

～新しいこと始めてみませんか？～

3月は、名取市増田公民館
『愛好会・サークル 見学・体験月間』



『事前申し込み不要』、『参加費無料』、『60団体参加』

予約なしで当日、自由に見学・体験できます。
見学・体験会の詳細は下記のとおりです。（都合により日程が変更される場合があります。）
参加を希望される方は、当日、増田公民館窓口で受付票をご記入ください。
愛好会・サークル一同、皆さまのご来場をお待ちしております。

問合せ）増田四丁目7-30（4階）増田公民館（TEL022-384-2432）※平日のみ

No.	活動内容	愛好会名	見学・体験日 3月				時間	体験	見学	持ち物・注意事項など
1	社交ダンス	NBR愛好会	2(日)	16(日)	30(日)		13:00~14:30	◎	◎	運動できる服装で。初心者OK。健康と親睦と和を大切に。
2	ダンス	ダンススポーツ名取	2(日)				9:50~12:00	◎	◎	動きやすい服装で。初心者から経験者まで誰でも歓迎。
3	チアダンス	クラブスチアリーダーズ名取	4(火)	11(火)			17:00~18:00	◎	◎	動きやすい服装で。対象者は5歳~12歳です。
4	フォークダンス	ラ・リンカ	6(木)				13:00~15:00	◎	◎	初心者講習を行わないため経験者のみです。服装は自由。
5	レクダンス	レクダンス・カトレア	10(月)	24(月)			10:00~12:00	◎	◎	ポップスから演歌まで、楽しみながら簡単に踊れるダンスです。
6	フラダンス	ハラウ・ユキフラ・オオリノ	1(土)	8(土)	22(土)		14:00~15:30 19:00~20:30	◎	◎	初心者から経験者、どなたでも、年齢も問いません。
7	フラダンス	フラフレーゼ名取	5(水)	19(水)			10:00~12:00	◎	◎	動きやすい服装で。初心者でも大丈夫です。
8	フラダンス	増田milimiliフラダンスサークル	15(土)	29(土)			①13:15~13:55 ②14:15~14:55	◎	◎	女性限定。①小学生、②中学生以上。動きやすい服装、飲物持参。
9	フラダンス	レファレディース	14(金)	28(金)			10:00~12:00	◎	◎	初心者から参加OK!動きやすい服装で、飲物をお持ち下さい。
10	フラダンス	ルアオレナ パンダナス フラクラブ名取	12(水)	26(水)			19:00~21:00	◎	◎	初心者、経験者ともに現代フラ・古典フラの両方を体験できます。
11	合唱	ソングブーケ	25(火)				13:30~15:00	◎	◎	特になし
12	合唱	混声合唱団 せせらぎ	5(水)	10(月)	19(水)	24(月)	13:30~15:30	◎	◎	活動内容：演奏会に向けた合唱演習など。
13	合唱	合唱団なとり(女性合唱)	8(土)	29(土)			時間指定あり	◎	◎	8(土)は13:30~15:30、29(土)は14:30~16:30。
14	カラオケ	名取カラオケ愛好会	4(火)	11(火)	18(火)	25(火)	13:00~15:00		◎	女性のための愛好会です。
15	カラオケ	増田カラオケ教室	11(火)	25(火)			13:30~15:30	◎	◎	特になし
16	民謡	民謡愛好会	5(水)	12(水)	19(水)		14:00~16:00	◎	◎	特になし
17	ウクレレ	かんたんウクレレサークル	12(水)	26(水)			14:00~15:00		◎	楽譜は読めないけど何か弾き語りでコミュニティに加わりたい方。
18	ギター	ギターアンサンブル「なとり」	1(土)	8(土)	15(土)	22(土)	18:30~20:30		◎	特になし
19	ハーモニカ	みやぎクロマテック・ハーモニー	13(木)				13:30~15:30		◎	クロマテック・ハーモニカに興味のある方は、是非どうぞ。
20	ハーモニカ	ハーモニカ楽団ハーモニカWind四季	13(木)	22(土)			9:45~11:30		◎	「楽しく音楽を」をモットーに定期演奏会を目標に練習しています。
21	ピアノ	ドレミピアノサークル	8(土)	15(土)	29(土)		10:00~11:30	◎	◎	未就学児から小学生まで。気軽にピアノとふれあえます。
22	ピアノ	名取ピアノサークルぴあるて	8(土)	9(日)	23(日)		時間指定あり	◎	◎	希望者は3日前まで要連絡。グループレッスンです。
23	尺八	宮城竹友会名取支会	6(木)	13(木)	20(木)	27(木)	時間指定あり	◎	◎	希望者は3日前まで要連絡。興味がある方、年齢性別問いません。
24	ハンドベル	とんちんか〜ん	4(火)	6(木)	11(火)	13(木)	10:00~11:00		◎	「託児サークルひよこ」の活動から始まりました。脳トレの一環です。
25	料理	もみの会	27(木)				9:00~14:00	◎	◎	玄米自然食、穀菜食の健康料理。三角巾、エプロン、筆記用具持参。
26	料理	しあわせご飯の会	10(月)				9:00~14:00	◎	◎	玄米自然食、穀菜食の健康料理。三角巾、エプロン、筆記用具持参。
27	書道	蒼穹	4(火) 18(火)	6(木) 20(木)	7(金) 21(金)		10:00~12:00	◎	◎	体験は書道用具持参。初心者も書道の楽しみを実感できます。

No.	活動内容	愛好会名	見学・体験日 3月				時間	体験	見学	持ち物・注意事項など
28	書道	増田書道愛好会	12(水)				10:00~11:30	◎	◎	体験希望者は書道用具持参。月2回楽しく活動しています。
29	水彩画	絵画愛好会	10(月)	24(月)			10:00~14:00		◎	画材は、各自で用意しています。
30	絵手紙	とっておきの絵手紙講座	6(木)				10:00~12:00	◎	◎	初心者中心の絵手紙サークル。3月はミニ絵手紙に挑戦。道具不要。
31	写経	写しの会	11(火)				13:30~14:30		◎	特になし
32	生け花	小原流生け花愛好会	5(水)	19(水)			13:15~14:15		◎	体験(4月以降)ご希望の方は会場でお声がけください。
33	演劇	名取シニア劇団あっぺとっぺ	10(月)				9:00~12:00	◎	◎	年齢経験不問。動きやすい服装(スカート不可)。飲物持参。
34	短歌	短歌愛好会 なみのこ	28(金)				10:00~12:00		◎	特になし
35	古文書の学習	名取古文書学習会	5(水)				10:00~12:00		◎	初心者大歓迎。室町時代の「庭訓往来」の解説等を行っております。
36	フラワーアレンジメント	フラワーデザイン プリマヴェーラ	11(火)				14:00~16:00		◎	特になし
37	編物	手編み愛好会	5(水)	19(水)			13:30~15:30		◎	初心者OK。小物から、セーター、ベストなど楽しく編んでいます。
38	トールペイント	Lee's studio RC(リーズ スタジ オールシー)	10(月)	24(月)			10:00~12:00	◎	◎	難しいと思いませんか?簡単に素敵な絵が仕上がります。
39	健康づくり体操	リフレッシュクラブ	6(木)	13(木)	27(木)		10:00~11:15	◎	◎	運動できる服装。運動靴、飲物、タオル持参。どなたでも参加可能。
40	3B体操	増田3Bの会	4(火)	11(火)	18(火)	25(火)	10:30~12:00	◎	◎	運動苦手でも大丈夫!音楽に合わせて笑顔で楽しくストレッチ。軽装で。
41	3B体操	3B体操元気なとり	12(水)	19(水)	26(水)		18:30~19:45	◎	◎	動きやすい服装とくつで。どなたでも体験できます。
42	真向法体操	みやぎ青葉真向法会	8(土)	15(土)			10:30~12:00	◎	◎	運動できる服装で。飲物持参。
43	ダンベル体操	名取ダンベルクラブ	18(火)				13:30~15:00	◎	◎	上靴、飲物持参。老若男女。ダンベル・ボール体操、ストレッチ等
44	バランスボール	B. B	10(月)	24(月)			14:00~15:00	◎	◎	運動できる服装で。ヨガマット、タオル、飲物持参。初心者も歓迎。
45	太極拳	増田太極拳愛好会	11(火)	25(火)			10:00~11:30	◎	◎	運動できる服装で。経験不問。心と体の健康が得られます。
46	太極拳	ひまわり太極拳	4(火)	18(火)			10:00~11:30	◎	◎	運動できる服装で。かかとの低い運動靴、飲物持参。初心者OK。
47	太極拳	雅ぶ太極拳同好会増田教室	7(金)	14(金)	21(金)	28(金)	13:30~15:00	◎	◎	運動できる服装で。飲物持参。老若男女を問いません。
48	太極拳	NAF(楊名時太極拳)	7(金)	21(金)			10:15~11:15	◎	◎	動きやすい服装。初心者OK。バランス・体幹力UP、姿勢をキレイに。
49	ヨガ	ヨーガ サークル ふるーる	10(月)	12(水)	24(月)	31(月)	10:00~12:00	◎	◎	ゆっくりと体を動かすので、初心者も大丈夫。あればヨガマット。
50	ヨガ	はじめてのヨガ	13(木)				10:30~11:30		◎	特になし
51	ヨガ	土曜日ヨーガフレア	1(土)	29(土)			10:00~12:00	◎	◎	動きやすい服装で。あればヨガマット。誰でも体験可能です。
52	ヨガ	まいよが	16(日)				10:00~11:15	◎	◎	初心者から経験者まで。動きやすい服装と飲物。あればヨガマット。
53	エアロビクス	増田エアロビクス愛好会	13(木)	27(木)			13:30~14:30	◎	◎	運動できる服装。飲物、タオル、ヨガマット又はバスタオル持参。
54	健康体操	ウキウキ体操サークル	28(金)				10:00~11:00	◎	◎	運動できる服装で。初心者でも大丈夫です。椅子にかけて行います。
55	健康体操ほか	増田健康教室	5(水)	19(水)			10:00~12:00	◎	◎	運動できる服装で、タオルをお持ちください。
56	パソコン勉強会	増田パソコン勉強会	5(水)	19(水)			13:00~15:00		◎	特になし
57	英会話	エンジョイ. 英会話	4(火)	18(火)			13:30~15:00	◎	◎	かんたんな英会話を楽しむサークルです。
58	手話	名取手話「つむぎ」	4(火)	18(火)			9:00~12:00	◎	◎	筆記用具。服装自由、初心者大歓迎。気軽に手話に親しみましょう。
59	読書	読書サークル「集い」	28(金)				10:00~12:00	◎	◎	本を通しての意見交換とフリートークです。
60	自然食ほか	宮城根っこの会	11(火)	25(火)			9:00~12:00	◎	◎	「あなたと健康」の輪読、生き方などの総合学習。筆記用具持参。