



何か始めたい…地域の皆様へ

令和7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	女性	毎週火・金曜日 午前	楽しく一緒に汗を流しませんか？ 体験お待ちしております。 (40代～70代女性活躍中)
2	三本松卓球愛好会	卓球	どなたでも	毎週火曜日(原則) 13時00分～16時00分	わきあいあいと卓球の練習をして体力の 向上と維持に努めています。
3	ヨーガKEN (金曜クラス)	ヨーガの実践	どなたでも	毎週金曜日 10時00分～11時45分	70代を中心に40代から80代のメンバ ーで、呼吸に合わせて身体を動かしていま す！初めての方・頑張るのが苦手な方大歓 迎です。
4	ヨーガKEN (日曜クラス)	ヨーガの実践	どなたでも	日曜日(月1～2回) 10時00分～11時45分	平日お仕事で運動不足の方、ヨーガで心身 を心地よく整えてみませんか。
5	ミニテニス かりんクラブ	ミニテニス	どなたでも	毎週金曜日(原則) 午後	シニア中心にゲームを楽しんでいます。ど なたでもお気軽にどうぞ！！ ビジターの方も受け付けています。
6	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。ぜひ一度見学に來 てください。
7	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😊

No.	サークル名称	活動内容	対象	活動日・時間	ひとことPR
No.8～No.13 文化系サークル					
8	三本松囲碁・将棋 クラブ	囲碁と将棋の愛好者のクラ ブ	どなたでも	毎週火曜日 9 時 00 分～12 時 00 分	初心者から高段者まで憩いのひとときを共有しませんか。
9	図書ボランティア 「ぼけっと」	市民センター内の図書室での 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 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	堤町絵手紙サークル	絵手紙を描く	どなたでも	月 1 回例会 第 2 金曜日 10 時 00 分～12 時 00 分	わきあいあいと画材を持ちより楽しく描 いています。庭に咲く季節の花や日頃お料 理に使う野菜等も描いています。
13	楽しく歌おう！	あらゆるジャンルの歌をう たっています。	どなたでも	月 2 回 第 1・3 金曜日 10 時 00 分～11 時 30 分	少人数ですが、皆で色々なジャンルの歌を 楽しく歌う会です。先生のトークも楽しい ですヨ。

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