

令和7年度 自主グループ紹介（12月調査）

R7年12月現在

活動分類	グループ名	ヨミガナ	活動日時	活動内容	新規加入
趣味・実技	大正琴 まつぱっくり	タイショウゴト マツボックリ	木曜日	大正琴の音色でいやされたい方、お仲間に入りませんか？ 是非一度見学に来て下さい。いつでもお待ちしております。 市民館まつり、老人活動のため	OK
			10：00～11：30		
			月2回		
趣味・実技	かなと実用書道 （昼の部）	カナトジツヨウショドウ（ヒルノブ）	火曜日	月2回書道の練習 市民館まつりに発表します（作品展示） 年1回社中展（豊橋美術館）	OK
			13：00～15：00		
			月2回		
趣味・実技	かなと実用書道 （夜の部）	カナトジツヨウショドウ（ヨルノブ）	金曜日	書道の練習 市民館まつりに発表します（作品展示） 年1回社中展（豊橋美術館）	OK
			17：00～21：00		
			毎週		
趣味・実技	吉田方コスモスの会	ヨシダガタコスモスノカイ	金曜日	童謡、唱歌をみんなで歌う。	OK
			13：30～15：00		
			月1回第2金曜日		
趣味・実技	結月流舞踊	ユヅキリュウブヨウ	水曜日	おどりの練習です。好きな着物を着て、好きな踊りを踊り、 みんな楽しく次の舞台に向けて励んでいます。昔お祭り・盆 踊りの好きな方お待ちしております。	OK
			10：00～12：00		
			月3回		
趣味・実技	Lino Lino （土曜日クラス）	リノリノ（ドヨウビクラス）	土曜日	ハワイアンキルトをみんなで楽しくおしゃべりしながら作成 しています。初心者の方も大歓迎です。	OK
			13：00～16：00		
			第2		
趣味・実技	Lino Lino （火曜日クラス）	リノリノ（カヨウビクラス）	火曜日	ハワイアンキルトをみんなで楽しくおしゃべりしながら作成 しています。初心者の方も大歓迎です。	OK
			13：00～16：00		
			第4		
文化・芸能	team GAKU	チームガク	不定期	ダンスや歌の創作表現を楽しむチームです。	OK
スポーツ レクリエーション	ハーラウ フラ オ カレイナニ	ハーラウ フラ オ カレイナニ	金曜日	フラダンスの練習	OK
			18：00～20：00		
			月3回		
スポーツ レクリエーション	ハーラウ フラ オ カマイレラニ	ハーラウ フラ オ カマイレラニ	木曜日	フラダンスの練習 ①13：30～14：30 ②15：30～17：00 ③19：30～21：00	OK
			13：30～21：00		
			月4回		
スポーツ レクリエーション	3B体操エール	サンビータイソウエール	水曜日	健康体操 子供から高齢者の方、 用具を使用してどなたでも無理なく 出来ます。ただ今、会員を募集中です。	OK
			13：30～15：00		
			第1・2・3		
スポーツ レクリエーション	空手クラブ（朝）	カラテクラブ（アサ）	土曜日	空手練習、武道会得	OK
			10：00～11：30		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	空手クラブ（夜）	カラテクラブ（ヨル）	水曜日	空手練習、武道教育	OK
			17：30～19：30		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	Go-fit	ゴーフिट	金曜日	初めての方でもできる簡単エアロビクスとボール・ゴム チューブを使う筋トレを9：30～10：25にやっています。 10：30～11：30はリラックスヨガをやっています。	OK
			9：30～11：30		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	ヨガクラブ	ヨガクラブ	水曜日	ヨガの練習	OK
			13：00～15：00		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	フラ アロハキング	フラ アロハキング	金曜日	体操、ストレッチ基本を学びながらフラの音楽に合わせて楽 しく踊ります。癒しの曲を聴きながら下半身の筋肉が自然に 鍛えられ腰痛予防にもなります。仲良く楽しく元気に年齢を 重ねて行きたいグループです。月1回、日曜も活動してます	OK
			13：00～14：30		
			14：30～16：00		
			第1・3		
スポーツ レクリエーション	3B体操さわやか	サンビータイソウサワヤカ	金曜日	ストレッチ・リズム体操	OK
			13：00～14：30		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	吉田方 バランスボール	ヨシダガタ バランスボール	日曜日	バランスボールエクササイズで有酸素運動を中心とし、 年齢関係なくワイワイと楽しく運動しています。	OK
			10：00～11：00		
			第1・3		
スポーツ レクリエーション	ハッピー太極拳 （土曜日）	ハッピータイキョクケン（ドヨウビ）	土曜日	太極拳のレッスンで無理なく楽しく自信の持てる体作りを目 指しています。	OK
			9：00～12：00		
			月3回		
スポーツ レクリエーション	ハッピー太極拳 （日曜日）	ハッピータイキョクケン（ニチヨウビ）	日曜日	太極拳のレッスンで無理なく楽しく自信の持てる体作りを目 指しています。	OK
			9：00～11：00		
			月3回		
スポーツ レクリエーション	ILL`S DANCE Club	イルズ ダンス クラブ	水・金曜日	ダンスの練習	OK
			18：30～21：00		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	FREES	フリーズ	火曜日	PM5:30～6:15 JAZZHipHop 初級 PM6:15～7:00 JAZZHipHop中級 PM7:00～7:45 WAACK / PM8:00～8:45 HipHop中級	OK
			17：00～21：00		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	豊橋フィリピン コミュニティ	トヨハシフィリピンコミュニティ	日曜日	ズンパダンス練習	OK
			13：00～16：00		
			月3回		
スポーツ レクリエーション	龍門太極拳	リュウモンタイキョクケン	火・木曜日	心身健康を目指して活動してます。	OK
			10：00～12：00		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	ILL`S DANCE Club ブレイクダンス	イルズ ダンス クラブ ブレイクダンス	水・金曜日	ブレイクダンス練習	OK
			18：30～20：40		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	子連れダンスZUMCO ちゃん	コヅレダンスズンコちゃん	水曜日	子連れで参加できるママのためのダンス。ママになってから ダンスを始めた人が多数。親子ダンス・ママダンス	OK
			9：00～12：00		
			第2		
スポーツ レクリエーション	e～ヨガ	イーヨガ	火曜日	ヨガ	OK
			10：00～11：30		
			毎週		
スポーツ レクリエーション	BFC	ビーエフシー	火・土曜日	ダンスの練習 （火）18：00～21：00 （土）13：00～21：00	OK
			13:00/18:00～21：00		
			毎週		

※各サークルの見学等は、吉田方生涯学習センター窓口へお問い合わせください。
※公開サークル以外にも、多くの自主サークルが活動しています。