



キッズフラ ナナノモエ

活動日：第1・3水曜日
幼稚園児 午後3時30分～4時30分
小学生 午後4時30分～5時30分

ハワイの音楽に合わせて楽しく踊りながら、リズム感や体幹、思いやりの心も育てます。3歳から参加できます！

講師：杉野ゆき先生
代表：藤井章子



友だちと一緒にフラダンス
たのしいね！



海老澤奈々さん 生方月柵さん 藤井衣都さん

ハワイアンフラ ロコマイカイ

活動日：第1・2・3木曜日
午前10時～11時

ハワイの音楽に合わせて楽しく踊りませんか？ 笑顔あふれる楽しい時間を過ごしましょう！ お気軽にご参加ください。

講師：杉野ゆき先生
代表：藤井章子



自彊術こまば

活動日：第1・3・4水曜日
午前10時～11時30分

31の動作で構成された万病克服の体操です。関節や筋肉をほぐし、若々しく健康な身体を目指し、楽しく活動しています。

講師：(公社)自彊術普及会正会員
横須賀悦子先生
代表：中嶋照代



スマイル平成ダンスクラブ

活動日：毎週水曜日 午後1時～3時

町社交ダンスの発展とダンススポーツ技術の向上を目指す場として、会員相互の親睦を深めています。楽しく健全な場として、ぜひご参加ください。

講師：小川みち子先生
代表：郡司俊夫



社交ダンスは筋力アップや姿勢改善、ボケ防止にも最適！みんなで和気あいあいと楽しく活動しています。一緒に踊りましょう！！

加藤守さんご夫妻

茨城町すばるDS連盟

活動日：毎週月・火・木・金曜日
午後8時～10時

「すばるDS連盟」は4つのダンスサークルから構成されています。総勢37名で、ダンス技術の向上と健康維持を目標に活動中。

年4回のダンスフェスティバルの開催や文化協会祭「フレンドほっとフェア」に参加して、会員の成果発表を行いながら、新規会員募集の場として交流を図っています。興味のある方は是非ご連絡を。

講師：(月・火) 平沢一夫先生、恵子先生
(木) 松浦衛先生、辺見吉秋先生
(金) 田辺憲男先生、まゆみ先生
代表：加藤守



中央公民館 (大ホール) で活動中のクラブ

茨城町卓球クラブ

活動日：第1・2・3月曜日
午後1時30分～4時

卓球を通して反射神経を養うとともに、楽しく運動することで健康増進を目的としています。

代表：助田満博



中公書道クラブ

活動日：第2・4金曜日
午後1時30分～3時30分

先生の手本を元に各自書き、教室にて先生からの添削を受け、よりよい作品になるよう取り組んでいます。

講師：吉田寛宏先生
代表：金子純



書道クラブ2

活動日：第2・4水曜日 午後1時～4時

一人ひとりに合わせた指導で作品づくりに取り組んでいます。教室にて先生からの添削を受けることで、よい作品になります。

講師：菅谷益美先生
代表：秋山禮子



茨城町囲碁会

活動日：第1・3土曜日
午後1時～4時30分

月に2回、会員による対局を中心に活動しています。囲碁のルールを覚えて、対局してみませんか。

代表：飛田敏行



将棋教室

活動日：第2・4火曜日 午後1時30分～5時

初心者歓迎！将棋のルールを覚えて、対局を楽しみましょう！！

講師：棋道指導員
鴨志田稔先生
代表：鴨志田稔



茨城町朗読クラブ

活動日：第1・3水曜日
午後1時30分～3時30分

日本文学の名作の一節やエッセイ・詩等を題材に、日本語のアクセントや発声法を学びます。声を出して朗読する喜びを味わいます。

講師：中下貴恵子先生
代表：照沼一美



ジャニオンと英語で楽しく雑談 (英会話クラブ)

活動日：第1・3土曜日
午前10時30分～正午

「ゲットウェルスーン!!」体調が悪い家族の話題から、ジャニオン先生が笑顔でひと言。肩肘張らずに、英語で楽しく雑談をしています。

講師：ジャニオン先生
代表：竹内輝美



ビューティーストレッチ

活動日：毎週水曜日
午前10時30分～11時45分

関節、筋肉を伸ばすストレッチで、心と体を整え、リラックス♪ いつまでも自分で動ける身体をめざして。

講師：ムツコ先生
代表：市毛あや子



さわやかヨガ

活動日：第1・3月曜日
午前9時30分～10時30分

無理なく自分のペースで、呼吸を大切にしながら心と身体を整えるヨガです。初めての方も是非体験してください。

講師：鬼澤麻希子先生
代表：青木いづみ

