海邦町自治会
サークル紹介

新しい仲間と
新しい楽しみを
見つけよう！

海邦町自治会では、さまざまなサークル活動を行っています。
体を動かしたい方、趣味を楽しみたい方、新しい仲間と交流したい方、大歓迎です！
初心者の方も、ぜひお気軽にご参加ください！

ボウリング



ストライクを目指して
みんなで楽しく！

卓球



気軽に楽しめる
人気のスポーツです！

ズンバ



音楽に合わせて
楽しく体を動かしましょう！

健康麻雀



頭を使って、
楽しく健康づくり！

三線



沖縄の音色に癒される
楽しい仲間づくり！

ハンドメイド



手作りの楽しさを
一緒に味わいましょう！

囲碁



奥深いゲームで
脳をリフレッシュ！

カラオケ



歌って笑って
ストレス発散！

英語でゆんたく



英語で楽しく
おしゃべりしませんか？

その他のサークル



別紙サークル一覧を
ご参照ください

まずは、お気軽に
お問い合わせください！

☎ 海邦町自治会
098-938-4950

海邦町自治会　サークル一覧　作成2026年10月7日改

サークル	実施日	備考
ゆる筋トレ＆結舞踊	第1、第2月曜日　午前10時～12時	ゆっくり、優しく体操、筋トレ、踊りやスポーツを楽しんでいます
生きデイ	第3、第4月曜日　午前10時～11時	健康管理、体操やゲーム
ボウリング	第2、第4月曜日　午前10時～12時	ドラゴンボール
卓球	毎週月曜日　　午後7時～9時	
太極拳（初心者）	毎週火曜日　　午前10時～12時	
太極拳	毎週火曜日　　午後2時～4時	
ズンバ	毎週火曜日　　午後４時～５時 毎週木曜日　午前10時半～11時半	
健康麻雀	毎週水曜日　　午前９時～12時	
三線教室	毎週水曜日　午後6時半～8時半 毎週土曜日　午前10時半～12時	初心者にも丁寧に指導しています
ヨガ	毎週木曜日　午前9時半～10時半	
フラダンス	毎週木曜日　午後7時半～9時	
ハンドメイドサロン	第1、2、3金曜日 午前10時～12時	手芸など
クラブマンタ	第２金曜日　午後7時～9時	女子会で楽しんでいます
自律神経トレーニング	毎週土曜日　午前8時～10時	元気に楽しく歩く、走れるようにトレーニングしています
囲碁サロン	毎週土曜日　午後1時～４時	8級ぐらいから4段程度のものが楽しくやっています。初めての人にも丁寧に教えます
英語でゆんたく	毎週水曜日　午後２時～３時半	英語でゆんたく出来るように、わいわいやっています
グラウンド・ゴルフ	不定期（天候、マンタ公園の状況による）	マンタ公園で実施、用具は揃っているので運動しやすい服装で水分持参で参加してください
カラオケ	毎週月曜日　午後1時～４時	