



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。
- ◆サークル代表者へ直接お問い合わせいただく際は、電話番号のかけ間違いにご注意ください。

◆文化・教養◆

※令和6年12月時点の情報です。

内 容	サークル名	主な活動日時	P R	見学
折 紙	折紙コスモスグループ	火曜日 10:00～12:00	1枚の紙から花(桜、バラ…)や動物(パンダ、ペンギン…)、お正月やクリスマスの飾り、食卓で使える小物、きれいな箱など、様々なものを折っています。おしゃべりしながらの手作業は、頭の体操におすすめです。	可
俳 句	俳句塾“花”	第1、2 火曜日 14:00～16:00	笑いを交えた楽しい2時間は、あっという間に過ぎていきます。参加をお待ちしています。	事前に 担当者へ
絵手紙	絵手紙サークル	第2 水・金曜日 13:00～15:00	ヘタでいい、ヘタがいいをキャッチフレーズに楽しくかく事を目的としています。初心者大歓迎！	事前に 担当者へ
囲 碁	女性囲碁愛好会	木曜日 9:00～13:00	和気あいあい、女性同士、楽しく対戦しています。	可
水彩画	高森スケッチサークル	第1、3 金曜日 10:00～12:00	絵が好きなら大歓迎！初心者向けの内容で水彩画を基礎からやさしく学べます。	可
韓国料理	料理サークル	火または木曜日 10:00～13:00	家でも作れるように、楽しくおしゃべりしながら辛さを控えめにした料理を作ります。	可
公園整備	高森 ふるさとづくりの会	主に火、水、金曜日 9:00～12:00	高森ふるさと公園(東公園)の環境整備活動をしているボランティアグループです。	可
男性料理	高森男の台所	第4 火曜日 9:00～13:00	料理の基礎を学び、中高年男性の食生活を考えた栄養バランスのとれた料理を楽しみながら作っています。	事前に 担当者へ

♪音楽・楽器・歌唱♪



内 容	サークル名	主な活動日時	P R	見学
合 唱	うたごえ星 ^{スターズ} 's	第1・3 金曜日 13:00～15:00	主に熟年者の団体で、合唱の向上よりも楽しい時間が過ごせるよう融和をモットーとしています。	可
歌 唱	歌唱 うたたびと “歌旅人”	土曜日 10:00～12:00	健康のための歌として楽しい時間を過ごしています。 参加おまちしています。	事前に 担当者へ
詩 吟	高森詩吟同好会	土曜日 10:00～12:00	詩吟の発声は、健康増進にも最適で、リタイア後から始めても充分に楽しめる趣味です。	可
詩 吟	岳風会詩吟研修会	木曜日 14:00～16:00	大きな声を出します。健康にとっても良いとされています。	可
オカリナ	オカリナサークル ポコ・ア・ポコ	第1・3 木曜日 10:00～12:00	親しみのある曲を選んで、楽しく演奏しています。	事前に 担当者へ
合唱	プリムラコーラス	木曜日 10:00～12:30	お腹から声を出し、歌詞を覚えて、おかげで団員、皆元気です。 是非一緒に歌いましょう！	事前に 担当者へ

★スポーツ・体操・ダンス・舞踊★



内 容	サークル名	主な活動日時	P R	見学
ジャズ体操	グリーンフレッシュ	金曜日 10:00～11:30	運動不足の方、私たちと一緒に身体を動かしませんか。ストレッチ、ヨガ、リズム体操等、健康維持の為にいろいろな身体の動きを組み合わせている体操です。いつでも見学・体験にいらしてみてください。	事前に 担当者へ
社交ダンス	社交ダンスサークル スプリング	土曜日 10:00～11:30	あなたも社交ダンスを始めてみませんか。 先生の指導のもと、ワルツやルンバなどを踊っています。まず見学を！	可
卓 球	卓悠会	木曜日 13:00～16:00	初級の方から大歓迎です。	可