

サークルのみなさんでお待ちしております！ 令和5年度 サークル会員募集

お申込み・お問合せは 博労公民館へ ☎ 27-7270

敬称略・順不同

サークル名	曜日	活動週	時間	受講料（月額）	指導者
-------	----	-----	----	---------	-----

書道



かな書道
いろは会
書道教室

月	1・2・4	10:00～12:00	3,000円	後谷芳琴
---	-------	-------------	--------	------

世界一おもしろい「筆」を用いて美しい語句やことばを様々な表現できる力を養います



書道
千風会

火	1・2・3	10:00～12:00	1,500円	林 春涛
---	-------	-------------	--------	------

書道の基本を学びます



実用書道
墨 渌 会

木	1・2・3	10:00～12:00	2,500円	渌 翠邨
---	-------	-------------	--------	------

筆ペン・毛筆で楷書・行書・かなの基本を学ぶ実用細字書の教室です

音楽



いよう二胡
教室（中級）

火	1・3	10:00～11:30	3,000円	伴野いよ
---	-----	-------------	--------	------

中国の伝統楽器二胡を楽しみます。発表会、交流会等にも参加します



琴伝流大正琴
HIRO

水	2・4	9:00～10:15	2,000円	さわだ佳子
---	-----	------------	--------	-------

「1 1 5 5 6 6 5ー4 4 3 3 2 2 1ー」は、大正琴の楽譜です



ハーモニカ
ハーモニーク保

水	1・2・3	13:30～14:30	3000円	福井宗豊
---	-------	-------------	-------	------

楽譜は数字で、誰にもわかりやすく手軽に吹ける楽器です



コーラス
あい

木	2・4	13:30～14:30	1,000円	高信由記子
---	-----	-------------	--------	-------

童謡、唱歌、世界の名曲、ポピュラーソング等、楽しく歌ってリフレッシュ♪



オカリナ
向日葵

金	2・4	13:00～14:00	2,000円	大道厚子
---	-----	-------------	--------	------

オカリナは、土の陶器の楽器で、土の温もりを感じる優しい音色です

サークル名	曜日	活動週	時間	受講料（月額）	指導者
-------	----	-----	----	---------	-----

詩吟

高岡吟詠会

月	1・2・3	10:00～12:00	2,000円	石田紫岳
---	-------	-------------	--------	------

2000年の時空を越えた漢詩や和歌、俳句に心をのせてうたいます



富山千吟会
博労教場

水	1・2・3	19:30～21:00	2,000円	宇波龍慶
---	-------	-------------	--------	------

月3回、楽しく詩吟を吟じています



富山千吟会
ふれあい教場

金	1・2・3	10:30～12:00	2,000円	宇波龍慶
---	-------	-------------	--------	------

仲間と楽しく同じ教本を手にとって吟じます

富山県松風会

日	1・2・3	10:00～11:30	2,000円	京田信岳
---	-------	-------------	--------	------

和歌、俳句、漢詩に節調をつけ、朗詠、吟じます



体操

3B体操
ふれんず

月	1・2・3	13:30～15:00	2,000円	塩本晴美
---	-------	-------------	--------	------

ボール・ベル・ベルター等の用具を使って音楽に合わせて動く、楽しい健康体操です



ダンベル体操
教室

火	1・2・3	13:00～14:00	2,000円	中村一生
---	-------	-------------	--------	------

軽めのダンベルで日頃使わない筋肉を動かし高齢化に伴う筋力低下や下半身の衰えを予防



ヨ ガ

水	1・2・3	10:30～12:00	2,000円	山 ゆかり
---	-------	-------------	--------	-------

心地よいヨガのポーズでストレスに負けない体と心をつくりましょう



あいの風
ステップ21

土	1・2・3	14:00～15:30	2,500円	三箇比呂子
---	-------	-------------	--------	-------

3つの道具とダンスで体を動かし、元気になれる教室です



元気

仲間

生き
がい

絆

学び

- 別途、教材費等が必要な場合があります。
- 別途、「グループ i in博労推進の会」の年会費1,000円（加入月により減額）と入会金 1,000円（初めての方及び過去の退会者）が必要です。

楽し

成長

健康

まだまだあるよ
次のページに続く

