

令和 7 年度 下蔵公民館連絡会 加入団体

令和 7 年 4 月現在

曜日	No.	団体名	内 容	例会曜日	時 間
月曜日	1	下蔵墨絵クラブ	墨絵	第2・4月	9:30 ~ 12:00
	2	蔵太極拳クラブ	太極拳	毎週月	10:00 ~ 12:30
	3	遊棋会	囲碁	毎週月	13:00 ~ 16:30
火曜日	4	下蔵川柳クラブ	川柳	第2火	9:30 ~ 12:00
	5	さつき会	手編み	毎週火	10:00 ~ 12:00
	6	ひまわりストレッチクラブ	ストレッチ体操	毎週火	12:00 ~ 13:30
	7	気軽な英会話クラブ	英会話	毎週火	13:00 ~ 16:00
水曜日	8	健自サークル	自彊術	毎週水	9:30 ~ 12:00
	9	シャレードダンスクラブ	社交ダンス	毎週水	10:00 ~ 11:30
	10	蔵混声合唱団	合唱	毎週水	10:00 ~ 12:00
	11	リズムコスモス体操クラブ	リズム体操	毎週水	13:30 ~ 15:30
	12	サット・サンガ下蔵ヨーガクラブ	ヨーガ	毎週水	13:30 ~ 15:45
木曜日	13	健康体操クラブ	健康体操	毎週木	9:30 ~ 12:00
	14	下蔵中国語クラブ	中国語会話	毎週木	10:00 ~ 12:00
	15	新舞会	新舞踊	毎週火か木	13:00 ~ 15:00
	16	白ゆり会	健康リズム体操	第2・3・4木	13:00 ~ 15:30
	17	蔵デジタルフォトクラブ	デジタルカメラの勉強会	第2・4木	13:00 ~ 16:00
	18	下蔵詩吟クラブ	詩吟	第1・3木	13:30 ~ 15:30
	19	4時からヨガ	ヨガ	第1・2・4木	16:00 ~ 17:30
金曜日	20	さわやかストレッチ	ストレッチ体操	毎週金	10:00 ~ 11:30
	21	一目会	囲碁	毎週金	13:00 ~ 16:30
	22	実用書道クラブ	書道	第1・3水	13:30 ~ 15:30
土曜日	23	リコーダーアンサンブルきつつき	リコーダー	第2・4土	9:00 ~ 12:30
	24	歌に旅する会	童謡唱歌の勉強会	第2・4土	13:30 ~ 15:30
	25	ラマールしもわらび	ストレッチ体操	毎週土	16:00 ~ 17:30
日曜日	26	下蔵「Youth:青春」の詩の会	折り紙・カラオケ	第4日	14:00 ~ 16:30
	27	太鼓クラブ かがやき	和太鼓	第2日	14:00 ~ 16:00
不定期	28	下蔵ヤングシルバークラブ	高齢者交流	不定期(土/日)	

[ここに入力]