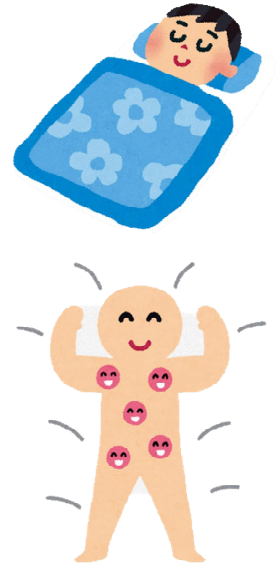


## 「睡眠」と「健康」の知恵袋講座！

下記日程にて、【「睡眠」と「健康」の知恵袋講座】を開催します。  
明治安田様にご協力いただき眠りと健康の意外な関係をご紹介します！  
たくさんのご参加お待ちしております！

日 時：令和8年4月24日(金)  
午前10時00分～午前11時00分  
場 所：地域づくりセンター神流大学習室  
参加費：無料  
定 員：10名(先着順)  
申込期間：4月3日(金)から  
申込方法：地域づくりセンター神流に電話  
(TEL:24-0809)



## 「みんなでラジオ体操」の開催日について

毎月第4日曜日に開催してきた「みんなでラジオ体操」についてですが、4月から第2土曜日(月によっては第3土曜日)の開催に変更いたします。右記のとおり実施しますので、たくさんの方のご参加をお待ちしています。また、ご来場の際の道中のゴミ拾いにもご協力をお願いいたします。(ゴミはセンターで回収します)

### 開 催 日

|      |        |     |
|------|--------|-----|
| 令和8年 | 4月11日  | (土) |
| 令和8年 | 5月16日  | (土) |
| 令和8年 | 6月13日  | (土) |
| 令和8年 | 7月11日  | (土) |
| 令和8年 | 8月8日   | (土) |
| 令和8年 | 9月12日  | (土) |
| 令和8年 | 10月10日 | (土) |
| 令和8年 | 11月14日 | (土) |
| 令和8年 | 12月19日 | (土) |
| 令和9年 | 1月16日  | (土) |
| 令和9年 | 2月13日  | (土) |
| 令和9年 | 3月13日  | (土) |



## 自主活動サークルをご紹介します

| No. | サークル名        | 内容               | 場所  |               | 利用週       | 曜 | 開始時刻  | 終了時刻  | 掲載希望 |
|-----|--------------|------------------|-----|---------------|-----------|---|-------|-------|------|
|     |              |                  | 附   | 室名            |           |   |       |       |      |
| 1   | 神流書道教室       | 書道               | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 月 | 9:30  | 12:00 | ×    |
| 2   | 琴昌会 花みずき     | 大正琴              | 1   | 談話室・和室        | 第 2・4     | 月 | 9:30  | 12:00 | ×    |
| 3   | 月曜エアロビサークル   | エアロビクス<br>ストレッチ等 | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 月 | 9:30  | 12:00 | ×    |
| 4   | パソコン学習会      | パソコン             | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 月 | 13:30 | 16:00 | ×    |
| 5   | 編物サークル       | 編物               | 1   | 実習室           | 第 1・3     | 月 | 13:30 | 15:30 | ○    |
| 6   | スマイルヨガサークル   | ヨガ               | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・2・3・4 | 月 | 13:30 | 14:30 | ○    |
| 7   | ふじの丘ストレッチクラブ | ストレッチ            | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・2・3・4 | 月 | 19:00 | 20:30 | ×    |
| 8   | 神流41会サークル    | 健康麻雀             | 1   | 談話室・和室<br>実習室 | 第 1・2・3・4 | 火 | 9:30  | 12:00 | ×    |
| 9   | 花いかだ茶道       | 茶道               | 1   | 談話室・和室        | 第 2・4     | 火 | 9:00  | 12:00 | ○    |
| 10  | パソコンサークル     | パソコン             | 1   | 実習室           | 第 1・3     | 火 | 9:30  | 12:00 | ×    |
| 11  | さくら太極拳       | 太極拳              | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 火 | 10:00 | 12:00 | ○    |
| 12  | 折紙レコ         | 折紙               | 1   | 談話室・和室        | 第 2       | 火 | 13:00 | 16:30 | ×    |
| 13  | 神流健康麻雀愛好会    | 健康麻雀             | 1   | 実習室           | 第 1・2・3・4 | 火 | 13:00 | 16:30 | ×    |
| 14  | かななコーラス      | コーラス             | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3   | 火 | 15:00 | 17:00 | ○    |
| 15  | 布楽会          | 手芸               | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 水 | 9:00  | 12:00 | ×    |
| 16  | 和布細工の会       | 手芸               | 1   | 談話室・和室        | 第 2・4     | 水 | 9:00  | 12:00 | ×    |
| 17  | ニコニコマージャン    | 健康麻雀             | 1   | 実習室           | 第 1・3     | 水 | 9:30  | 11:30 | ○    |
| 18  | ひよこ倶楽部       | 健康麻雀             | 1   | 実習室           | 第 2・4     | 水 | 9:30  | 11:30 | ×    |
| 19  | 神流着付け教室(結城)  | 着付               | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・3     | 水 | 10:00 | 12:00 | ○    |
| 20  | 新婦人健康体操サークル  | 体操               | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 水 | 10:00 | 12:00 | ○    |
| 21  | 藤の会          | 手芸               | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 水 | 13:00 | 15:00 | ×    |
| 22  | さくらの会        | 手芸               | 1   | 談話室・和室        | 第 2・4     | 水 | 13:00 | 15:00 | ×    |
| 23  | カンナ みずき会     | 交流会              | 1   | 実習室           | 第 3       | 水 | 13:00 | 16:00 | ×    |
| 24  | 藤岡ラウンドダンス    | ダンス              | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 水 | 13:30 | 15:30 | ○    |
| 25  | 神流 ヨガサークル    | ヨガ               | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・2・3・4 | 水 | 19:00 | 20:30 | ×    |
| 26  | 社交ダンス 神流教室   | ダンス              | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 水 | 19:00 | 21:00 | ×    |
| 27  | パッチワーク       | 手芸               | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 木 | 10:00 | 12:00 | ×    |
| 28  | 手作り たんぽぽの会   | 小物作り             | 1   | 談話室・和室        | 第 2・4     | 木 | 10:00 | 12:00 | ○    |
| 29  | フラワーアレンジメント  | フラワーア<br>レンジ     | 1   | 実習室           | 第 1       | 木 | 10:00 | 11:30 | ○    |
| 30  | 藤の実ヨガサークル    | ヨガ・エアロビ          | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・2・3   | 木 | 10:00 | 11:30 | ○    |
| 31  | 琴昌会 あゆみ      | 大正琴              | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 木 | 13:00 | 15:30 | ○    |
| 32  | 革細工 神流       | 革細工              | 1   | 談話室・和室        | 第 2       | 木 | 13:30 | 15:00 | ×    |
| 33  | なでしこサークル     | 筋トレ              | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・2・3・4 | 木 | 14:00 | 15:15 | ×    |
| 34  | 琴古流尺八竹風会     | 尺八               | 1・2 | 実習室<br>大学習室   | 第 1・2・3・4 | 木 | 14:00 | 15:30 | ○    |
| 35  | はるな生協筋トレサークル | 体操               | 1   | 談話室・和室        | 第 2・4     | 金 | 9:30  | 12:00 | ×    |
| 36  | カトレア         | 体操               | 1   | 談話室・和室        | 第 3       | 金 | 9:30  | 11:00 | ×    |
| 37  | 着物愛好会        | 着付               | 2   | 学習室(和室)       | 第 1・3     | 金 | 9:30  | 11:30 | ×    |
| 38  | 着物リメイク 小組    | 手芸               | 1   | 談話室・和室        | 第 1・4     | 金 | 13:30 | 16:00 | ×    |
| 39  | こころのヨガ       | ヨガ               | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 金 | 13:00 | 14:00 | ×    |
| 40  | 和み ヨガ        | ヨガ               | 2   | 大学習室          | 第 1・2・3・4 | 金 | 14:30 | 15:30 | ×    |
| 41  | 神流ハモニカクラブ    | ハーモニカ            | 1   | 談話室・和室        | 第 1・2・3・4 | 金 | 19:00 | 21:00 | ×    |
| 42  | 神流ストレッチクラブ   | ストレッチ            | 2   | 学習室(和室)       | 第 2・4     | 金 | 19:00 | 21:00 | ×    |
| 43  | 琴昌会 琴姫       | 大正琴              | 1   | 談話室・和室        | 第 1・3     | 土 | 10:00 | 12:00 | ×    |

地域の行事や活動等がありましたら「地域づくりセンター神流だより」に掲載します。  
情報の提供をお待ちしております。