

# 西公民館加盟サークル一覧表

令和5年4月現在

部門	番号	サークル名	活動内容	活動日	活動時間
展 示	1	竹西会	竹で筆を作り書の勉強	第4水曜日	13:30~16:00
	2	楽画季クラブ	油彩	月3回金曜日	14:00~16:00
	3	アートクラブ	籐工芸	第1・2・3月曜日	10:00~12:00
	4	手編みサークルあむあむ	編物の技術と研究	第2・4火曜日	10:00~12:00
	5	桐生言霊俳句会	俳句会（披講・互選・選評）	第2木曜日	13:30~15:30
	6	西彩の会	絵手紙	第2・4水曜日	15:00~17:00
各 種 ダ ン ス	7	舞夢	社交ダンス	毎月最終水曜日	19:00~21:00
	8	レクダンス皐月	レクリエーションダンス	第1・2・3・4木曜日	9:30~11:30
	9	ピカケフラ・サークル	フラダンスの練習	第1・3木曜日 第2・4月曜日	9:30~11:30
芸 能	10	すみれカラオケ会	カラオケ（歌の練習）	第2・3・4月曜日	13:45~15:45
	11	みやび会	端唄・三味線	第1・2・3・4木曜日	13:00~15:00
	12	桐雲会	謡曲	第1・2・4木曜日	10:00~12:00
	13	アダーショ	コーラス	第1・2・4水曜日	13:00~15:00
	14	NHSハーモニカサークル	ハーモニカを初歩から練習	第1・2・3金曜日	13:00~15:00
教 養	15	料理友の会	料理	第2水曜日	10:00~12:00
	16	ESS West	英語による懇談と英語の研修	第2土曜日	13:30~15:30
	17	せっけん工房	オリーブオイルを使った せっけん作り	第2金曜日	10:00~12:00
ス ポ ー ツ	18	ヨーガ禅 スーリヤ会	ヨーガ	第1・2・3水曜日	9:30~11:30
	19	西ヨーガの会	ヨガ	第1・2・3・4水曜日	13:45~15:45
	20	新卓球西クラブ	新卓球（ラージボールの練習）	毎週火・金曜日	9:30~11:30
	21	3B体操ひまわり会	用具を使用した健康体操	第1・2・3水曜日	19:00~21:00
	22	アザレア	エージレス体操 （誰にでも出来る体操）	第1・2・3・4火曜日	13:30~15:30
	23	クール・ムーン	リンパマッサージ	第1・2・3火曜日	13:30~15:30
	24	健やかクラブ	健康体操 （リズム体操・ストレッチ運動）	第1・2・3火曜日	15:40~17:00
	25	natural	ピラティスを中心とした 健康体操	月2回金曜日	19:00~21:00
	26	健康体操どんぐり	健康体操（気功養生術）	毎週金曜日	10:00~12:00
	27	健やか太極拳	ストレッチと太極拳で心と体の 健康づくり	毎週土曜日	19:00~21:00
28	ウォーキング、エクササイズ	正しいウォーキング方法と健康 体操	月1回最終水曜日	10:20~12:20	