

# 令和5年度 足羽公民館 自主グループ一覧表

火曜日	<b>簡単ヨガとさわやか体操</b> 毎週 10:00~ 講師 高木直子 会費 月2,000円 代表 飛山輝子 電話 36-1831 身体を動かしながら健康を保ちます	<b>朗読の会 " 灯 "</b> 毎週 14:30~ 講師 北島正徳 会費 月2,000円 代表 北島正徳 電話 090-8101-9171 楽しく、読みましょう!!	<b>足心道</b> 第4 13:30~ 講師 宇野和枝 会費 月1,000円 代表 橋本 八代子 電話 36-1870 身も心も健康になります	<b>コーラス (コールあすわ)</b> 毎週 13:30~ 講師 山崎和華 会費 月3,000円 代表 村中照美 電話 36-2339 素敵な歌声をともに...
	<b>押し花</b> 第1 10:00~ 講師 小川由貴子 会費 月1,000円 代表 吉村邦子 電話 36-0171 花が好きな方 どなたでも	<b>歌謡教室 (フレンドリーあすわ会)</b> 第1、第3 10:00~ 講師 田畑鶴代 会費 月1,500円 代表 米岡和子 電話 36-5331 健康維持と仲間作りに	<b>詩吟 (足羽つくも吟詩会)</b> 毎週 13:30~ 講師 花谷英世 会費 月2,500円 代表 野村幸次 電話 090-6274-1276 詩吟教室で新しい友人を作りませんか	<b>歌謡教室 (婦人会)</b> 第2、第4 10:00~ 講師 菅原洋子 会費 月2,000円 代表 米田壽子 電話 36-4048 歌うことが好きな方はぜひ一緒に
木曜日	<b>ヨーガ</b> 毎週 10:00~ 講師 宇野和枝 会費 月1,500円 代表 杉田沙智子 電話 35-5612 健康としなやかな体を目指して	<b>剣詩舞 (真誠流)</b> 毎週 13:30~ 講師 今尾誠信 会費 月3,000円 代表 中林喜美江 電話 35-0867 静と動を美しく	<b>足羽民踊ゆりの会</b> 毎週 19:00~ 講師 山内久子 会費 月1,000円 代表 横式アツ子 電話 36-5218 音楽に合わせて楽しく踊ります	 <h2>仲間の輪や見聞を広げ、実りある 時間を過ごしませんか!</h2> 
	<b>詩吟 (紫洲流)</b> 毎週 9:30~ 講師 山本 章子 会費 月2,500円 代表 山本章子 電話 36-4905 お腹から声を出して健康に	<b>足羽民踊クラブ</b> 毎週 13:00~ 講師 西片香代子 会費 月1,500円 代表 橋本 八代子 電話 36-1870 みんなと一緒に踊りましょう。男性歓迎!!	自主グループに参加ご希望の方や詳しい内容のお問い合わせは、各グループの代表者にお尋ね下さい。 (見学も可能です)	
土曜日	<b>ダンス(あじさい会)</b> 毎週 10:00~ 講師 齋藤 静・清水静子 会費 月1,000円 代表 西澤輝子 電話 36-9005 初めての方も基礎からレッスンします	<b>空手 (足羽空手道)</b> 毎週 18:30~ 講師 林麻紀 会費 月2,500円 代表 柴田孝陽 電話 29-7062 子どもから大人まで礼儀もしっかり	<b>詩吟 (紫海流)</b> 毎週 13:30~ 講師 上田海暁 会費 月3,000円 代表 矢田 幸江 電話 35-1037 健康と漢詩の知識もつきます	<b>書道 (美文字で書)</b> 月2回 13:30~ 講師 吉水奈方子 会費 月1,000円 代表 笈田信幸 電話 35-3742 筆文字に親しみ生活を豊かに

