

No.	内 容				グ ル ー プ 名	活 動 日	時 間
1	教 養 学 習	人文・社会学	郷土史（誌）	郷土史研究	落 合 郷 土 史 研 究 会	第2 水	13:00 ～ 16:00
2		産業・技術	コンピュータ	パソコン	キ ャ レ ッ ト	第2・4 木	14:30 ～ 17:30
3					パ ソ コ ン ク ラ ブ ワ ン	第2・4 金	12:30 ～ 15:30
4					真 亀 I T ク ラ ブ	第1・3 金	12:30 ～ 15:30
5		家庭医学・健康		健康体操	健 康 体 操 ま が め 教 室	毎週 水	13:30 ～ 15:30
6				ハーブ・アロマの学習	ラ ベ ン ダ ー	第4 木	9:30 ～ 12:30
7				マインドフルネス	マインドフルネス風と緑の会	第2 月	13:30 ～ 15:30
8				ヨガ	す み れ ヨ ー ガ	毎週 木	10:00 ～ 12:00
9					ヨ ガ ・ タ ー ラ	第1・2・3 月	18:00 ～ 20:00
10				リンパビクス	リ ン パ ビ ク ス こ が め	毎週 金	14:00 ～ 16:00
11					リ ン パ ビ ク ス ま が め	毎週 木	19:30 ～ 21:30
12		家庭生活・趣味	衣生活	和服の活用、着付けの習得	ぼ た ん グ ル ー プ	第2・4 金	10:00 ～ 12:00
13			食生活	そば打ち	そば打ち道・真亀そば打ち同好会	第1 木・第2 土	8:30 ～ 12:30
14				パン作り	パ ン 工 房	第1・3 水	10:00 ～ 14:00
15					パ ン 工 房 パ ー ト II	第2 金	9:45 ～ 13:45
16				料理	白木農園ファーマーズキッチン	第3又は4 水	9:30 ～ 13:30
17					気 ま ぐ れ キ ッ チ ン	第2 月	10:00 ～ 13:00
18			娯楽	囲碁	真 亀 囲 碁 同 好 会	毎週 土	13:00 ～ 17:00
19					高 陽 囲 碁 同 好 会	毎週 日	9:00 ～ 17:00
20		市民生活・国際関係	コミュニティ	ヤングケアラー支援	高 陽 ヤ ン グ ケ ア ラ ー 広 場	第3 土	14:00 ～ 16:00
21			ボランティア	玄関前の花づくり	花 倶 楽 部 真 亀	第2 水	9:30 ～ 11:30
22				図書の本の入替	真 亀 図 書 ボ ラ ン テ ィ ア	第3 金	10:00 ～ 12:00
23				日本語	真亀日本語ボランティアクラブ	毎週 日	10:00 ～ 11:30
24				読み聞かせ	楽 っ 子 お は な し 会	第4 水	10:30 ～ 11:00
25			語学	英会話	Enjoy English Club	第2・4 月	10:00 ～ 12:00
26				中国語	楽 し く 中 国 語	第2・4 日	13:30 ～ 15:30
27			環境教育	布ぞうり	布 ぞ う り	第4 月	10:00 ～ 13:00
28			障害者理解	視覚障害者と地域との交流(①ブラインドテニスと②お話し会)	ボ ジ ポ ジ H o u s e	①第1・3 月 ②第1 水	①17:00～21:30 ②9:00～12:00
29				視覚障害者と地域との交流(音楽活動)	O j o ☆ z u	第1～4 金	17:00 ～ 21:00
30				視覚障害者と地域との交流(ヨガ)	シ ャ バ ー サ ナ	第3 水	10:00 ～ 12:00
31				障害のある子を持つ保護者の育児情報の交換と子の交流	に じ い ろ ク レ ヨ ン	奇数月 第2 金	10:00 ～ 12:00
32	芸 術 ・ 文 化	美術・工芸	洋画	絵画	美 術 サ ー ク ル 「 あ ー と 」	第1・2・3 水	10:30 ～ 12:30
33			日本画	水墨画	煌 墨 会	第1・3 水	14:00 ～ 16:00
34			書	書道	ひ ま わ り	第1・2・3 土	13:00 ～ 16:00
35				毛筆とペン字	土 筆 会	第1・3 木	13:30 ～ 15:30

※ お問合せは、真亀公民館（082-842-8223）へ。受付時間は、8:30～17:15（木・金：21:00まで）をお願いします。
毎週火曜日・祝日・平和記念日（8月6日）・年末年始（12月29日～1月3日）は休館日です。開館日にご連絡ください。

No.	内 容			グ ル ー プ 名	活 動 日	時 間	
36	芸 術 ・ 文 化	美術・工芸	写真	写 真	フ ォ ト サ ー ク ル け や き	第1 水	13:00 ～ 16:00
37			彫刻	木 彫 り	木 彫 り 遊	第1・3 木	9:30 ～ 12:30
38			その他の美術・工芸	絵手紙	亀 崎 絵 手 紙 教 室	第2 月	13:00 ～ 16:00
39					真 亀 絵 手 紙 教 室	第1・3 木	9:30 ～ 12:30
40				樹脂粘土細工	ポ リ マ ー ク レ イ 教 室	第4 水	9:30 ～ 13:30
41		音楽	器楽・声楽	オカリナ	オ カ リ ナ ・ ト ト ロ	第1・3 土	10:00 ～ 12:00
42				ギター	フ ォ ー ク ロ ー バ ー ス	毎週 木	19:30 ～ 21:30
43				ハーモニカ	ト ー タ ス ハ ー モ ニ カ ク ラ ブ	第2・4 月	9:30 ～ 12:30
44			エ バ ー グ リ ー ン ・ ハ ー モ ニ カ		第2・4 木	9:30 ～ 12:30	
45			合唱	コーラス	シ ョ コ ラ ・ ベ リ ー	毎週 月	10:00 ～ 12:00
46					コ ー ル ・ ア ミ	毎週 月	13:00 ～ 15:00
47					コ ー ル ウ イ ン グ	毎週 金	13:00 ～ 16:00
48			邦楽	尺八と琴	趣 味 の 尺 八	第1・3 土	9:30 ～ 12:30
49			その他の音楽	カラオケ	ラ ビ ッ ト 会	第2・4 金	9:00 ～ 12:00
50		舞踊	民俗舞踊	フラメンコ	カ ル メ ン	毎週 金	19:30 ～ 21:30
51		文芸	俳句	俳 句	け や き 句 会	第1 水	13:00 ～ 15:00
52			川柳	川 柳	真 亀 川 柳 会	第4 月	12:30 ～ 16:30
53			文学	文学と歴史	日 本 語 (文 学 と 歴 史) を 楽 し む 会	第3 水	10:00～11:30 ・ 13:30～
54		その他の芸術・文化	茶道・華道	いけばな	ひ と 花 の 会	第3 土	15:00 ～ 17:00
55	ス ポ ー ツ ・ レ ク	球技	バレーボール	バレーボール	け や き ク ラ ブ	毎週 木	14:30 ～ 16:30
56					安 佐 北 ミ ッ ク ス	第2・4(又は1・3) 月	19:00 ～ 22:00
57			卓球	卓球	ま が め ハ ッ ピ ー ク ラ ブ	毎週 水	9:00 ～ 12:00
58					真 亀 卓 球 同 好 会	毎週 木	9:00 ～ 12:00
59					あ さ き た ク ラ ブ	毎週 土	20:00 ～ 22:00
60				ラージボール卓球	あさきたクラブラージボール部	毎週 日	9:00 ～ 12:00
61		その他の球技	バドミントン	ハ イ シ ャ ト ル 高 陽	毎週 木	20:00 ～ 22:00	
62				一 年 シ ャ ト ル 組	毎週 土	9:30 ～ 12:30	
63				B . B . C	毎週 土	13:00 ～ 16:00	
64		格技	空手・拳法	空 手	真 亀 空 手 道 場	毎週 水	19:00 ～ 21:00
65			その他の格技	太極拳	太 極 拳	毎週 金	10:00 ～ 12:00
66					気 功 太 極 拳 グ ル ー プ	第1・3・4 月	15:00 ～ 17:00
67		レクリエーション	ハイキング	登山・ハイキング	高 陽 山 同 好 会	第2 火	8:30 ～ 16:00
68					白 木 愛 山 会	水	9:00 ～ 15:00
69		その他のニュースポーツ	ニュースポーツ	吹矢	真 亀 吹 矢 同 好 会	第2・4 土	9:00 ～ 12:00

※ お問合せは、真亀公民館（082-842-8223）へ。受付時間は、8:30～17:15（木・金：21:00まで）をお願いします。
毎週火曜日・祝日・平和記念日（8月6日）・年末年始（12月29日～1月3日）は休館日です。開館日にご連絡ください。