

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にご注意ください。



◆文化・教養◆

※令和7年3月時点の情報です。

内容	サークル名	主な活動日時	PR	見学
英語討論	IZUMI ENGLISH FAMILY	月2回 水曜日 13:00～15:00	英語時事についての討論スキルを磨いています。	可
絵手紙	絵手紙サークル	第2 水・金曜日 13:00～15:00	大切な人にこそ、手紙を出して心を贈る。 ヘタでいいヘタがいいをモットーに気取らない手紙を かいています。	可
折紙	折紙コスモスグループ	第3火曜日 10:00～12:00	楽しくおしゃべりしながらいろいろな物を折っていま す。折り図があるので、初めての方でも取り組みやす いです。見学、体験だけでも大歓迎！	市民セン ターから 団体に連 絡します
呼吸法	丹田呼吸法の会 (通称：丹田呼吸いきい き健康サークル)	土曜日 13:10～14:40	呼吸法は血液の循環、自律神経の調整、精神力の強化 等に役に立ちます。	可
俳句	俳句塾“花”	月末 金曜日 14:00～16:00	俳句の歴史と有名人の俳句の勉強をします。	市民セン ターから 団体に連 絡します
料理	料理サークル	火曜日 10:00～13:00	韓国料理を作ります。	可
料理	高森男の台所	第4火曜日 9:00～13:00	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ります。	市民セン ターから 団体に連 絡します

◇ボランティア◇



※令和7年3月時点の情報です。

内容	サークル名	主な活動日時	PR	見学
交流・互助	結いの会・高森東		高森東地区において「おたがい様」の気持で高齢者中心に活動しています。関心のおありな方はいつでもどうぞ！！一緒にしましょう。	可

♪音楽・楽器・歌唱♪



内容	サークル名	主な活動日時	PR	見学
詩吟	高森詩吟同好会	土曜日 10:00～12:00	漢詞、和歌、俳句などを吟詠しながら会員相互の親睦を図っています。腹の底から大きな声を出すことで健康増進にも寄与しています。	可
歌唱	カラオケ親睦会 歌旅人	水or木曜日 10:00～12:00	公的発表会に参加意欲をもって練習しています。	市民センターから団体に連絡します
合唱	うたごえ星' S	第1・3金曜日 13:00～15:00	主に熟年者の団体です。合唱をしておりますが会員の親睦と融和をモットーとしています。	可
ギター・合唱	グラン・リーブズ	月曜日 10:10～12:00	歌声サロンのような気楽な曲だけで楽しんでいます。	市民センターから団体に連絡します
金管楽器	ブラスアンサンブルファミリー	木曜日 19:00～21:00	金管アンサンブル曲の編曲と練習を行います。	市民センターから団体に連絡します
オカリナ	仙台オカリナーアンサンブル	火曜日 10:00～11:00	オカリナーと音楽の向上を図り、会員相互の融和を図ります。	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	オカリナに合ういろいろな曲を楽しく練習しています。	市民センターから団体に連絡します

★スポーツ・体操・ダンス・舞踊★



※令和7年3月時点の情報です。

内容	サークル名	主な活動日時	PR	見学
卓球	高森卓球愛好会	火曜日 10:00～12:00	卓球を通して、健康増進を図ります。	可
体操	グリーンフレッシュ	金曜日 10:00～11:30	地域の方達と楽しく身体を動かし、健康を維持しています。	可
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	社交ダンスで踊りを楽しんでいる趣味のサークルです。見学歓迎。気軽にお越しください。	可
バレーボール	高森シスターズ	月・水・土 16:30～19:00	高森地区を中心にバレーボールのスポーツ少年団として活動しています。男子・女子どちらも入団している明るいチームです。	市民センターから団体に連絡します
ゴルフ	高森ゴルフクラブ	月曜日 8:30～15:30	ゴルフを通し、会員相互の親睦と健康の増進を図ります。	可

