

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
フレンドリー	江古田駅近くの コーヒー店 『ぶな』	第1水曜日 10時30分～11時30分 (月1回)	唱歌・叙情歌を歌う	日本の名曲,世界の名曲等を皆で大きな声で楽しく唄う (キーボード伴奏付)。	どなたでも	会費¥1,200 (ドリンク・ゼリー付) その他歌集代 実費
しゃくなげ 会	区民・産業プラザ 多目的室 (1・2)	土曜日 10時～12時 (月1回)	謡曲(宝生流)を謡い楽し む	いすに腰掛けて謡曲(宝生流)を謡い健康維持。 インナーマッスルを鍛える。加齢により肺呼吸が浅くなるので,謡を学ぶことによって深い呼吸を身に付けることができる	どなたでも	なし
白秀会	区民・産業プラザ (ココネリ3階)	火曜日 13時～16時30分 (月3回)	詩吟	心身ともに若返り,お友達の輪が広がります。 初心者歓迎,見学随時可	どなたでも	入会金なし 月会費¥3,000
江古田押し 花サークル ポワール	小竹地域集会所	第3月曜日 13時～16時 (月1回)	身近な草花の押し花,額や 小物作り	気軽に楽しく和気あいあいと作品制作しています。 年に6回,江古田駅地下道に作品を展示しています。	女性	会場費1回¥300 その他実費
史記を読む 会	サンライフ練馬	月曜日 13時30分～15時30分 (月2回)	司馬遷「史記」の訓読と 解釈	中国歴史書,司馬遷「史記」の講読・解釈。 講師は現学習院大学名誉教授 鶴間和幸先生。 初めての方も歓迎いたします。	どなたでも	月会費¥3,000

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
コール カノン	生涯学習センター	木曜日 14時～16時 (月3回)	混声合唱	中高年齢者を対象に混声合唱を楽しんでおります。 初心者も歓迎しております。 特にアルトの女声の方を歓迎します。	どなたでも	入会費¥1,000 月会費¥3,000
練馬囲碁 サークル	生涯学習センター	火曜日,木曜日 13時～17時 (毎週)	囲碁を通じ,棋力向上と 会員の親睦を図る。	会員の棋力向上,親睦を図るため,週1～2回定例会,毎月 講師による指導,年5回の大会,囲碁旅行・新年会・納涼会 等諸行事を計画的に実施。	どなたでも	入会費¥1,000 月会費¥2,000
練馬女声 コーラス	生涯学習センター	金曜日 (月3回) 14時30分～16時30分 (月3回)	女声合唱	合唱の楽しさと集う喜びを感じながら,心のかよいあう 仲間作りを大切にしています。	歌うことの好 きな女性	入会費¥1,000 月会費¥5,000 楽譜代実費
抒情歌 倶楽部	生涯学習センター	第1,3火曜日 9時～11時30分 (月2回)	世界の名曲の練習	世界の名曲を日本語で歌う。簡単なストレッチを行い,正 しい発声・呼吸法で歌います。大きい声で元気に歌うこ とは,健康維持・向上にも役立ちます。 とても楽しい会です。	どなたでも	月会費¥3,000
青林会	生涯学習センター	主に土曜 (または日曜) 週1回 13時～17時 (月4回)	囲碁	囲碁を通じて会員の棋力の向上と親睦を図ることを目的 とし,毎月4回の定例会の対局をはじめ,年4回の大会及び 2回の合宿(1泊)を開催し,初級者から高段者まで毎回楽し く対局しております。	棋力が概ね 10級以上の方	500円/月

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
茜 短歌会	生涯学習センター	第3木曜日 13時30分～17時 (月1回)	短歌の創作・合評	短歌の創作の好きな方,高齢者向きの文芸なので初心者の方も歓迎します。	どなたでも	入会費¥1,000 月会費¥2,000 (内¥1,000は『歌集茜』発行)
手品の学校 -練馬教室	生涯学習センター, 桜台地域集会所	第2月曜日,第4金曜日 14時～16時 (月2回)	プロのマジシャンの指導による手品の習得。各種施設への出張演技披露	初心者でも器用でなくても不思議な世界を提供出来ます。脳トレ,老化防止につながります。 初回見学参加は無料	どなたでも。 手品に興味のある方大歓迎	入会金無し 参加の都度 ¥1,500/1回 (材料費込)
ロイヤル 60's クラブ	生涯学習センター	火曜日 10時30分～12時 (毎週)	社交ダンス	パーティダンスで初心者の方を対象としています。	60歳以上の 初心者	月会費¥2,000
総合書道会	サンライフ練馬	第1,3水曜日14時～16時 第1,3日曜日10時～12時 (月4回)	漢字・かな・写経・ 実用・古典・作品制作	人生100年時代を生き生きと！ 初心者・上級者・作品制作まで全て個人指導。漢字・かな・写経・実用・古典など自分が学びたい事を的確・丁寧な指導で学び,上達が早い。作品展も有りご一緒に『書』を楽しみませんか…	どなたでも	入会金¥1,000 月会費¥3,000 無料体験学習あり
はまあず ちくちく 教室	豊玉リサイクル センター	最終月曜日 (月1回)	ハギレや好みの生地で 小物作り,洋服作り	健康維持・増進を目的として活動しています。 初心者大歓迎。自分だけのオリジナル小物を楽しい仲間と一緒に作りませんか。	どなたでも	参加費¥500

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
混声コーラス ニューブルー スカイ	はつらつセンター 豊玉, 生涯学習センター, 光が丘区民ホール 音楽室	第2,4火曜日 午後13時15分～15時15分 (毎月2回)	講師課題曲のレッスン, 練馬区合唱連盟合唱祭 参加	おなかからの発声により健康の維持・増進を目標に 活動。初心者とくに男性会員歓迎	はつらつセン ター豊玉,大泉, 光が丘に利用 登録をしている 方	月会費¥2,000
晴山流 晴翔会 (セザンヌ セイショウカイ)	上石神井北地域 集会所	日曜日(第1・2・4) 毎月3回 13時30分～16時 (月3回)	吟詠(漢詩・和歌・新体詩)	初心者の方も歓迎(新人講習実施)。吟詠を通して健康維 持・増進を目指し,楽しく交流・活動を続けております。 1ヶ月無料体験可。	どなたでも	入会費なし 月会費¥1,000 教則本3冊 ¥2,000 (入会時のみ)
現代水墨画 グループ墨	石神井公園区民 交流センター	第1,3水曜日 13時～16時 (第1,3日曜日 13時～16時有) (月2回)	写生を基本とした現代 水墨画	写生を基本とした現代水墨画。花,人物,風景等楽しく 描きます。グループ墨展(グループ展)年1回があります。	どなたでも	月会費¥3,000
カタクリの会 (ウォーキン グクラブ)	石神井庁舎	第1,2,3,4火曜日 (月4回)	ウォーキング・カラオケ等	第1火曜日は都内・周辺県(一日),第2火曜日は都内中心 (半日)をウォーキング,第3火曜はハイキング,第4火曜は 健康ミーティングを実施。保健師等による講義を年間1 回行っている。 カラオケなど趣味のクラブも随時行っている。	どなたでも	入会費¥1,000 年会費¥4,000
みどり歩く ラブ	石神井台みどり 地域集会所	第3水曜日 10時～12時 (延長あり) (月1回)	ウォーキング,トーク	”緑の中を歩くことが好きになるクラブ”で健康維持を 目指します。	どなたでも	入会金なし 月会費¥100 交通費等実費は 各自負担

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
烏鷺友の会 (ウトモカイ)	生涯学習センター 分館	土曜日 13時～17時 (毎週)	囲碁	明るく楽しく元気よくを,モットーとして,会員相互で 囲碁の対戦・勉強をしています。 月2回講師が来ます,年2回大会があります。 また,懇親会を年2回行っています。	品行方正な方	入会費¥1,000 月会費¥1,000
スイーム ハーモニー	石神井公園区民 交流センター	水曜日 13時～17時 (月3回)	ハーモニカ合奏	皆で仲よく楽しみながらハーモニカを吹いたり歌ったり します。親睦が主です。上手な人が下手な人に教えま す。初心者の方も歓迎です。老人ホーム慰問します。	65歳以上の方	なし
玄暉会 (げんきかい) 囲碁倶楽部	勤労福祉会館	火曜日 13時～17時 (月4回)	囲碁を通じて楽しい仲間 づくり	玄暉会は新しい仲間づくりをするサークルです。級位者 から有段者まで脳トレを兼ねて囲碁を楽しんでいます。 月1回対局の合間に懇親会を開き親睦を深めています。	新しい仲間づ くりをする50 ～70代の元気 なシニア世代	2か月に¥1,000
吟泉会	東大泉地域集会所	第1,3金曜日 13時～16時30分 (月2回)	詩吟	心身ともに若返り,お友達の輪が広がります。 初心者歓迎,見学随時可	どなたでも	入会金なし 月会費¥2,500
歌声倶楽部	南大泉地域集会所	第4日曜日 10時～11時30分 (月1回)	唱歌・童謡,昭和初期の 歌謡曲を歌う	歌声倶楽部はCDを使用して歌を歌うため,どのような曲に も対応可能です。脳の活性化,心の健康維持を目的として, 歌の好きな仲間活動をしています。 1時間半で20曲歌います。	歌が好きな方	月会費¥300

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
大泉西 合唱団	西大泉地区区民館	木曜日 10時～12時 (月4回)	混声合唱	初心者も経験者も隔てなく、叙情歌から合唱組曲まで楽しく歌ってます。ストレス発散、仲間づくりにも,,,。	歌が好きな方 経験は問いま せん	入会金無し 月会費¥4,000
ピアノシ モ	旭町南地区区民館	月曜日 14時～16時 (月3回)	女声3部合唱 (ソプラノ、メゾソプラノ、アルト)	音楽は心のビタミン、声を出すことで健康維持につながま す。	多少楽譜の 読める方	月会費¥3,000
すずしろ会	春日町青少年館	第2,4水曜日 10時～12時 (月2回)	古典文学の勉強会	日本の古典文学の勉強会として1971年に発足。教育委員 会推薦の先生方のご指導で「徒然草」「奥の細道」 「伊勢物語」「枕草子」などの勉強をしています。	どなたでも	入会費¥1,000 月会費¥2,000
白秀会 すみれ	春日町青少年館	水曜日 13時～17時 (月3回)	漢詩・和歌・俳句などの 詩吟を練習発表	漢詩・和歌等を楽しく学び吟じ、発表会その他に参加、親睦 をはかっている。 初めての方も一緒に楽しんでみませんか。	どなたでも	入会費¥1,000 月会費¥3,000
練馬和漢 朗詠会	田柄地区区民館	土曜日 14時～17時 (都合により変更有) (概ね月3回)	古今の詩歌(漢詩・和歌・ 俳句・近代詩・謡曲)朗吟	朗吟(詠)は鬱(うつ)を散じ、英気を養います。古今の詩歌 (魂の叫び)に接し、心を豊かにします。 一吟天地の心を目指しましょう。	どなたでも	月会費¥1,000 のみ

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
エース (ACE)会	光が丘地区区民館	月末の 水曜日 15時～17時 (月1回)	健康に関する勉強会など	体力と健康の向上を図るため,月1回運動,健康,医療,食品,栄養について勉強会をしています。保健所,体育館,その他の外部講師や会員の発表もあります。 1泊の旅行会や日帰り見学会も実施しています。	会の目的に賛成する人なら誰でも受け入れます。	入会金¥2,000 年会費¥2,000 資料代¥200/回
光が丘 レディース 囲碁サークル (略称「囲碁レディース」)	光が丘地区区民館	木曜日 13時～16時 (毎週)	囲碁	囲碁に興味がある女性ならばどなたでも可。 囲碁を通じて脳細胞の活性化と交流を深めています。	60歳以上の女性	月会費¥200
健康麻雀	平和台体育館	第1,3土曜日 9時～11時30分 第1,3月曜日 9時～11時30分 (月2回)	健康麻雀	健康麻雀	どなたでも	参加費1回¥500
光が丘 マジック クラブ	光が丘区民 センター	第2,4月曜日 9時30～12時 (月2回)	マジック	プロマジシャンの指導(月1回)を受けながら,ボランティア活動に活発な会員やお孫さんとの交流や脳活目的等,皆明るく元気なシニアです。体験随時可。	どなたでも	入会金¥1,000 月会費¥1,000
金曜会	はつらつセンター 光が丘 3階 娯楽室	金曜日 13時～17時(原則) (月3回)	健康麻雀を楽しみます	麻雀を深く楽しむ方。 ある程度理解できる方。	ある程度麻雀が打てる方	なし

4 趣味活動

サークル名	活動場所	活動日	活動内容	PR	入会資格	会費
様々な趣味の 同好サークル 玄暉会 (げんきかい)	その都度活動に あった場所	第1木曜日 10時～17時 (月1回)	毎月テーマを変えた会を 開催。 同好会は随時開催。	歌声ひろば・初詣・新緑散策・大人の学び・大人の遠足など、 色々な活動を通じて新しい仲間づくりをするサークルで す。練馬区と近隣に住むメンバー(男女半々)が自分の趣 味にマッチした集まりに参加。	80歳未満で、入 会翌年度以降 に会の運営に 参画可能な元 気なシニア	入会金¥2,000 年会費¥2,700 保険料 ¥1,200(65歳未 満は¥1,850)
歴史を歩く 玄暉会 (げんきかい) 同好会	その都度企画に あった場所	木曜日 (年3回)	名所旧跡をバスや徒歩で めぐります	玄暉会は新しい仲間づくりをするサークルです。史跡を 訪ねることにより、日本人、日本の国のルーツを知る楽し みと共に、四季折々の景色も楽しめます。	新しい仲間づ くりをする50 ～70代の元気 なシニア世代	実費
WHO'S WHO	都内及び近郊	第4木曜日 (月1回)	L I N E を利用した交流 と名所めぐりと おしゃべりの会	心と体の健康増進を目指しています。	LINEのできる 高齢者	無し