

**令和8年度  
川上校区公民館サークル活動**



<b>舞 踊</b>			
スイトピー	リズムダンス	第1・2・3・4 火曜	19:30~22:00
サンシャインフラ大和	フラダンス	第1・2・3・4 水曜	14:00~17:00 第4 15:00~17:00
美和会	日舞	第1・2・3 木曜	13:00~15:30
ズンバサークル	ダンス	第1・2・3・4 土曜	19:00~22:00
川上おもしろ同好会	ひょっとこ踊り他	第1・3 金曜	19:00~22:00

<b>音楽(詩吟・歌・太鼓)</b>			
吟詠サークル	詩吟	第2・3・4 月曜	12:30~15:30
楽唱会	カラオケ	第1・2・3 火曜	9:30~12:00
音楽サロン	音楽を通しての介護予防	第4 水曜	13:00~15:00
踊り太鼓駒菊会	太鼓の練習	第1・3 土曜	13:30~15:30
リバートップ合唱団	合唱の練習	第2・4 土曜	14:00~16:00

<b>健康体操</b>			
ストップ!ロコモ体操	介護予防を含む健康維持の体操	第2・4 火曜	14:30~16:30
花みずき	太極拳	第1・3 木曜	9:30~12:00
川上花しょうぶクラブ	イスに座っての体操	第1・2・3・4 金曜	13:00~15:00

<b>学び</b>			
川上さくら会	脳いきいき	第1・2・3・4 火曜	12:30~15:00
みんなの美文字会	暮らしの中の一般書道	第1・3 水曜	9:30~12:30
色鉛筆画サークル	絵画	第1・3 木曜	10:00~12:00
川上囲碁愛好会	囲碁	第2・3・4 土曜	13:00~16:00

<b>子ども対象</b>			
Felice	キッズダンス	第1・3・4 木曜	16:00~19:00
C2	ダンス	第1・3・4 木曜	19:00~20:30