

クラブだより

「市民センターのクラブって高齢者対象じゃないの？だいたい市民センターの活動ってそんな感じがするよね。」とお思いの方、いえいえそうではありません。「百聞は一見に如かず。」

まずは見学、体験をして下さい！きっと目から鱗^{うろこ}でしょう。とはいえ、忙しくてなかなか足が向かない方に実際どういうクラブがあってどういう活動をしているのか一部ご紹介します。

令和7年2月1日現在 穴生市民センター内クラブ数48クラブ 会員数約430名です。

～．

マンデーメイト（パソコン）

センターにいくつかあるパソコン教室の中では中級クラスとなります。先生の講座はわかりやすく、楽しく頭の回転がよくなります。年齢問わず是非見学、体験にいらしてください。お待ちしております。



活動日：第1，2，3月曜日14：00～16：30 現在の会員数6名 講師謝礼金等 月2,000円
夏・冬はエアコン代が別途500円かかる月があります。

キラビクス（リズムダンス）

キラビクスはストレッチとリズムダンスをメインに、脳トレや筋トレなども取り入れ無理のないペースで楽しんでいます。毎週先生のわかりやすくユーモアをまぜながらのレッスンで、ステップも上手に踏めるようになりました。

昨年の文化祭参加も楽しかったです。気軽にクラブを見学、体験しませんか!! 男性も歓迎します。

活動日：毎週火曜日15：30～17：00

現在の会員数6名 講師謝礼金等 月2,500円



社交ダンス交友会（社交ダンス）

社交ダンスは音楽に乗ってステップを踏む、いわば文系のスポーツと言えます。適度な運動で美容と健康に最適な活動です。「交友会」は、男子3名女子9名で若くて美男美女ばかりです!? 先生はいませんが、会員の中に経験豊富な人がおり、基礎から何でも教えてもらえます。是非一度見学にお出でください。入会は勿論、男女とも大歓迎です。

活動日：毎週水曜日10：00～12：00

現在の会員数12名 講師謝礼金等 月1,000円

