

令和8年度 赤崎市民センター クラブ一覧表

No	内容	クラブ名	部屋	曜	開催週	時間
1	卓球	卓友会	多目的	月	毎週	10:00~12:00
2	体操	リズム体操	和室大	月	毎週	10:00~11:30
3	健康体操	バランスボール健康体操	多目的	月	1.2.3	13:00~15:00
4	毛筆・硬筆ペン習字 ペン習字	七草習字教室	会議室大	月	毎週	16:30~18:30
5	毛筆・ペン習字	七草習字教室(成人)	会議室小	月	毎週	16:30~18:30
6	オカリナ	オカリナわかば	会議室小	火	毎週	10:00~12:00
7	軽い運動	元気ハツラツ健康サロン	①和室大 ③多目的	火	1.3	10:00~12:00
8	風船バレー	小石 風船バレーボール	多目的	火	毎週	13:00~15:00
9	詩吟	若戸詩道会	会議室小	火	2	13:00~15:00
10	卓球	卓球クラブ赤崎	多目的	火	毎週	15:00~17:00
11	空手	空手古武道	多目的	火	毎週	18:30~20:30
12	ストレッチ	赤崎健康体操クラブ	多目的	水	1.3	10:00~11:30
13	折り紙	折り紙クラブ	会議室大	水	2	10:00~12:00
14	卓球	健康ピンポン	多目的	水	毎週	13:00~15:00
15	ヨガ	ず〜っとヨガ	和室大	水	1.3	19:30~20:30
16	ストレッチ体操	ヘルスアップ小石	和室大	木	毎週	9:15~10:45

No	内容	クラブ名	部屋	曜	開催週	時間
17	ギター練習	ギター教室	会議室大	木	2.3.4	10:00~12:00
18	健康体操	ユニーク体操 プラーナ	多目的	木土	木2.4 土1.3	10:00~12:00
19	ヨガ	やさしいヨガ(B)	①③多目的 ②④会議室小	木	毎週	10:30~12:30
20	ストレッチ	リラックスストレッチ	和室大	木	1.2.3	14:00~15:30
21	詩吟	詩吟 赤崎分会	会議室小	木	1.2.3	14:00~16:00
22	パン作り	ぱんぱんPAN	調理室	木	3	10:00~13:00
23	空手	フルコンクラブ	多目的	木	1.3.4	18:30~20:30
24	ヨガ	ストレッチヨガ	和室大	木	毎週	11:00~12:30
25	童謡唱歌	童謡唱歌を楽しむ会	多目的	金	1.3	13:30~15:30
26	詩吟	詩吟 西園分会	会議室小	金	毎週	14:00~16:00
27	ヨガ	やさしいヨガ(A)	多目的	金	毎週	15:30~16:45
28	卓球	卓友会&赤崎	多目的	土	毎週	13:00~15:00
29	フラワーアレンジ	フラワーアレンジ 花日和	会議室大	土	偶数月 第4週	10:00~12:00
30	子ども(親子) クッキング	はぐくみ*キッチン	調理室	土	2.4.5	9:30~12:30
31	健康体操	えっちゃん塾	多目的	土	2.4	10:00~12:00

