



# 加茂公民館サークル連絡会へようこそ！



加茂公民館サークル 27サークルでは、毎日たくさんの人たちが活動しています。  
スキルや趣味を深めたい人、新しい経験を積みたい人、仲間との交流を楽しみに参加している人…  
思いは色々ですが、楽しく活動しています。どうぞ、お気軽にのぞきに来てください。



## 運動系

### 加茂太極拳

毎週日曜日 9:00～12:00  
南加茂台公民館

太極拳愛好者は、約100万人  
あなたも太極拳の魅力を感じてみませんか

### 太極拳“花”(フォア)

毎週火曜日 19:30～21:30  
南加茂台公民館

心と体の健康を願って、  
動きの基本を丁寧に教わりながら、  
楽しく練習しています。

### 太極拳どんぐり

第2・4金曜日 14:00～15:30  
南加茂台公民館

健康のため太極拳！



### ラテンエアロ

毎週水曜日 9:00～12:00  
南加茂台公民館

軽快なラテンの音楽に合わせて  
ダンシング！ダンスの後はヨガで  
体を整えます。[見学のみ可、現在  
募集をしていません]

### 健康体操

毎週木曜日 10:00～11:30  
南加茂台公民館

みんなで楽しく  
がんばってます。

### リズムヘルシ一体操

毎週火曜日 9:30～12:00  
南加茂台公民館

リズムに合わせて  
ダンス・ヨガを楽しむ。

### Men's ヨガ

第2・4土曜日 15:00～16:30  
南加茂台公民館

体が硬い人でも大丈夫  
ストレス軽減 心と体の健康に  
Men's ヨガ！

### FLAPPERS

毎週木曜日 10:00～12:00  
加茂文化センター

ママさんダンスサークル  
メンバー募集中！

### 加茂～ん・マイパック

第1・3火曜日 9:00～12:00  
南加茂台公民館

口の枠に●パック  
頭の体操楽しいよ！

### シルバークラブ フレッシュピンポン

毎週木曜日 13:00～16:00  
南加茂台公民館

週1回、楽しくピンポンしています。

### ペペーズ

毎週金曜日 9:00～12:00  
南加茂台公民館

男女20名で卓球を  
楽しく活動しています。  
[現在、募集をしていません]



## 音楽系

### 沖縄民謡研究サークル

第2・4火曜日、第3・5土曜日 13:00～17:00  
第1土曜日及び偶数土曜日翌日の日曜日  
9:00～13:00 南加茂台公民館

沖縄の歌を中心に、三線等の楽器  
演奏で楽しく続けています。  
(南加茂台公民館)

### リコーダー空詩土

第1・4木曜日 10:00～12:00  
加茂文化センター

すばらしい先生と仲間たち。  
最高に楽しいアンサンブルの時間

### アンサンブル・シャンテ

第1・3・(4)木曜日 19:30～21:30  
加茂文化センター

女性16名、男性6名の混声合唱団です。  
混声四部の美しいハーモニーを目指して練習を楽しんでいます。

### 歌おう心のうた

第2・4火曜日 13:30～15:00  
南加茂台公民館

コーラスを通じ、歌う楽しさと  
親睦を深めています。  
男性7名、女性23名

## 文化・芸術系



### お父さんの料理教室

第3日曜日 9:00～13:00  
南加茂台公民館

自宅で手軽にご馳走を  
つくるってみたい！  
Let's Cooking

### 男子厨房に入ろう会

第3土曜日 9:00～14:00  
加茂文化センター

高齢者の集いになりましたが、楽しく  
愉快に料理作りに励んでいます。  
一緒にいかがでしょうか。

### 南加茂囲碁クラブ

毎週土・日曜日 14:00～17:00  
南加茂台公民館

囲碁を通じて会員の親睦を  
図るモットーに、楽しく時間を  
過ごせるようにしています。

### 愛好健康麻雀サークル

毎週火～日曜日 12:30～16:30  
南加茂台公民館

愛雀 あした を目指して頑張るぞ  
※「あした」の意味は“あかるく・  
しゃべる・たのしく”です！

### あじさい麻雀サークル

毎週火・木曜日 13:00～17:00  
加茂文化センター

女性が多くアットホームの雰囲気、  
麻雀ゲームの中は真剣です。

### 水彩画「虹」

第4水曜日 13:00～15:00  
南加茂台公民館

花、静物、風景等を  
楽しく描いてます。

### 陶芸サークル

第2水曜日 13:00～17:00  
南加茂台公民館

皆様お気軽に参加  
お待ちしています。  
何の制約もありません！

### 詩吟同好会

毎週木曜日 10:00～12:00  
南加茂台公民館

いつでも、どこでも  
どなたでも。  
詩吟で新たな一步を！

### 民舞幸楽会

第1・3・4金曜日 9:30～12:30  
第2土曜日 12:30～15:30  
南加茂台公民館

健康のために楽しく  
踊っております。

## 加茂音頭

第2・4水曜日 13:00～15:00  
南加茂台公民館

加茂音頭みんなで  
残ていきましょう！

### 星を楽しむ会

第1土曜日 13:30～15:30  
南加茂台公民館

学習会と観望会を  
しています。

### かもめ

第2日曜日、第4土曜日 里山整備  
第2火曜日 アルミ缶回収  
9:00～12:00

お手伝いにおこし下さい。  
皆様の参加をお待ちしています。  
(南加茂台公民館)

加茂公民館サークル連絡会 事務局

南加茂台公民館内

木津川市南加茂台5-2-3

☎ 0774-76-5959

