

東鳥取公民館 クラバー覧表

令和8年4月現在

	ク ラ ブ 名	活 動 内 容	活 動 日 ・ 開 始 時	会 費 (円)
1	リズム体操 ジャンプ	ストレッチ・脳トレ・筋トレ・リズムダンスなど	毎 週 (火) 10:00	1,500
2	ス テ ン ド グ ラ ス エ ン ジ ェ ル	作品作りを通じて親睦を図る	第 1 ・ 3 (水) 10:00	2,000
3	Milky Way	ストレッチとズンバの練習	第1・2・3 (水) 10:00	2,000
4	太極拳・桃水クラブ	太極拳の型と技の習得	第 1 ～ 4 (水) 13:00	2,000
5	木 彫	木彫りの作品作りと交流活動	第1・3・4 (木) 12:00	1,000
6	プ リ ム ロ ー ズ	発声練習・合唱を通して会員相互の親睦を図るとともに合唱祭等に参加する	月 3 回 (木) 月 1 回 (日) 13:00	3,000
7	ステップアップ英会話	日常英会話力の向上	第2・3・4 (木) 13:00	2,000
8	ハ ー モ ニ カ ク ラ ブ	ハーモニカの上達を図り、仲間とのふれあいを楽しむ演奏練習 (二重奏など)	第 2 ・ 4 (木) 13:00	2,000
9	詩 吟 ク ラ ブ	俳句・和歌・漢詩の朗詠	第1・2・3 (木) 18:30	1,100
10	ヘルシージャズ体操	ストレッチ体操・ジャズ体操・手具体操 (他)	第1・2・3 (金) 10:00	2,500
11	太極拳 金曜クラブ	太極拳の型と技の習得	第 1 ～ 4 (金) 9:00	1,700
12	ヨ ガ N A N A	ヨガ・ストレッチ体操で健康維持・増進を図る	第1・2・3 (金) 14:00	2,500
13	俳 句	俳句を通じ会員相互の親睦と技能の向上を図る	第 1 ・ 3 (金) 13:00	1,000
14	男 の 料 理	季節の料理を美味しくいただける料理作り	第 3 ・ 4 (土) 9:00	1,700
15	リ フ ォ ー ム	着物・洋服などをリフォーム	第 2 ・ 4 (土) 13:00	500
16	<small>うちなーさんしん</small> 沖縄三線 “ゆいまーる”	沖縄民謡を通じて親睦を図り、三線の技術向上に努め、地域共生にも活用する	第 2 ・ 4 (土) 9:00	1,000
17	阪南うたごえ広場・ エバグリーン	男女混声合唱 (抒情歌&懐かしのメロディー)	第 1 ・ 3 (土) 14:00	1,000
18	フォークギタークラブ 「シャイニング」	ギターを通じ音楽を楽しみ、ふれあいの輪を広げる (音楽理論の学習、個別・グループ練習)	第 2 ・ 4 (土) 17:00	1,500
19	阪南市日本語クラブ	日本語を必要とする方への日本語指導と国際交流活動	随 時	

お問い合わせ先 東鳥取公民館 TEL471-0050