

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(1) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会		活動内容	会員受入れ
体操	たんぽぽ	第1, 3 水曜日 9:00～12:00	多彩な動きをしながら、体や脳を刺激して老化を防ぎ、笑顔で楽しく体操をする。	○
	わかば体操同好会	第1, 3 金曜日 9:00～12:00	健康体操又を通じて心身の向上と会員相互の親睦を深める。	
	宝塚真向法体操	第2, 4 金曜日 9:00～12:00	真向法を通じて会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高めることを目的とする。	○
	健美操同好会	第2, 4 水曜日 13:00～15:00	調息・調身・調心の3つのバランスを調べていく。	○
	健康体操会 かがやき	第2, 4 金曜日 9:00～12:00	健康体操を通じて会員相互の親睦を図り、心身の健康増進を目的とする。	○
	アートアレイ 同好会	第1 月曜日 9:00～11:00	アートアレイ(ダンベル)を使った、健康づくりのための、軽い体操。	○
	アートアレイサークル 向日葵	第2 木曜日 9:00～12:00	アートアレイ体操を通じて会員相互の親睦をはかり、体力と筋力の増進を目的とする。	○
気功	いきいき会	第1, 3 木曜日 9:00～12:00	①気功を学ぶ事で身体を労る術を理解し健康を促進する。 ②会員相互の親睦を深める。	○
太極拳	太極拳同好会	第1, 3 水曜日 13:00～15:00	のびやかでゆったりとした動く太極拳を楽しみながら、体力維持と増進をめざす。	
	太極拳サークル えん	第1, 3 木曜日 9:00～11:00	緩やかな動きでゆったりと深い呼吸で心身リフレッシュ。気血の巡りを良くして体力♪	○
ヨーガ	ヨーガ同好会	第1, 3 木曜日 9:00～12:00	ヨーガの知識と実技を学びながら会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高める	○
	さわやかヨーガ	第2, 4 月曜日 13:00～15:00	ヨーガの正しい知識と基礎を学びながら、会員相互の親睦を図り健康の増進を高める。	○
	健康ヨーガ	第1, 3 月曜日 12:00～14:30	ヨーガを皆で理解し、体操を行うことによって元気な人生を送ることをめざす。	○
	和(なごみ)のヨーガ	第4 水曜日 11:00～13:00	ヨーガを通して、市民一人ひとりが豊かで健康的にすごせるように。	
	やすらぎヨーガ	第1, 3 木曜日 9:00～12:00	出来ばえは競わず、ゆっくりやると、自立神経が整うヨーガ。心地よさを味わいましょう。	
バドミントン	07バドクラブ	第2, 4 火曜日 9:00～12:00	バドミントンを通じて、会員の親睦と健康増進と教養を高めることを目的とする。	
スポーツ	アネモネ	第2 月曜日 15:00～17:00	スポーツ吹矢を通して親睦をはかり、健康増進と教養を高める事を目的とする。	経験者のみ
茶道	養和会	第1, 3 水曜日 9:00～17:00	茶道裏千家の研修と会員相互の親睦を図り、生涯学習の実をあげることに努める。	○
	すみれ茶道同好会	第4 火曜日 9:00～17:00	茶道を通じて会員相互の親睦をはかり、健康増進と教養を高めることを目的とする。	
囲碁	宝塚市囲碁同好会	毎週月～金曜日 12:00～17:00	囲碁を通して会員相互の親睦とボケ防止等の健康維持を図る。	○
	ざる碁の会	第2 月曜日 9:00～12:00	本会は囲碁を通じて、会員相互の親睦を図り、技量を高めることを目的とする。	
将棋	宝塚将棋同好会	毎週月～金曜日 12:00～17:00	将棋を通じ、会員の親睦と棋力の向上を図り、フレミラ宝塚の世代間交流活動に参加協力をする。	○

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(2) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
将棋	宝塚将棋火曜の会	第2, 4 火曜日 9:00～12:00	将棋に興味のある方が自由に参加して、将棋の輪、人の和を広げていく。	○
社会貢献	づか塾2期会	随時	健康で楽しい第二の人生とするため、互いに支えあい、色々なテーマについて学習する。	経験者のみ
	若年認知症支援連絡会 ひよこの会	随時	若年性認知症の人の居場所づくりと家族の交流、情報共有を深める。	○
	づか塾4期会	随時	課外活動として、ハイキング及び社会見学や、会員の体験発表、又親睦の為の食事会など。	経験者のみ
	ikゼミ委員会	随時	いきいきシニアゼミナールの活動(学習・社会貢献等)打ち合わせ事項の審議を行う。	
	づかQクラブ	随時	会員の親睦を深め、づか塾で修得した精神を活かすため地域への貢献に寄与するための活動。	経験者のみ
謡曲	錦謡会	第1, 3金曜12:00～14:30 第2, 4金曜12:00～17:00	観世流謡曲の習熟に努め、会員相互の親睦を図る。	○
	織謡会	随時	観世流謡曲の練習。	経験者のみ
	和謡会	第1, 3 木曜日 12:00～17:00	謡曲技能の向上に努め、能楽知識の涵養に資し会員相互の親睦を図るを目的とする。	経験者のみ
詩吟	吟寿会	第2, 4 水曜日 12:00～14:30	吟詠を通じて会員相互の親睦を図り、楽しく和を大切に力いっぱい声をだし健康維持を計る。	経験者のみ
	宝塚好吟会	第1, 3 木曜日 12:00～17:00	詩吟の吟詠を通じて会員の健康増進と教養を高め、会員相互の親睦をはかる。	○
	若葉吟詩会	第2, 4火曜 9:00～12:00 第1, 3水曜 9:00～12:00	この会は詩吟を通して会員相互の和と健康を図り大声を出す事による心の豊かさを保つ。	○
	詩吟愛好会	第2, 4 火曜日 12:00～17:00	詩吟を通じて会員相互の親睦をはかり健康増進と教養を高めることを目的とする。	経験者のみ
	まどか吟同好会	第2, 4 木曜日 9:00～12:00	会員の親睦を図り、健康の増進と教養を高めることを目的としている。	○
	吟詠同好会	第1, 3 月曜日 12:00～17:00	吟詠歌謡も含め、楽しい練習と健康かつ明朗な生活と、会員相互の親睦を計る。	○
小唄	朋楽会	第2木曜, 第4火曜 12:00～17:00	この会は古典の伝統と教養を育む事を目的とする。	○
民謡・三味線	翠民謡同好会	第1, 3 金曜日 12:00～14:30	民謡を大きな声を出して、歌い、楽しむことにより会員の親睦と健康増進を図る。	経験者のみ
	みずき会	第2, 4 水曜日 9:00～12:00	民謡は心の故郷。全国各地の民謡を唄うことにより仲間との信頼友好を図り年齢を忘れさせる。	経験者のみ
	翠絃会	第1, 3 水曜日 12:00～14:30	民謡の三味線演奏の稽古と演奏会。	経験者のみ
	和楽会	第1, 3 水曜日 14:30～17:00	民謡を楽しみ会員相互の親睦を深め健康の増進を図り教養を高めることを目的とする。	経験者のみ
	翠松会	第2, 4 金曜日 9:00～12:00	民謡を楽しみ会員相互の親睦をはかる事を目的とする。	○
ウクレレ	アロハ・ウクレレ	第1, 3 木曜日 12:00～17:00	楽器演奏練習を通し、市民間交流と音楽理解を深め、奉仕演奏活動等により、社会貢献を目指す。	経験者のみ

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(3) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受け入れ
ウクレレ	ウクレレサークル キャンデスマイル	随時	ウクレレの練習を通じて同世代の仲間づくりを楽しんでいる。	
リコーダー	リコーダー アンサンブル	第1, 3 月曜日 11:00～13:00	リコーダーの練習を通じて音楽を楽しむ。	経験者のみ
ハーモニカ	クラブハーモニー	第4 木曜日 12:00～17:00	ハーモニカの練習と親睦を図るため。	
オカリナ	オカリナすみれ	第2, 4 金曜日 11:00～13:00	オカリナ演奏の基礎を学びながら会員相互の親睦を深め、ボランティア演奏を通して地域との結びつきを広げる。	○
	オカリナを楽しむ会	第1, 3 水曜日 11:00～13:00	オカリナの演奏を通して会員の親睦を深める。	○
合唱	カノールス・ディヴァ	第4 水曜日 12:00～17:00	合唱を通じて会員相互の親睦を計り、又唄うことによって健康増進も目的としている。	○
	宝国会	第2 火曜日 13:00～17:00	合唱活動を通じて、会員相互の親睦と交流を深め、文化的社会の実現に貢献すること。	○
	いずみコール	第1 月曜日 13:00～17:00	ラジオ体操、発声練習に始まり、楽しい世界の歌、日本の歌、やさしい合唱の練習もする。	○
シャンソン	ボンジュール・シャンソン	第1 木曜日 11:00～13:00	仲間達と一緒に生活の中にシャンソンを数多くの歌を皆さんと楽しんでいく為。	○
ボウリング	ヴォイス会	第1木曜 9:00～12:00 第3木曜 11:00～13:00	プロの指導者のもと、正しい発声法を学び、美しく内外の抒情歌を楽しく唄う。	○ 女性のみ
唱歌	童謡ほほえみ	第4 木曜日 12:00～17:00	幼いころに歌った思い出の多い童謡を季節に合わせて気の合った仲間と楽しく歌っている。	○
	うたいま唱歌 クラブ	第3 水曜日 9:00～11:00	唱歌の歴史を学び、楽しく歌う事で親睦を図り、大きな声を出す事で爽快感を満喫する。	経験者のみ
カラオケ	さざんかカラオケ	第1 月曜日 13:00～15:00	人と人のつながりと、ふれあいを通してやる。懐メロと新曲を楽しむグループ。	
	カラオケすずらん	第1 月曜日 9:00～11:00	カラオケを通じ、会員の親睦をはかり、心身の健康増進に努め、情報知識の交換で日常を豊かに。	
	すみれカラオケ	第2 木曜日 11:00～13:00	カラオケを通じて会員相互の親睦をはかり健康の増進と教養を高める事を目的とする。	
	花みずき	第1 水曜日 13:00～15:00	常に新曲に挑戦し、頭脳の活性化を計ると共に、会員相互の親睦を目指す。	
	ひばり	第3 金曜日 15:00～17:00	新曲にどんどん挑戦し、楽しくカラオケでうたいながら、会員相互の親睦計る。	
	カラオケ Song・Song	第2 火曜日 9:00～11:00	月2曲新曲を覚え、自分のものとし、自信をつけ、発声良く皆で楽しく、ボケ防止の為、健康増進。	
	ふじ同好会	第3 月曜日 13:00～15:00	カラオケを通じて会員相互の親睦をはかり健康の増進と教養を高めることを目的とする。	○
	売布カラオケ同好会	第2 木曜日 9:00～11:00	唄うことで健全な心と体を維持し、互いの友好を目的とする。	○
	カラオケ悠々	第2, 4 木曜日 9:00～12:00	新曲を中心に歌い、心身の健康増進と会員との親睦を図るものとする。	○
	歌友会	第1 木曜日 13:00～15:00	カラオケを通じ、会員相互の親睦をはかり、老化防止と健康増進を目的とする。	○

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(4) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
カラオケ	のじぎく	第1 水曜日 11:00～13:00	自分らしく、楽しく、唄う仲間と健康を保ち親睦をはかる。	
	ドレミ会	第2 金曜日 9:00～11:00	カラオケを通して会員の健康増進と親睦をはかり歌唱力の向上を目指す。	
	麦笛	第1 金曜日 13:00～15:00	カラオケを通して会員相互の親睦を計ると共に、健康で楽しい人生を目標とする。	
	歌笑会	第4 木曜日 15:00～17:00	会員相互の親睦と、歌謡曲を学習、練習することにより、認知症予防に努めている。	○
	カトレア	第3 月曜日 15:00～17:00	カラオケを通じ人、健康と仲間意識をもって互助の精神と思いやり、生き甲斐を育てることを目的とする。	
	米谷カラオケ同好会	第4 水曜日 13:00～15:00	米谷婦人会会員で、歌の好きな人達が健康と親睦をかねて楽しく活動している。	
	好歌好会	第4 木曜日 13:00～15:00	カラオケを通じ、会員相互の理解と親睦を図り、健康の維持と増進に努め、教養を高めること。	○
	あかつき	第4 木曜日 11:00～13:00	大きな声を出して健康増進をはかることと、会員相互の親睦を深めることに努める。	
	宝塚C. S同好会	第4 水曜日 11:00～13:00	カウンセリングの学習と実践活動の情報交換及び唄を通じて友の輪を広げ人間性を高める。	○
	スマイル	第3 水曜日 11:00～13:00	歌を唄う楽しさ、お互いの健康に心からスマイル、今年も元気で明るく練習しましょう。	
	好演歌会	第2 木曜日 15:00～17:00	カラオケを通じて、仲間の親睦を図ると共に、健康維持を目的とする。	
	くれない	第1 月曜日 11:00～13:00	カラオケを通じ会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高めることを目的とする。	経験者のみ
	春風	第4 金曜日 15:00～17:00	カラオケを通じて会員相互の親睦をはかり、楽しく健康維持を目的とする。	
	すずめクラブ	第1 木曜日 11:00～13:00	声を出して皆で楽しいひと時を過ごし、健やかに生きる。	○
	カラオケ水曜会	第2, 4 水曜日 9:00～12:00	カラオケを通じて会員相互の親睦を図り健康の増進と教養を高めることを目的とする。	経験者のみ
	カラオケ四季	第3 木曜日 9:00～11:00	会員一同の健康のため、親睦をはかり、楽しく唄っていきいたいと思う。	経験者のみ
	涼風	第2 金曜日 11:00～13:00	カラオケを通じて新曲にチャレンジ、会員の健康と親睦を深める。	
	マロニエ	第4 月曜日 11:00～13:00	主に、シャンソン、ポップス等を楽しく歌い、会員相互の健康維持と親睦を図る。	経験者のみ
	カラオケばら	第3 水曜日 15:00～17:00	カラオケを通じて、会員相互の親睦をはかり健康の増進と教養を高めることを目的とする。	
	宝塚アルファー会	第1 木曜日 15:00～17:00	カラオケを通じて会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高める。	
コスモス	第2 水曜日 11:00～13:00	楽しく唄って、元気に生きる。	○	
ハッピー同好会	第2 水曜日 13:00～15:00	楽しく、元気で長生きをモットーに、会員どうしの親睦を図るものとする。		

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(5) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受け入れ
カラオケ	輪の会	第4 火曜日 11:00～13:00	歌の練習と、会員相互の情報交換及び親睦を深めることに努める。	
	ルンルンカラオケ	第4 火曜日 15:00～17:00	いろんなジャンルの歌を楽しく唄っている。	○
	仲良し会	第2 金曜日 13:00～15:00	いつも楽しく新曲を覚えて大きな声で唄わせていただいている。ストレス解消の場である。	
	小菊	第3 木曜日 11:00～13:00	音楽を通じ健康と親睦を図る為カラオケをする。	
	のぞみ	第2 水曜日 15:00～17:00	皆で楽しくカラオケを唄って親睦を深め、健康維持にも役立てたい。	
	カラオケ同好会 ヴィオラ	第2 水曜日 9:00～11:00	唄うことにより会員相互の親睦と心身の健康を保つことを目的とする。	○
	カラオケ 笑美会	第3 水曜日 13:00～15:00	皆、年なので、声をだして健康を保つため。	○
	カラオケ友の会	第4 金曜日 13:00～15:00	町内、近隣の方々と好きな歌を通して、声を出し、健康を保ち、楽しくふれあいを持つ。	
	ロワール	第4 月曜日 13:00～15:00	主にシャンソン等を楽しみ唄い、歌の向上と共に会員相互の健康増進と親睦を図る。	経験者のみ
	カラオケ 五月同好会	第3木曜日 13:00～15:00	元気で楽しく、笑顔を忘れずにがんばるように。	経験者のみ
	唄フレンズ	第4 火曜日 9:00～11:00	「声出して笑顔で健康うた仲間、新曲と昭和歌謡が若さの秘訣」がモットーである。	
	カラオケ 恋のぼり	第1 木曜日 9:00～11:00	会員相互の親睦と、健康維持を目指し、楽しく活動する。	
	宝塚カラオケ愛好会	第4 水曜日 9:00～11:00	カラオケを通じ会員相互の健康、会員同志の親睦を深める事により、健康寿命の延長を意図する。	
	わかば会Ⅱ	第2 火曜日 13:00～15:00	楽しく歌って親睦と健康増進をはかる。	経験者のみ
	フカタグループ	第4 月曜日 9:00～11:00	なつかしい歌を大声で健康のために歌っている。	
	カラオケサンサン	第1 金曜日 15:00～17:00	カラオケ同好会会員と共に、音楽を通して相互の親睦を図り、仲良く楽しい一日を。	○
	メロディー	第3 金曜日 13:00～15:00	認知症予防、健康増進、親睦の為に楽しく歌っている。	
	フレッシュ カラオケサークル	第2 金曜日 15:00～17:00	歌を歌う事で健康維持、親睦、交流を計りたいと思う。	
	西ひばりが丘 K.O.K	第2 月曜日 13:00～15:00	元気に明るく楽しく唄い、歌唱力の向上を図り、より親睦を深める。	
R&チャチャ	第1 月曜日 15:00～17:00	色々なジャンルの歌を楽しみながら会員相互の親睦を図り、教養を高める事を目的とする。	○	
ピーチク、パーチク	第1 水曜日 9:00～11:00	これからの人生、歌と友によって前向きに楽しく、健康に過ごす為。		
舞踊	きく月会	第2, 4 金曜日 9:00～11:00	日本舞踊を習うことで、和の文化に親しみ、年2回の発表会励みになっている。	○ (女性のみ)

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(6) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
舞踊	ことぶき会	第2, 4 水曜日 9:00～14:30	健康を保つ為。	○
	舞の会	第2, 4 水曜日 9:00～11:00	この会は舞踊を通じて会員相互の親睦をはかり、健康を保持し、芸能大会などに参加。	○
社交ダンス	ステップさつき	第2, 4 火曜日 9:00～11:00	社交ダンスを通じて、頭脳や筋力の老化を予防し、男女が楽しく活動し生きる力を助長する。	○
	シャドー会Ⅱ	第2火曜 11:00～13:00 第4火曜 13:00～15:00	社交ダンスのレッスンを通じ、健康で楽しい老後の生活に助する。	経験者のみ
	プロムナード	第1水曜 9:00～11:00 第2水曜 9:00～12:00	ダンスの正しい知識と基礎を学びきれいなダンスを目指し、会員の健康と親睦をはかる。	○
	ルビー	第1, 3 金曜日 13:00～15:00	社交ダンスを通じて健康増進をはかり、相互のはげましと、おもいやりによって親睦を育む。	○
	ゆうゆうダンスクラブ	第2, 4 月曜日 9:00～12:00	生涯スポーツとしてダンスを愛好し、明日への活力とし、健康増進をはかる。	○
	ひまわり 社交ダンス	第1, 3 月曜日 9:00～12:00	健康を通して会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高めることを目的とする。	○
	セルリア	第2金曜日 15:00～17:00 第4木曜日 13:00～15:00	社交ダンスの基本を大切に、姿勢を正して美しく踊ること、またパーティなど親睦を図る。	○
	社交ダンス さくら会	第2, 4 木曜日 15:00～17:00	社交ダンスを通して、会員相互の親睦と健康の増進を図る。	○
	ヴィーナス	第1, 3 木曜日 15:00～17:00	社交ダンス	
	メモリー	第2, 4 木曜日 11:00～13:00	社交ダンスの基本を忠実に、姿勢を正して美しく踊ること、パーティ等親睦を図る。	○
	ダンスサークル トワ・エ・モア	第2, 4 木曜日 9:00～11:00	社交ダンスを通じて会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高める。	○
	フラダンス	第2, 4 金曜日 13:00～15:00	フラダンスをして健康増進をはかる。会のモットーは皆仲良く、明るく、楽しく。	○
フォークダンス	第1, 3 木曜日 13:00～15:00	フォークダンスを通じて、健康増進と会員相互の親睦を図り、明るい生活をする。	○	
書道・ ペン習字	あおば会	第2 金曜日 9:00～12:00	書道・ペン習字の習熟研鑽を積み、教養を高め、会員相互の親和を図る。	○
	あじさい会	第4 火曜日 9:00～12:00	書道を通じて会員相互の親睦を図り、健康の増進と教養を高める。	○
	金習会	第1 金曜日 9:00～12:00	この会は、習字を通して、会員相互の教養を高め、親睦をはかる。	○
	木二会	第2 木曜日 12:00～14:30	ペン習字と毛筆かなの演習、会員相互の教養高上、、親睦をはかる。	○
	月翠会	第2 月曜日 12:00～14:30	先生の指導の許に書道(漢字、楷書、行書、かな)について、各人の技能向上を目標に練成する。	○
	三金会	第3 金曜日 12:00～14:30	ペン習字研修を通じて、皆様と親睦を図、楽しく併せて健康で老化防止を目指す。	○
	書道友の会	第2 月曜日 9:00～12:00	月一回の書道の稽古に励みつつ会員間の交流懇親を深めている。	○

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(7) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
書道・ペン習字	恵友会	第2, 4 木曜日 9:00～12:00	書道を通じて、会員相互の親睦をはかり、友愛を大切に書技の向上をめざす。	○
	金翠会	随時	ペン習字の各人の技能向上と教養を高め、会員相互の親睦を深める。	○
俳句	福寿句会	第2 水曜日 12:00～17:00	会員の親睦と勉強会、初心者の入会を歓迎する。	○
	やよい句会	第3 月曜日 12:00～17:00	各自が作ってきた俳句の選句鑑賞、及び先生の指導を通して、教養を高め豊かな情操を養う。	○
	宝塚俳句会	第4 木曜日 12:00～17:00	俳句によって季節の移ろいや心の有様を友映できる様に仲間同志、楽しく勉強している。	○
短歌	短歌薫風	第2 木曜日 12:00～17:00	会員相互の親睦と教養のため。	○
	逆瀬川短歌会	第2 水曜日 12:00～17:00	アララギ派先生の指導のもと各自作品を歌評しあい、先生の添削を受け作歌の向上に努める。	○
文学	サロン・ド・青	随時	文学を通して美しい日本語を学ぶ。	
絵画	ジーヴァ	第2, 4 火曜日 12:00～17:00	絵画の制作を通じて、会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高める。	○
	宝塚デッサン	第2, 4 金曜日 9:00～14:30	第2金曜日はプロのモデルを描画、第4金曜日は会員相互のクロッキーと自由描画に励む。	○
	絵の会	第2, 4 月曜日 12:00～17:00	絵手紙、水彩画。	○
	宝和洋画会 A組	第1, 3 水曜日 9:00～14:30	初心者からベテランまで油絵・水彩画・パステル画など風景・静物・人物画など上達をめざす。	○
	宝和洋画会 金曜教室	第2, 4 金曜日 9:00～14:30	人物写生、野外写生、モチーフ等を見ての写生等を通して、絵を描く趣味を楽しむ。	○
	宝彩会	第2, 4 火曜日 12:00～17:00	絵を通して新しい自分の発見を、楽しく絵を描くことにより、相互の親睦を計る。	○
	ふれみ絵画	第1, 3 木曜日 9:00～12:00	絵画の知識と基礎を実技で学び、絵画レベルの向上と会員相互の親睦をはかる。	○
	山ぼうしの会	第1 金曜日 12:00～17:00	水彩画を楽しく描き、生活にとりいれ、会員相互の親睦をはかる。	
	宝塚ヴィオラ 絵画クラブ	第2, 4 水曜日 12:00～17:00	デッサン、パステル、水彩、色鉛筆等による絵画制作と作品展での作品発表。	○
	日本画の会	第2 金曜日 12:00～17:00	日本画を通して干支や四季折々の草花を楽しみ、生物や風景を心静かに描くもよし。	○
墨彩画	うしお会	第1, 3 水曜日 9:00～12:00	講師指導による墨彩画の技量向上を通じて教養を高め会員相互の親睦を図る。	○
	彩花会	第1, 3 木曜日 14:30～17:00	墨彩画の学習を通して高齢者相互の親睦を深め、健康で明るい街づくりに努める。	○
	宝塚彩花会	第1, 3 水曜日 14:30～17:00	先生の指導のもと、墨彩画の画技向上と会員相互の親睦をはかる。	○
	米谷彩花会	第1, 3 水曜日 12:00～14:30	・月2回の墨絵、墨彩画。・フレミラ秋まつりに出展。 ・各種研修会。・会費内での親睦会。	○

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(8) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
墨彩画	喜楽会	第4 月曜日 12:00～17:00	墨で風景画を描く。墨彩画の習得を目指し画展に参加する。	○
絵手紙	絵手紙同好会	第1, 3 木曜日 9:00～12:00	絵手紙の育成技術の修得と、観賞能力の育成。人と人の出会いの大切さを学ぶ。	
	うさぎの会	第4 火曜日 12:00～17:00	絵を描く楽しみと集まった人達との親睦、楽しい時間を過ごしたい。	
押し花	花の環	第3 木曜日 9:00～12:00	会員相互の親睦と健康維持を目指し、花の様に仲良く活動する。	○
折り紙	折り紙同好会	第4 木曜日 9:00～12:00	共に楽しく折り紙を習い、その輪の中で互いに親睦を重ね、明るい日々を送る事をめざす。	経験者のみ
手芸	りんどう同好会	第1, 3 月曜日 9:00～12:00	作るよろこび、贈る幸せ、使う楽しさを目的とする。	○
	むつみ会	第1, 3 水曜日 9:00～14:30	一般に手工。主にパッチワークで作品を仕上げる。	
	どんぐりクラブ	第1, 3 金曜日 9:00～17:00	小物づくりを通じて親睦を計る。	○
	華の会	第1月 9:00～12:00 第3金 9:00～17:00	パッチワークを通して充実した時を過ごしなが、作品を作り、親睦をはかる。	
	パッチワーク ダリア	随時	親睦をはかる為。年齢を重ねても楽しく、みんなで考えを話し合う。	○
	マーメイド	随時	手工芸の趣味を持つ仲間と親睦をはかり、自分自身の技術の向上をめざしたい。	経験者のみ
	リフォームを 楽しむ会	随時	リフォームを通じて、親睦を図る。	○
花	ほほえみの フラワーアレンジメント	第3 金曜日 14:30～17:00	四季の花のアレンジメントを通じて、会員相互の親睦をはかり健康の増進と教養を高める。	○
麻雀	ブルースカイクラブ	第1, 3 金曜日 12:00～17:00	楽しい麻雀を通じて会員相互の親睦を深める。	経験者のみ
	さくら会	第1, 3 木曜日 12:00～17:00	麻雀を通じ会員相互の親睦を図ると共に、頭脳及び手指を使うことにより老化防止を図る。	経験者のみ
	若雀会	第1, 3 月曜日 12:00～17:00	健康麻雀を通して老化防止に努めると共に相互の親睦を深め、教養を高めていく。	経験者のみ
	フェニックス	第2, 4 月曜日 12:00～17:00	麻雀を通じて知り合えた人達と心の交流を図り楽しみながらストレスの解消を目指したい。	経験者のみ
	楽々クラブ	第2 火曜日 12:00～17:00	麻雀を通じて会員相互の親睦をはかり、ゲームを楽しみ脳の活性化を期待している。	
	ポインセチア	第2, 4 木曜日 12:00～17:00	麻雀を楽しみ、会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高めることを目的とする。	
	なでしこ	第1 月曜日 9:00～17:00	麻雀を通して親睦を深め、指と頭の体操をしている。	
	やまびこ会	第2, 4 月曜日 12:00～17:00	麻雀を通じて会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高めることを目的とする。	経験のみ
	ゲームクラブ	第2, 4 水曜日 9:00～12:00	皆で楽しく親睦を深めるため。	○



宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(9) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
麻雀	星クラブ	第2 火曜日 9:00～17:00	麻雀によって、楽しく相互親睦をはかる。	
	大三元	第1, 2, 4 木曜日 12:00～17:00	明るく、楽しく元気で人生を過ごす。	
	ひつじ会	第1, 2, 3, 4 月曜日 9:00～12:00	健康麻雀を通じて会員相互の親睦を図る。	
	みっちゃんの会	第1, 3 月曜日 12:00～17:00	麻雀の同好会	
	健康麻将 同好会宝塚市	第2 金曜日 12:00～17:00	日本健康麻将協会の推奨ルールおよびマナー、十カ条を遵守し、健康増進と教養を高める。	○
	ジャン友	第4 水曜日 12:00～17:00	麻雀を通じ、友情を深め、老化防止に努め、ワイワイガヤガヤ、気楽に愉快地に麻雀を楽しもう。	
	28麻雀同好会	随時	麻雀を通じて会員相互の親睦をはかり健康の維持増進と教養を高めることを目的とする。	
かるた	宝塚かるた同好会	随時	小倉百人一首を通じて、相互の親睦と、ぼけ防止等、健康増進と教養を高める様努めている。	○
陶芸	宝塚寿陶会A組	第1, 2, 3, 4 月曜日 9:00～17:00	陶芸を趣味として会員相互の作陶技術の向上と親睦を図り、社会的活動に協力する。	経験者のみ
	宝塚寿陶会B組	第1, 2, 3, 4 水曜日 9:00～17:00	陶芸活動を通し、会員の親睦を図り、併せて陶芸技術の習得と作品鑑賞力の向上を図る目的。	経験者のみ
	宝塚寿陶会C組	第1, 2, 3, 4 金曜日 9:00～17:00	陶芸を趣味として、会員相互の作陶技術の向上と親睦を図り、社会的活動に対する意欲を培う。	経験者のみ
	宝塚寿陶会D組	第1, 2, 3, 4 木曜日 9:00～17:00	陶芸活動を通し会員の親睦を計り、併せて陶芸技術の習得と作品鑑賞力の向上を図る目的。	経験者のみ
ボランティア	収集ボランティア つどい	第2 火曜日 9:00～14:30	古切手、各種カードを整理し「お誕生ありがとう」本部へ。七夕飾り用こよりを市内施設に寄贈。会食会。	○
	かなりやの会	第1, 3 水曜日 12:00～17:00	市内高齢者施設8～9ヶ所を毎月訪問し、利用者の皆様と童謡・唱歌等を歌う活動をしている。	○
	手芸サークル 花の集い	第1, 4 金曜日 12:00～17:00	生活小物子供服を手作り出来た作品を、施設に贈ったりバザーに出店収益を寄付する。	経験者のみ
親睦	扇会	第2, 4 火曜日 9:00～12:00	身近な物の旬を見つけて、その時に感じた言葉を添えてはがきに描く。	
	虹の会	随時	健康推進の学習を通して会員相互の親睦をはかり、健康の増進と教養を高める。	経験者のみ
	ういろう会	第2, 4 木曜日 9:00～12:00	朗読を通じてメンバーの健康増進と親睦を図る。	経験者のみ
	マドンナの会	第3 水曜日 9:00～12:00	各自の得意な事を教え合ったりして親睦を図り楽しく活動している。	
	スタートの会	第1月曜 12:00～17:00 第3月曜 9:00～14:30	パソコンを通して自己研鑽をなし、野外活動及び文化的趣味等で親睦を計り健康推進と教養に励む。	
	いきいき会10	随時	種々の活動を通じて、会員相互の親睦を計り、健康の増進と教養を高めることを目的とする。	
	認知症予防ゲームの会	第2, 4 木曜日 14:30～17:00	認知症予防ゲームを明るく、頭を使って、諦めないで実施する会。	○

宝塚市立老人福祉センター同好会一覧表(10) 宝塚市立老人福祉センターTel,0797-85-3861(平日 月～金曜日9時～17時)

※活動日、会員受け入れの有無は変更することがあります。詳しくは老人福祉センターに同好会の連絡先をお問い合わせください。H29年4月

	同好会	活動日	活動内容	会員受入れ
親睦	青春イレブン	第1, 2, 3木曜日9:00～12:00 第4木曜日 12:00～14:30	様々な脳トレに依り、会員相互の老化防止を図り、且つ地域社会に貢献出来る活動を行う。	
	宝塚三語情報愛好会	第4 水曜日 9:00～17:00	宝塚元祖の三語情報を学習、研修して、宝塚市の魅力を研究し合うことを目的とする。(福祉活動を主体として)	○
	環境12期会	随時	環境自然及びボランティア活動を通じて、会員相互の親睦と健康増進を目的とする。	
	輝きの会	第2 木曜日 9:00～12:00	会員相互の親睦のため、運動やいろいろな事を学び、老後に向けて脳の活性化と体力を養う。	
	づか塾10期生同好会	随時	会員間の連携を密にし、また定期的に団体活動を行うなど会員相互の親睦と研さんを図る。	経験者のみ
	づか塾7期会	第2, 4 火曜日 9:00～12:00	会員相互の親睦と仲間作り、教養文化向上や心身の健康向上を図る事を目的とする。	
	チャレンジ13	第3 木曜日 12:00～14:30	個々の特技を生かし、健康と脳活、ふれあいを通じて豊かな活動を目的としている。	
	健康13期「ひとみ会」	随時	班編成をし輪番にて、主として健康について人生経験を生かした啓発を相互に行う。	○
パソコン	パソモ君	第1, 2, 3 水曜日 12:00～17:00	パソコンを通じて会員相互の親睦をはかり健康の増進を高めることを目的とする。	○
	パソシエ	第1, 2, 3 木曜日 12:00～17:00	パソコンの勉強	○
映画	Cクラブ	第1 水曜日 14:30～17:00	なつかしい名画は、見るたびに、若かった昔に帰り、新たに生きていく力が得るように思う。	○