図る。 初心者～中段者位の集まりです。	いつでも
絵手紙	絵手紙サークル	第2 水・金	初心者歓迎。楽しみながら趣味の仲間を作っています。ハ タでいいハタがいいをモットーにしています。	いつでも
水彩画	高森スケッチサークル	木 14:00-16:00	初心者向けの水彩画サークルです。今年2年目でまだ3、4人 です。絵を描きたいという気持ちがあれば十分です。	いつでも
折り紙	折紙コスモスグループ	火 10:00-12:00	1枚の紙から花や動物、正月やクリスマス飾りなど、様々 折っています。頭の体操におすすめです。	いつでも
詩吟	岳風会詩吟研修会	木 14:00-16:00	漢詩、和歌、俳句など、仲間と楽しく吟詠してます。 いつでも見学、入会ができます。お待ちしております。	いつでも
詩吟	高森詩吟同好会	土 10:00-12:00	詩吟を愛好する人が集い、詩歌について学び、自ら吟詠して います。また、会員相互の親睦を図ることに努めています。	高森市民セン ターへお問い合 わせください
俳句	俳句塾”花”	第1または第2 水 10:00-12:00	1. 初心者歓迎 2. 経験者歓迎 俳句の好きな人どなたでもOK。年齢等制限はなし！	いつでも
書道教室	東峰会 書道サークル	土 10:00-12:00	基本から応用まで学べます。親子大歓迎。	高森市民セン ターへお問い合 わせください

◆文化・教養◆



※令和8年3月時点の情報です。

ジャンル	サークル名	主な活動日時	PR	見学
合唱	うたごえ星's	第1・第3 金 13:00-15:00	初心者歓迎です。星久美子先生ご指導のもとに「日本のうた」などをコーラスで楽しんでおります。	いつでも
コーラス	リラ・ フラウエン・コアー	木 10:00-12:00	コーラスの練習、発表	いつでも
女声合唱	プリムラコーラス	木 10:00-12:30	2年に1度のコンサート開催。宮城県おかあさん合唱連盟に所属し、合唱祭や講習会に参加。又、市民センター祭にも参加しています。	いつでも
カラオケ	カラオケ親睦会 歌旅人	火 10:00-12:00	1.初心者歓迎 2.経験者歓迎 3.フォレスターナ仙台兼用歌の好きな人、誰でもOK。条件なし!	いつでも
呼吸法	丹田呼吸法の会	土 13:15-14:45	丹田呼吸健康法を一堂に会し、実修習得し、身体・心の健康向上を目指すサークルです。イスでもOK。初心者大歓迎。	高森市民センターへお問い合わせ下さい
音楽	オカリナサークル ポコ・ア・ポコ	木 10:00-12:00	毎月第1、第3木曜日の午前、楽しく活動しています。初心者の方も大歓迎!親切にねいにご指導いたします。童謡、流行歌、クラシック等、会員のみなさんと選曲しています。	いつでも
器楽・ オカリナ	オカリナサークル・ カノン	第2・第4 金 10:00-12:00	楽しみながら切磋琢磨し、全員が個々の技術を高める。(1)高森市民センターまつりに参加し、ステージ発表を行う。(2)年に1度ミニコンサートを開催する(3月)(3)練習日は毎月第2金表日、第4金曜日午前10時~12時。(4)社会福祉施設等へのボランティア活動を年2回行う。	いつでも
パソコン研修	寺岡パソコンクラブ	土 9:00-11:30	人生100年時代。パソコンを通して、会員相互の親睦を図りながら豊かな人生を送りましょう。	高森市民センターへお問い合わせください
読み聞かせ・ 紙芝居	とんがりぼうし	火 13:00-15:00	児童センター、こども園で絵本の読み聞かせ、紙芝居の上演をしています。初心者の方も大歓迎です。	高森市民センターへお問い合わせください
ボランティア	高森ふるさとづくり の会	火・水・金 9:30-11:30	高森東公園主体に環境保全・整備、地域交流イベントへの参加と企画・運営、公園課との連携。入会歓迎。	いつでも

◆運動・スポーツ・ダンス◆



※令和8年3月時点の情報です。

ジャンル	サークル名	主な活動日時	PR	見学
体操	グリーンフレッシュ	金 10:00-11:30	初心者歓迎です。健康維持の為、いろいろな身体の動きを組み合わせている健康体操です。自分自身の為の健康管理の勉強をしているサークルです。いつでも見学にいらして下さい。	高森市民センターへお問い合わせください
社交ダンス	社交ダンスサークル スプリング	土 10:00-11:30	男女会員を募集中です。高森市民センターの会場を主に、踊りを楽しんでいる趣味のサークルです。	いつでも
円盤投げ (ごく小さな物)	パークディスコン	水 9:00-11:30	高齢者には負担の軽い運動です。的に向かってディスク(円盤)を投げて上手くゆけば拍手、失敗すればため息と社交性に富んだサークルです。(会話は脳への換気扇)	いつでも
太極拳	太極拳サークル悠	水 10:00-12:00	太極拳を通じて健全な心身の維持、併せて、会員相互の親睦を図る。初心者歓迎。	いつでも

