

# 団体・サークル紹介

令和8年4月1日

	団体名	活動紹介	活動日
軽音楽	ザ・ニッカポッカーズ	元気の出るロックンロールをやっています。	毎週水曜日 午後7時から午後10時
コーラス	コーラス・ビリーブ	歌う事が大好きな仲間と合唱を楽しんでいます。	(5月～10月)第1・3金曜日 (11月～4月)第3金曜日 午後7時15分から午後8時40分
ヨガ	北部スーリヤ	北部公民館の講座のあと始まったヨガサークルです。	第2火曜日 午後7時から午後9時
体操	すいせんクラブ	体操(全身のストレッチ)や脳トレ(お口の体操、おしゃべり、昔の唄)等を行っています。	毎週水曜日 午前10時から午前11時30分
体操	たかやしろ	軽い体操、筋肉をほぐし痛みを少なくしたいと考えています。 おしゃべりも楽しいです。	第2・4木曜日 午前9時から午前11時00分
歴史	たかやしろ 古文書愛好会	地域に守り伝えられてきた古文書を読み解いて、地域の歴史を学んでいます。	第4火曜日 午後6時20分から午後8時40分
バド ミントン	デイズ	週1回程度活動しているバドミントンクラブです。バドミントン上手になりたい方、ぜひご参加ください。	毎週金曜日 午後6時30分から午後10時
卓球	北部卓球サークル	北部公民館卓球講座の参加者で作ったサークルです。楽しく卓球をして、体力づくりと仲間づくりをしています。	毎週木曜日 午前9時から午後1時
卓球・ バド ミントン	バドミントン・ 卓球サークル	バドミントン・卓球・その他、大人と子どもが楽しむサークルです。	第1・3・5土曜日 (4月から12月) 午後12時30分から午後17時 (1月から3月) 午後12時30分から午後3時
陶芸	白萩の会	陶芸作品の制作を楽しんでいます。	第1・3金曜日 午後1時から午後4時
絵画	北部水彩画クラブ	水彩画・アクリル画・絵手紙などを楽しんでいます。	第2・4火曜日 (3月から12月) 午後6時50分から午後8時40分
笑いヨガ	サンハッピー ラフターヨガクラブ	笑いヨガの軽い体操と呼吸法で元気に!	第2火曜日 午後1時30分から午後3時
空手	北部空手クラブ	園児から大人まで学べる伝統派の空手道場です。 見学、体験、大歓迎です。	毎週月・水曜日 夜間

	団体名	活動紹介	活動日
剣道	中野市北部育成会 少年剣道教室	熟練の指導者が基本から丁寧に指導します。 礼儀正しく、元気よく「心と体」をきたえよう！！	毎週土曜日 午後6時30分から午後9時30分
フラ ダンス	フラダンス・ ビューティーフラ	ハワイアンに合わせて楽しくフラを踊っています。初めての方も大歓迎です。ハワイをからだで感じましょう！！	第2・4火曜日 午前10時30分から午後12時 第1・3金曜日 午後1時30分から午後3時
バトント ワリング	M I D O R I トワールメイツ	園児～高校生を対象としたバトントワリングサークルです。 「バトンを楽しむ」「バトンの楽しさを伝える」をモットーに活動しています。	(4月から8月)日曜日 中学生 午前9時から12時 (1月から3月)土曜日 園児・小学生 午後3時30分から午後6時30分
吹き矢	スポーツ吹き矢同好会	年間通して楽しく吹き矢を行っています。	毎週月曜日 午前9時30分から午後12時 第2・4火曜日 午前9時30分から午後12時
運動	中野スマイル スポーツクラブ	①障がいのある人が安心してスポーツ・運動を楽しめる内容です。 ②幼児体操教室（幼児から小学校低学年を対象とした楽しく運動・体操をして、体づくりをします。）	①第3土曜日 午前9時30分から午後12時 ②第2・4土曜日 午後1時から午後3時30分
ピラ ティス	zusamen pilates	マットピラティスで主に姿勢改善、身体機能向上を目指して活動しています。	不定期
子ども 食堂	おかってカフェ	市内外問わず、子どもから大人まで誰でも参加OK！ おしゃべり、遊び、勉強、相談、何でもありのカフェです。 気軽にウエルカム！	不定期
勉強会	ほっこり相談室 ippo	お子さまの成長に悩みがある保護者の相談会や興味のある方の勉強会などを行っています。	不定期
運動	宴会 GEN	バレーボール、バスケットボール、ミニ野球（ゴムボール）を楽しんで、ルールも学んでいます。ぜひご参加ください。	不定期

※掲載内容は最終更新日現在のものです。

※活動紹介を希望される団体のみ掲載しています。

※詳しくは北部公民館へお問い合わせください。