

# 第16回 こゆるぎサークル発表会

令和8年2月15日(日) ☎ 0465-43-0200

## 参加サークルの活動紹介



### こゆるぎ合唱団



私たちは“日本の四季を歌おう”と題し、懐かしい唱歌、童謡、そして昭和の名曲の数々を歌う合唱団です。歌を通じて楽しいひとときをご一緒に過ごしませんか。

◆問合せ 三谷 TEL0465-35-1663  
鈴木 TEL0465-35-1676



### マイフィットネス教室



音楽に合わせて楽しく体を動かして心も体もスッキリさせましょう。日頃運動不足と感じている方におススメです！

毎週木曜日 10:00~11:30

◆問合せ 金築 TEL090-4135-6445



### マイフィットネスシニア教室



いつまでも元気に自分の足で歩けるように！皆さんと一緒に音楽に合わせて楽しく体を動かしています。終わった後、体が伸びて気持ちイイって皆様の声が聞け、うれしいです。是非、体験にいらして下さいませ。

毎週金曜日 10:00~11:30

◆問合せ 中谷 TEL0463-61-6903



### おだわら TAP キャラバン



月2回 日曜日 午前

こんにちは。タップダンスが好きなメンバーが集まって2008年にグループを作りました。毎回、こゆるぎで楽しく練習しています。興味のある方は、是非見学に来て下さいね。



### 泉華会



私達は楽しみながら民謡を勉強しているサークルです。

月に3~4回、高齢者施設へ慰問に行ったり歌ったり、踊ったりしています。ご存じの曲がありましたら是非一緒に歌って踊って下さい。

◆問合せ 真柄華童 TEL080-3254-0293



### フェリーチェ&花ミズキ



### さくらの会



### アイリス



私達は、オカリナを練習しているサークルです。始めてから11年が経ち、皆さん上達され、アチコチの施設ボランティアや、フラワーガーデンでの演奏を楽しんでいます。

活動日は 火 木 金 の午前中です。

興味のある方は下記までご連絡ください。

◆問合せ 平手 TEL0465-48-9598



### 下中コーラス



只今、下中の地域におきまして『日本の四季を歌おう』と題し、なつかしい唱歌・童謡、そして昭和の名曲の数々を歌う会が発足いたしました。

◆問合せ 三谷 TEL0465-35-1663  
鈴木 TEL0465-35-1676



### 萬屋歌右衛門



令和7年から老人ホーム等のボランティア活動を少しずつ再開し始めている昨今です。

流石に私自身も高齢者となり、声の発声等、衰えが隠せませんが、気持ちは全く変わりません！

施設の方々に元気を常に与え続けて行きたいと思って頑張っています。



### アロハ・カイ



月2回ウクレレを練習しています。

フラの曲だけではなく、いろいろなジャンルの曲に挑戦しています。

老人会等のボランティア活動にも参加したいと思っています。



### マイレ レイ・フラ



金曜日 18:00~19:30(月3回)

音楽や歴史、ハワイ語の解説を交え、豊かな心を表現します。



### ガーデニア レイ フラ スタジオ

金曜日 19:00~20:30(月3回)

お仕事帰りの方の、上を目指し頑張っているクラスです。大きなショーの出演等を経て、成長しています。

お気軽にお問い合わせ下さい。

◆問合せ 太田 TEL0465-81-0725