



令和6年度 寺岡市民センター サークル情報



◆ 文科系 ◆

寺岡市民センター
Tel 022 (378) 4490

ジャンル	サークル名	主な活動日時	サークルPR・活動内容等
料理	男のロマン	月1回。第3土曜日 9:00~13:00	調理実習、技術の向上、会員相互の親睦と親睦会。 料理は化学です。
折紙	折紙フレッシュタイム	第2・4木曜日 10:00~12:00	季節感を大事にしながら、花や生き物など折紙で楽しく創作活動をしています。指先を使うことで、脳トレにもなります。
和楽器演奏	篠 同好会	第1・3木曜日 13:00~15:00	篠笛（横笛）で、童謡、民謡、歌謡曲などを演奏し、会員相互の親睦を図りながら楽しんでいるサークルです。会員募集中です。
カラオケ	寺岡カラオケ愛好会	毎週火曜日 13:00~16:00	自分の好きな歌を楽しく歌っています。 歌の好きな方は、一度いらしてください。
歴史	いずみ郷土史探訪会	第2水曜日 10:00~12:00	泉区内の史跡の知識を習得して、広く地域の方々に伝える活動をしております。健康に良い活動です。会員募集中です。
ギター アンサンブル	イズ・ブリーズ	毎週火曜日 9:30~12:00	ギターで合奏する事を楽しみ、寺岡・紫山市民文化祭での発表や会の中での重奏や独奏のミニコンサートもやっています。初心者も大歓迎しています。
書道	実用書道同好会	月1回（不定期） 14:00~15:00	会員の親睦と技能の向上を目的とします。
混声合唱	コール・フロイデ	第2・4日曜日 14:00~16:00	寺岡・紫山市民文化祭や2年に1度の演奏会に向けて、混声合唱の練習を通じて合唱技術の向上と会員相互の親睦を図っています。一緒に歌いませんか？
コーラス	リラ・フラウエン・コアー	月1回。木曜日 10:00~12:00	コーラスを通じて、会員の健康と相互の親睦を図ります。
手話	手話サークル寺岡	毎週水曜日（変更あり） 10:00~12:00	手話の基本の習得、ろう者の方との体験を通して会話を楽しみ（？）、手話ソングを楽しみ（？）、表現法「手話」を学びます。学習は大変かもしれませんが、覚えて通じたら楽しみは倍になります。
手芸	パッチワークサークル カフェ	第2・4水曜日 10:00~13:00	パッチワークの基本を学びながら、布をつなぐ楽しみとキルトのスキルアップを図り、展示会等へ参加しています。
パソコン	寺岡パソコンクラブ	月3回。土曜日 9:00~12:00	パソコン操作技能の習得と会員相互の親睦を図ります。興味のある方は見学においでください。
詩吟	泉寺岡詩吟愛好会	毎週水曜日 15:00~17:00	詩吟は腹の底から声を出すので健康に良く、喉が鍛えられるので誤嚥防止にもなります。私達の会は出席率が高く、毎回吟を楽しんでおります。

◆ 運動系 ◆

ジャンル	サークル名	主な活動日時	サークルPR・活動内容等
社交 ダンス	ダンスサークル桂	月4回。毎週金曜日 13:30~15:30	スタンダード4種目、ラテン4種目から一日3種目を2ヶ月間（計8回）同じ種目をレッスンします。先生4名、指導員2名で楽しいサークルです。（13:00~13:30初心者レッスン、15:30~16:00自由レッスン）。
ディスコン	パークディスコン	毎月第2水曜日 9:30~12:00	円盤をポイント目標に投げコントロールするスポーツで、板状のカーリングと呼ばれる室内競技です。毎月1回市民センターのホールで練習しています。誰でもできてフレイル予防になります。