

長寿生きがいセンター サークル活動紹介

◎長寿生きがいセンター(金沢市八田町)で生きがいづくり・健康づくりを目的に下記のサークルが活動しています。

◎入会者(60歳以上の石川県民)を随時募集していますので、お気軽に各サークルにお問い合わせください。

<p>陶芸 (寿康窯陶ゆう会)</p> <p>土と戯れあなたの想いを形にしてみませんか、基礎から教えます。 活動日:毎週月曜～金曜 10時～15時 場 所:センター1階 陶芸・園芸実習室 会 費:2,000円/月(外部講師から指導を受ける場合4,000円) 問合せ先:浅井 一成 TEL:080-3047-2631</p>	<p>囲碁 (囲碁サークル 悠々会)</p> <p>日々リーグ戦を行い、年間4回の大会を皆さんで楽しんでいます。 活動日:毎週月曜～金曜 9時～16時 場 所:センター2階 和室7・8 会 費:1,500円/2か月 問合せ先:横地 雅幸 TEL:090-4687-0849</p>
<p>将棋 (歩む会)</p> <p>勝って淡然、負けて奉然。将棋を楽しんでみませんか。 活動日:毎週月曜～金曜 9時～16時 場 所:センター2階 和室4 会 費:無料 問合せ先:森 満 TEL:090-2833-7718</p>	<p>写真 (湖南フォトクラブ)</p> <p>写真を通して仲間との親睦を深め、楽しく活動しています。 活動日:毎週月曜(月4回) 10時～12時 場 所:センター2階 和室9・10 会 費:1,500円/月 問合せ先:宇野 藤夫 TEL:076-237-6250</p>
<p>パソコン (シニアパソコンマニアーズ)</p> <p>パソコン活用技術の向上と会員相互の親睦を図ります。 活動日:第2・第4月曜(月2回) 13時～15時 場 所:センター1階 研修室1 会 費:1,500円/月 問合せ先:河村 十郎 TEL:076-286-1661</p>	<p>唱歌 (うたう会)</p> <p>童謡や唱歌等、懐かしい歌を仲間と楽しく口ずさむサークルです。 活動日:第1・第3月曜(月2回) 13時～15時 場 所:センター2階 和室9・10 会 費:無料 問合せ先:屋敷 広美 TEL:076-258-3456</p>
<p>詩吟 (石川吟詠会 有吟さくら会)</p> <p>発声は健康に繋がり、発表会もあり、長年続けている方もいます。 活動日:毎週月曜(月4回) 10時～15時 場 所:センター2階 和室3 会 費:2,000円/月 問合せ先:山室 道則 TEL:090-2127-4458</p>	<p>三味線 (藤本濱竜 三味線もみじ会)</p> <p>和やかに楽しく唄いながら、三味線を弾いています。 活動日:毎週火曜(月4回) 13時～15時 場 所:センター2階 和室5・6 会 費:2,000円/月 問合せ先:山本 富美代 TEL:090-2030-8245</p>
<p>太極拳 (太極拳教室)</p> <p>太極拳は脚力とバランス感覚が身に付き、高齢でも続けれます。 活動日:毎週火曜(月4回) 13時～15時 場 所:センター2階 和室11 会 費:1,500円/月 問合せ先:鬼原 末子 TEL:076-257-7015</p>	<p>舞踊 (舞サークル)</p> <p>舞踊を通して、健康と生きがいづくりが出来るよう活動しています。 活動日:火曜(月4回) 10時～12時 場 所:センター2階 和室11 会 費:3,500円/月 問合せ先:河原 紀子 TEL:090-5178-4026</p>
<p>相撲甚句 (いしかわ相撲甚句会)</p> <p>相撲甚句の普及のための唄う会として、楽しく活動しています。 活動日:第1・第2・第3火曜(月3回) 10時～11時30分 場 所:センター2階 和室9・10 会 費:1,000円/月 問合せ先:示野 健 TEL:090-2030-7064</p>	<p>書道 (書道サークル)</p> <p>書を通して、仲間と和気あいあいと楽しんでいます。 活動日:水曜(月3回) 13時～15時 場 所:センター1階 研修室1 会 費:2,000円/月 問合せ先:本東 研二 TEL:076-258-0866</p>
<p>フラダンス (マハロフラ マカマカクラス)</p> <p>フラダンスを通して笑顔で踊り、楽しむことを目的としています。 活動日:毎週水曜(月4回) 10時～11時30分 場 所:センター2階 和室11 会 費:2,500円/月 問合せ先:横川 瑞枝 TEL:090-5173-0670</p>	<p>シャンソン (ボンジュールシャンソン)</p> <p>聞いたことのあるシャンソンを伴奏に合わせて楽しく歌います。 活動日:第2・第4水曜(月3回) 10時～11時30分 場 所:センター2階 和室5・6 会 費:1,000円/回 問合せ先:藪内 ようこ TEL:090-2037-5237</p>
<p>どじょうすくい (正調安来節 どじょうすくい踊り)</p> <p>踊りは軽快で足腰の鍛錬や顔の所作は認知予防効果があります。 活動日:第1・第3・第4木曜(月3回) 10時～11時30分 場 所:センター2階 和室11 会 費:2,000円/月 問合せ先:沖崎 秀雄 TEL:090-4323-9836</p>	<p>健康体操 (自彊術 湖南)</p> <p>31の動作があり、独特の呼吸法と号令を用いた全身運動です。 活動日:毎週木曜(月4回) 13時30分～15時 場 所:センター2階 和室11 会 費:2,000円/月(別途、年会費あり) 問合せ先:北村 美智子 TEL:076-261-6254</p>

<p style="text-align: center;">絵画 (水彩画教室)</p> <p>素敵な先生の指導の下、和気藹々と活動しています。男性募集中。 活動日: 第1・第3木曜(月2回) 13時30分～15時30分 場 所: センター1階 研修室1 会 費: 9,000円/3か月 問合せ先: 山本 順子 TEL: 090-2032-4044</p>	<p style="text-align: center;">茶道 (皇風煎茶禮式茶道教室)</p> <p>皆で楽しくお茶を味わい、健康に過ごせるよう活動しています。 活動日: 第1・第2・第3木曜(月3回) 13時～15時 場 所: センター2階 和室9・10 会 費: 2,000円/月 問合せ先: 廣地 香節 TEL: 076-258-2580</p>
<p style="text-align: center;">フォークダンス (フォークダンスたんぽぽ)</p> <p>皆で交流を深め、楽しく健康でいられるように踊っています。 活動日: 毎週金曜(月4回) 13時～15時 場 所: センター2階 和室11 会 費: 3,000円/6か月 問合せ先: 竹林 和美 TEL: 076-257-6667</p>	<p style="text-align: center;">生け花 (古流松照会)</p> <p>生け花を通して心を癒し、創作は脳の活性化に繋がります。 活動日: 第1・第4金曜(月2回) 10時～12時 場 所: センター1階 研修室1 会 費: 2,000円/回(花材費含む) 問合せ先: 日野 敦子 TEL: 0767-38-1527</p>
<p style="text-align: center;">健康マージャン (健康麻将愛好会)</p> <p>健康マージャンを通して、交流を深めています。 活動日: 毎週 水曜13時～14時30分・金曜10時～14時30分 場 所: センター2階 和室5・6 会 費: 1,000円/月 問合せ先: 小山 俊彦 TEL: 080-6353-0776</p>	