

# 向山公民館 定期利用グループ



向山公民館で定期的に活動しているグループをご紹介します。  
入会・見学等ご希望の方は、公民館にお問い合わせください。

〔令和6年4月現在〕

No.	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	対象	会費
1	愛語会 向山支部	地域の皆様と大きな声で詩吟を吟じ、心のふれ合いと人格の向上の為。	月4回 木曜日	午後2時～4時	一般男女 シルバー	月額:2,500円
2	アーツ・ライフ ほっとかん	画用紙、色紙、顔料等を用いて、色彩や形による表現活動を行い、絵画作成を行います。	月1回 第4 日曜日	午前9時～12時	一般男女 青少年 小中学生	月額:1,000円
3	エクササイズ・カ キラ	関節を整え、肩こり・腰痛・様々な痛み改善を目指す優しい運動です。	火曜日2回 水曜日2回	午後1時30分～ 午前10時30分～	一般女性 シルバー	月額:3,000円
4	オリーブ (中高年健康体操)	ストレッチで身体をほぐし、軽い筋トレ・バランストレーニング・リズム体操など、生活の質の向上、健康寿命を延ばしましょう。	毎週 水曜日	午前10時 ～11時30分	シルバー	1回:500円
5	きもの教室 ゆか りの会	気軽に楽しく着付を学びましょう！家に眠っている着物を着て、お出掛けしてみませんか？	月2回 第1・3 木曜日	午前10時～12時	一般女性	月額:1,000円
6	コーラス ドレミ の会	童謡、世界の名歌等を合唱し、楽しみながら健康維持を図ります。	月2回 第1・3 火曜日	午後1時30分 ～3時30分	一般女性	月額:1,500円
7	さくら(芳美会)	日本舞踊・歌謡舞踊を日々練習し、市の行事に参加したり、ボランティアで介護施設を訪問します。	月4回 土曜日	午後1時～5時	シルバー	月額:200円
8	五月会	生花のいけ花です。季節の花にふれあえて良いです。	月4回 水曜日	午前11時～12時	一般女性	無料
9	シニアエアロダンス	昔なつかしい音楽に合わせて、簡単なエアロダンスとストレッチを行います。	月4回 火曜日	午前9時30分 ～11時30分	一般女性 シルバー	月額:2,500円
10	スウィング	社交ダンスの基礎を学び、楽しく踊れるように練習します。	毎週 土曜日	午後6時～9時	一般男女 シルバー	無料
11	すずらん	社交ダンスを通じて、健康と親睦を図ります。	毎週 水曜日	午後1時～5時	一般男女 シルバー	月額:2,000円
12	ストレッチ健康ク ラブ	ストレッチ体操を通して心と体のバランスを養い、会員相互の親睦を行う。	月4回 木曜日	午前10時30分 ～11時30分	一般女性	月額:1,000円
13	たちばな会(かな 書道)	美しいかな文字やペン習字を学び、人生や生活に役立つ事を目指して、楽しく学びましょう。	月4回 金曜日	午後1時～4時	老若男女	1回:500円
14	なでしこ会	みんなで楽しく歌いましょう。	毎週 木曜日	午後1時～3時	一般女性 シルバー	月額:100円

裏面あります

No.	グループ名	活動内容	活動日	活動時間	対 象	会 費
15	日本のうたを歌う 一宮の会	歌唱練習として童謡・唱歌・思い出の歌・新しい歌等を歌います。	月2回 第2・4 金曜日	午後1時～4時	一般男女 シルバー	月額:1,200円
16	のびのびストレッチ クラブ	簡単な運動を通して筋力の増強を図るとともに、会員相互の親睦と健康維持を目標としています。	月4回 月曜日	午前10時30分 ～11時30分	一般女性	月額:1,000円
17	のわみ相談所・救 生の会	のわみ相談所の活動報告。講師を招いて勉強会や当事者の卓話。	月1回 第4 日曜日	午後1時～3時	一般男女 シルバー	無 料
18	パッチワーク同好会	バッグやポーチ等を作っています。和気あいあいと楽しく活動しています。	月2回 第1・3 水曜日	午前9時45分 ～12時	一般女性	無 料
19	ひまわり（芳美会）	日本舞踊・歌謡舞踊を日々練習し、市の行事に参加したり、ボランティアで介護施設を訪問します。	月4回 月曜日	午前9時～12時	シルバー	月額:200円
20	ボディメイキング ASANO	ピラティス。全身のストレッチで体幹をきたえています。	毎週 火曜日	午前10時～12時	一般女性	月額:2,000円
21	向山アートフラ ワー教室	白の生地を花の形にカットして染めて、コテで型を作り、生の花のように仕上げます。	月1回 第1 月曜日	午後1時～4時	一般女性	月額:1,000円
22	向山囲碁クラブ	19路の盤上で自分が描く理想郷を創るために、切磋琢磨しています。	月1回 第3 日曜日	午後1時～5時	一般男女	年額:500円
23	向山健康クラブ	体操を通じて、温かい人間関係を作り、心と体の健康維持を図ります。	月4回 土曜日	午前9時～11時	一般女性	月額:1,500円
24	向山月曜会(民踊)	民謡舞踊や歌謡舞踊のおけいこを通して会員相互の親睦と健康保持に努めています。夏季には向山連区の盆踊り大会の練習をします。	月2回 第2・4 月曜日	午後1時30分 ～3時30分	シルバー	月額:500円
25	向山書道教室	かな文字、行書、楷書、隷書等の練習をしています。	月2回 第1・3 木曜日	午後1時～5時	一般男女 シルバー	月額:2,500円
26	向山太鼓クラブ	和太鼓を練習し、地域活動やボランティア活動を行っています。	月4回 月曜日	午後7時～9時	老若男女	月額:500円
27	向山フォークダン スクラブ	楽しいフォークダンス。みんなで健康な身体を維持しましょう。	毎週 木曜日	午前9時～12時	一般男女 シルバー	月額:1,000円
28	向山フラダンスク ラブ	健康維持のため、頭と体を使いながら、楽しく練習している仲良しグループです。	月3回 第1・3・4 月曜日	午後1時30分 ～3時	一般女性	月額:3,000円
29	ロミ・ピラティス	呼吸と背骨の動きを大切に体幹エクササイズ。マットピラティスのグループレッスンです。	月2回 第2・4 火曜日	午前10時～12時	一般男女	月額:3,000円



〈向山公民館〉

〒491-0867

一宮市古金町1丁目12-1

☎0586-24-5107