

サークルに入会しませんか？

麻雀同好会

現在 10 名が所属 8 人で 2 卓プレーが多い

* 毎週日曜日 シルバー人材センター研修棟

* 8:00~17:00 (途中退席OK)

* 会費はありませんが、お弁当とお茶代 500 円

* 『飲まない・吸わない・賭けない』の 3 原則を守っての健康麻雀！

* 健康マージャンですので、脳トレ気分でボケ防止にもなります！

* 初心者大歓迎！見学OK！お気軽に!! 【代表 米沢 忠行】

カラオケサークル カラオケ同好会

男女 20 数名で活動中

* 定期的にスナック・カラオケで開催しております

最近では 1 月に新年会を行いました！

* 年会費 1000 円 旅行など飲み会に関しては都度徴収

楽しみがカラオケ！人の和と輪を作っていくことが目的です!!

【代表 谷地 孝男】

いきいき脳活 健康体操

男女問わず募集しております!!

* 原則月 1 回 シルバー研修棟

開催日時は皆さんと相談の上で決めていきます。

* 会費はありませんが、お茶代など、少額の費用が発生する場合があります。

* 音楽に合わせて、楽しくいろいろな動きを楽しみます♪

体を動かしながら頭も使うことで、心身の活性化や認知機能の維持にもつながります。

一緒に楽しい時間を過ごしましょう(*^-^*) 【代表 貝森 まり子】

切り絵サークル

男女問わず、初心者の方も大歓迎！

* 原則月 2 回 第 1, 3 火曜日 10:00~12:00 シルバー研修棟

* 会費はありませんが、お茶代など、少額の費用が発生する場合があります。

* おしゃべりを楽しみながら、みんなで和気あいあいと作品を作ります。初めての方も、基礎からゆっくり学べるので安心です😊

* 道具や材料などの詳細については、シルバー事務局へお問い合わせください。 【代表 渡辺 ひとみ】

11 月からいよいよ
スタート!!

11 月 3 日 (火)

10:00~ シルバー
研修棟

※各サークルに御興味のある方は事務局までお問い合わせください。