

①活動日 ②活動時間 ③会費

スポーツ系グループ

バドミントン同好会

(バドミントン)
①月曜日
②9:00～12:00
③月100円

毎週1回、月曜日午前中に、みんなで楽しくバドミントンをしています。



チェリース

(家庭バレーボール)
①月曜日
②14:00～16:00
③無料

少人数ながら、活動しています。無理をしてケガにつながらないように心がけています。



ヨガクラブ

(ヨガ)
①月曜日(月3回)
②18:30～20:00
③月1500円(月3回活動)

呼吸に合わせてゆるやかな動きで体と心を調整し、健康を増進します。



シード

(家庭バレーボール)
①水曜日
②9:30～12:00
③4か月で2000円

毎週、楽しく活動しています。気楽に見学してください。シード一同お待ちしております。



パープル

(家庭バレーボール)
①水曜日
②12:00～14:00
③無料

バレーボール初心者～ベテランまで、笑顔で楽しんでいます。お気軽に参加してください。



スバル

(家庭バレーボール)
①木曜日
②9:00～12:00
③無料

皆で楽しくプレーの向上をめざし、笑いたっぷりで活動しています。皆さんの参加お待ちしております。



アップル

(家庭バレーボール)
①木曜日
②14:00～16:00
③無料

若い人から熟年の方まで、にぎやかに楽しく和気あいあいとプレーしています。



健康体操

(健康体操)
①金曜日
②10:00～12:00
③年5000円

健康維持のため無理のない肩こり、腰痛、関節痛の予防体操を行います。



スマイルボーン

(ひざ・腰・肩らくらく体操)
①金曜日
②9:00～10:30
③1回500円

音楽に合わせて、楽しく、骨格・筋肉のバランスを整える体操をします。



フライデー

(卓球)
①金曜日
②12:00～14:00
③無料

卓球を楽しむ同好会のグループです。



東垂水卓球クラブ

(卓球)
①金曜日
②14:00～16:00
③無料

和気あいあいとした楽しい雰囲気卓球の練習をしています。初めての方も歓迎します。ご参加ください。



土曜会

(卓球)
①土曜日
②9:00～12:00
③年500円

練習を通じて、親睦と技術向上と人格形成を高めています。



文化系グループ

垂水絵手紙の会

(絵手紙)
①月曜日(月1回)
②12:00～14:00
③月500円

「手書きの温もりを大切に」をモットーに、賀状やクリスマスカードなどを作ります。



すみれ会

(カラオケ)
①火曜日(月2回)
②9:30～11:30
③月2000円

キーボードを弾きながら歌のレッスン。講師と共にマンツーマンの指導あり。



ペン習字

(ペン習字)
①火曜日(月2回)
②10:00～11:45
③1回500円

ボールペン・筆ペンで、ひらがな・漢字の基本・ハガキ・手紙文・続け字を学習します。



からおけ同好会

(カラオケ)
①火曜日(月4回)
②12:00～14:00
③年3000円

大きな声で歌うと元気になる楽しいですよ！どうぞ参加してください。お待ちしております。



水東会(裏千家)

(茶道)
①水曜日
②10:00～12:00
③月1500円

茶の湯を通して心と心のふれあいを深めていきます。



ソーイングA

(ソーイング)
①水曜日
②9:00～12:00
③無料

自分の原型を作り、体に合った服を作っています。和気あいあいと楽しく活動しています。



ソーイングP

(ソーイング)
①水曜日
②12:00～14:00
③無料

自分の原型を作り、体に合った服を作っています。和気あいあいと楽しく活動しています。



はなみずき

(生け花)
①木曜日(月2回)
②9:00～10:00
③花代1回1500円・会費1回850円

講師の指導のもと楽しく素敵な花を生けています。(盛花・投入れ・アレンジメント)



毛筆書道

(毛筆書道)
①木曜日(月2回程度)
②10:00～12:00
③年22000円程度(参加人数による)

各人の毛筆書道技術の研鑽・向上を図るとともに、会員相互の親睦を密にしています。



登録グループへの入会申込方法

○入会希望の方は、まず、東垂水公民館に問い合わせてください。活動の見学(体験)後、グループの代表者の方へ入会希望を伝えてください。東垂水公民館 ☎753-5025

○入会時に、登録料(500円)が必要です。それ以外に会費を必要とするグループもあります。