

# 東中田市民センター メンバー募集サークル一覧

令和8年 7 月 1 日現在

| サークル名              | 活動内容            | 主な活動日                       | サークルからのコメント                                                                                               |
|--------------------|-----------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 運動・スポーツ系           |                 |                             |                                                                                                           |
| サークルone            | 卓 球             | 毎週木曜日<br>午後                 | 和気あいあい楽しく笑えるグループです。男女年齢不問です。                                                                              |
| 体力アップ同好会           | 軽体操             | 第一・第三火曜日ほか<br>10:00～11:00   | 脳トレ・機能改善運動・ダンス等で体を動かし、日々の活力を養っています。初心者歓迎・見学可。                                                             |
| ふれあいサークル           | レクリエーション<br>ダンス | 毎週火曜日<br>13:00～15:00 ほか     | 初心者歓迎・見学可。どなたでも。                                                                                          |
| Bloom              | バドミントン          | 土曜日または日曜日<br>午前または午後        | バドミントンのルールが分かり、経験がある方を募集します。毎回 13 名程度の方が参加しており、年齢は幅広いです。1 回 700 円の参加料をいただいています。楽しくバドミントンをやりたい方はぜひご参加ください。 |
| 雷神会館               | フルコンタクト<br>空手   | 毎週木曜日<br>19:00～21:00        | 日々の稽古を通して、礼儀、礼節を学び、心身を鍛えます。全日本出場選手も在籍しています。何歳からでも歓迎、初心者 OK、見学自由、親子での参加も歓迎です。                              |
| 音楽                 |                 |                             |                                                                                                           |
| 秋桜ハーモニー            | 女声コーラス          | 毎週金曜日<br>10:00～12:00        | 私達は歌の好きな仲間と楽しく練習をしています。お互いに健康に気をつけながら、地域の文化活動を高めていきたいと思っています。団員募集中です。一緒に歌いませんか。気軽に見学にいらして下さい。             |
| その他文化活動            |                 |                             |                                                                                                           |
| 旬のおかず<br>スイートクック   | 料 理             | 年 5～6 回第一土曜日<br>10:00～14:00 | 身近な素材で季節感を出しつつ、普段のおかずに変化をつけた調理を楽しんでいます。                                                                   |
| 東中田切り絵愛好会          | 切り絵             | 第二・第四木曜日<br>10:00～12:00     | 和気あいあいとお話しをしながら、絵柄の完成を楽しんでいます。見学・体験可。おやつタイムもあります。脳の活性化にもつながります。                                           |
| 東中田将棋愛好会           | 将 棋             | 毎週土曜日<br>10:00～16:00        | 有段者から初心者、高齢者からお子様まで。お気軽にお越しください。                                                                          |
| ラナの会<br>(パンフラワー教室) | 粘土細工            | 第二・第四金曜日<br>9:30～12:00      | 出来上がった作品は、本物の花と区別がつかないくらい素敵な花が出来上がります。ブローチ、壁掛け、小物、人形等幅広く作品が作れます。                                          |

※見学・加入などの詳細につきましては、センター窓口までお問い合わせください。

東中田市民センター 電話:022-242-1185