

★多津美公民館グループ一覧

グループ名	定例活動日	活 動 内 容
美ing	第1・3(火) 9:30～11:00	無理をせず、痛気持ち良いストレッチを楽しんでいます。自分の呼吸のリズムに合わせて体を動かしています。若さを保ち、はつらつと動ける体を維持するために、ヨガ「美ing」を続けています。
キルトサークル華	第1・3(火) 10:00～12:00	小さな布をつなぎ合わせ、さまざまな模様を作り上げるパッチワーク・キルト。各自の個性や感性を磨きつつ、刺激し合い作品作りに一針一針心を込めています。楽しいおしゃべりも頑張りの大きな力です。
多津美ホピ-フォークダンスクラブ	第1・3(火) 13:30～15:30	ポピーフォークダンスクラブは、会員皆で様々な国のフォークダンスを健康維持、若さ維持の為に、いろいろな曲に合わせて楽しく和気あいあいと踊っています。
茶の湯さゆり会	第2・4(火) 9:00～12:00	表千家のお茶の手前を勉強しています。お気軽に遊びにきてください。
手作りサークル(パッチワーク)	第2・4(火) 9:30～11:30	布はどれ？配色は？本を参考にしてりみんなに相談したりしながら、どんなものを作るか考えるのは、ワクワクする楽しい時間です。そして、一針ずつ縫い進め、自分だけの宝物を仕上げるように頑張っています。
多津美句会	第1・3(水) 13:00～15:00	日常生活の出来事や感動を伝統ある俳句の形にしてみませんか。私達の会では各自持ち寄った五つの俳句を鑑賞、批評し合っって楽しいひと時を過ごしています。入会希望者大歓迎です。
水墨画同好会	第2・4(水) 9:30～11:30	墨の濃淡だけで描くので筆の使い方、水の配合に気をつけています。出来上がった絵は皆さんと見せ合ったり雑談したり、楽しい時間です。
如月の会(着付け)	第2・4(水) 10:00～12:00	着物に袖を通すことの少ない昨今ですが、タンスの中に眠らせておくのはもったいない！この会では、着付けの基礎から先生の熱心な指導が受けられ、また着物についての幅広い知識やマナーも楽しく身につきます。
水曜同好会(卓球)	第2・4(水) 13:00～16:00	卓球を通じて健康の維持増進を図り、人と人の和を大切にして、親睦を深め和気あいあい、楽しい時間を過ごしなが、卓球技術の向上を目指す、楽しいグループです。
リフレッシュ・ストレッチクラス	第1・3(木) 10:00～11:00	優しい先生のご指導のもとで、無理のないピラティスを取り入れたストレッチと筋力トレーニングを1時間行っています。幅広い年齢層のメンバーと一緒に、体を動かしてリフレッシュしませんか？現在会員を募集中です。
宗煌会(書道)	第1・3(木) 9:00～12:00	宗煌会は、山川先生のご指導のもと、俳句・和歌・手紙文を、皆で楽しく学び交流の輪を広げ活動しています。
透彩会(水彩画)	第1・3(木) 13:30～15:30	講師・黒明先生の熱心なご指導のもとで、楽しく会員の親睦を深めながら透明水彩画の学習に励んでいます。作品展(倉敷公民館にて)を年に1回開催しています。絵の好きな人の入会を歓迎いたします。
いけ花同好会	第2・4(木) 10:00～12:00	花をいけて、心と生活に潤いを。先生の御指導でそれぞれの個性を発揮。楽しく稽古しています。家の中に、自分のいけた花があるのも、心暖かくしてくれます。初心者には基本からやさしく教えていただけます。
太極拳 白鶴(ハイフ-)	第2・4(木) 13:30～15:30	太極拳は呼吸法に則ってゆっくりと柔らかい動作で体重の移動を行います。精神を集中して行うことで筋力を維持し脳の活性化にも繋がります。会員は男女、受講年数はまちまちでこじんまりしたグループ。初心者歓迎です。
七宝焼同好会	第2(木) 9:30～15:30	銅版をハサミでイメージの形に切り抜き、釉薬と想いを乗せて、800℃の炉で60秒、作品の出来上がりです。手弁当持参での一日の終わりに目は耳も口も疲れますが、なぜか気持ちはリフレッシュしています。
多津美卓球同好会	第1・3(金) 9:00～12:00	この会は多津美卓球同好会といひます。卓球の練習を通して仲間の親睦を図り、あわせて健康を維持する事を目的としております。時には大会に出て自分の実力を測っております。見学はいつでも大丈夫です。
手編み	第2・4(金) 9:00～11:00	編み物が好きな仲間が、楽しくおしゃべりしながら毎回編んでいます。作品のできあがりも楽しみですが、いろんな話の中にたまにはそれぞれの生活のヒントもあり人とのつながりの大切さを感じる場所にもなっています。
表装同好会	第2・4(金) 13:00～15:00	自他の作品(絵画・書)の掲示のための表装技術の習得、そして鑑賞を目的とした活動をする。
リフレッシュ・レディ-ス・ヨガ	第1・3(土) 9:30～11:00	毎日の生活が、健康で楽しく送れることを目標に、体内美人を合言葉にして全員頑張っています。いつでも、どこでも、誰にでもできる、やさしいヨガです。
陶芸同好会	第2(土) 9:00～16:00	陶芸に興味がある方、一度お立ち寄りください。作陶、釉薬、窯焚きをしています。自分だけの作品を作ってみませんか？