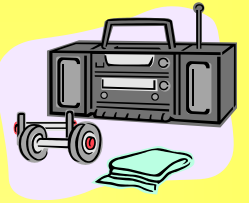




学びの駅
ふぁみりあ

令和3年度版

2021年4月発行



サークル・自主グループ会員募集

ふぁみりあでは、定期講座を終了した人や同じ目的をもった人のグループが多数活動しています。

仲間になって楽しく活動をしてみませんか。

まずは体験・見学を！

体験される方は、材料代が必要なサークルもありますので事前にお申込みください。

- 会場はいずれもふぁみりあ。
- サークル・グループは自主運営ですので、必要経費は会員の負担になります。
- 運動系に参加の際は、運動のできる服装でお越し下さい。
- マスクの着用をお願いします。

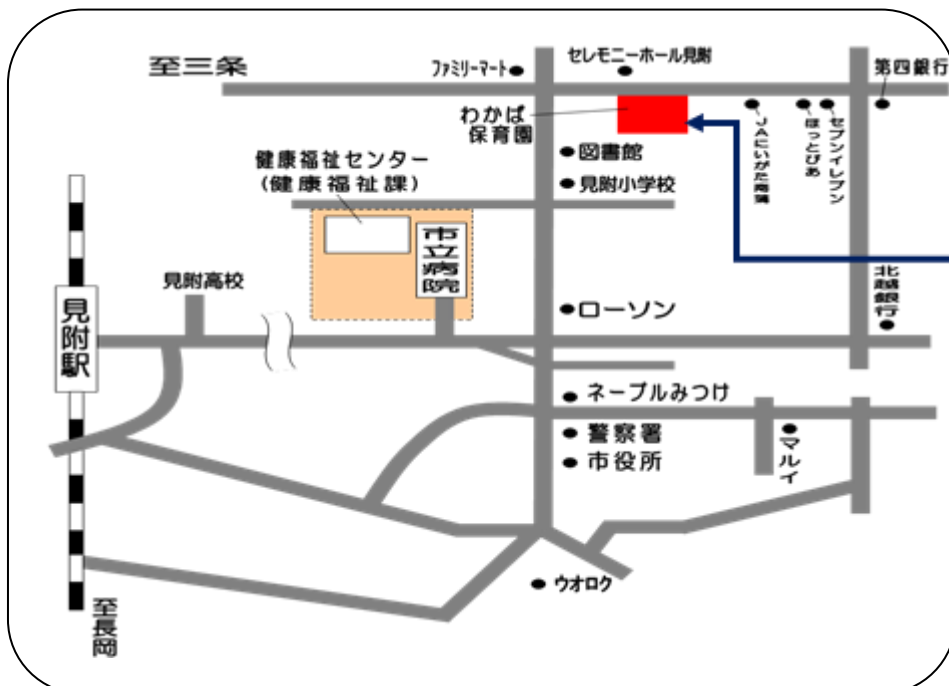


申込み・問合せ ふぁみりあへ (Tel 0258-62-1915)



指定管理者制度導入により、平成17年10月から“ふあみりあ”を管理運営している
NPO法人「生き生き企画」です。

楽しくためになる、魅力ある自主事業の展開や、利用しやすい施設運営をめざし、
「この街にふあみりあがあってよかった」
と皆様から思っただけのよう日々運営に努めております。
皆様のたくさんのご利用お待ちしております。



見附市勤労者家庭支援施設
ふあみりあ
見附市学校町
1-3-70
TEL.0258-62-1915
指定管理者
NPO 法人
生き生き企画

サークル名		活動日	時 間	持ち物・その他
華道・茶道	草月木曜（華道）	木曜か金曜（月2回）	18:00~21:00	花バサミ、ゴミ袋
	池坊水曜（華道）	水曜日（月2~3回）	18:00~19:30	花バサミ、ゴミ袋、花を持ち帰る袋
	フラワーアレンジサークル	月曜日（第2）	19:00~21:30	花バサミ、ゴミ袋
	フラワーサークル「アン」（フラワーアレンジ）	金曜日（毎週）	10:30~12:00	花バサミ、ゴミ袋、新聞紙
	茶の湯は楽し：宗徧流	水曜日（第2,4）	13:00~16:30	白いソックス ※扇子、袱紗等はあとからで良いです。
	一步の会：裏千家	金曜日（第1,3）	18:00~20:30	白ソックス
手芸・書道	編物	木曜日（第1,3,4）	19:00~21:00	編物道具（毛糸、編針 等）
	洋裁	金曜日（毎週）	13:00~17:00	裁縫道具、布
	キルト・B e e（パッチワーク）	月曜日（第1,3）	9:30~11:30	裁縫道具、方眼紙、布、定規
	木目込み	水曜日（第1,3）	19:00~21:00	お持ちの方は両べら、目打ち、小バサミ、木工ボンド、布ふきん
	つまみ細工	火曜日（第1,3）	10:00~12:00	お手拭き（濡れタオル） 作品持ち帰り用の小箱
		木曜日（第1,3）	13:00~15:00	
絵手紙サークル山ぼうしの会	木曜日（第1）	9:00~12:00	線書き筆、彩色筆、墨、硯、梅皿、筆洗い、顔彩、下敷き	
軽運動	養生気功の会	金曜日（毎週）	9:30~11:00	運動靴、ヨガマットかバスタオル
	優々太極拳	火曜日（毎週）	10:00~11:30	運動靴、ヨガマットかバスタオル
	りらくす太極拳	月曜日（毎週）	19:00~20:30	運動靴、ヨガマットかバスタオル
	らくちん太極拳	木曜日（毎週）	13:30~15:00	運動靴、ヨガマットかバスタオル
	ムーヴ	火曜日（毎週）	20:00~21:00	運動靴、バスタオル、飲み物
	ゆうゆうダンベラース（ダンベル）	水曜日（毎週）	10:00~11:00	運動靴、バスタオル、飲み物、ダンベル（なくても可）
	優々ダンベル（ダンベル）	金曜日（毎週）	10:00~11:00	運動靴、バスタオル、飲み物
	エアロビサークル水曜日	水曜日（毎週）	20:00~21:00	運動靴、バスタオル、飲み物

軽運動	ふぁみりあ ZUMBA サークル (ズンバ)	木曜日 (毎週)	19:30~20:30	運動靴、タオル、飲み物、ヨガマットかバスタオル
	生き生きエアロビ	土曜日 (毎週)	19:30~20:30	運動靴、バスタオル、飲み物
	美-nus (骨盤体操)	火曜日 (第2,4)	19:30~21:00	ヨガマットかバスタオル、飲み物
	ボディケアサークル (ストレッチ)	火曜日 (毎週)	10:30~12:00	ヨガマット、飲み物
	ヨーガサークル	月曜日 (第1,2,3)	10:00~11:00	バスタオル
	楽ヨガ	火曜日 (月4回)	14:00~15:00	ヨガマット、飲み物、ひざ掛け
	すどれっちヨガ	金曜日 (月4回)	18:15~19:30	ヨガマット、飲み物、ひざ掛け
	KULKUE 夜ヨガ	火曜日 (毎週)	18:40~19:40	ヨガマット (代理購入可)、飲み物、ひざ掛け
	KULKUE メンズヨガ	金曜日 (第2,4)	19:30~20:30	ヨガマット (代理購入可)、飲み物、ひざ掛け
	あやめサークル (卓球)	土曜日 (毎週)	15:15~18:00	卓球ラケット、運動靴
	卓好会20 (卓球)	日曜日 (毎週)	13:00~16:00	卓球ラケット、運動靴
ダンス・音楽	フラサークル ティアレ (フラダンス)	水曜日 (第1,2,3)	18:30~19:30	パウスカート (貸出可)、飲み物
	Sundari ベリーダンス (ベリーダンスエクササイズ)	日曜日 (第1,2,3)	9:00~12:00	タオル、飲み物
	聡和会 (お箏)	金曜日 (第1,3)	10:00~12:00	お持ちの方は箏爪、楽譜
	フルーツ・アンサンブル・エデン	月曜日 (月4回)	13:00~16:00	フルーツ、譜面台
	ウクレレ ふぁみりあ	水曜日 (第1,3)	14:00~16:00	ウクレレ
ギター ふぁみりあ (クラシックギター)	火曜日 (第1,3)	19:00~21:00	クラシックギター	
学習・その他	音声訳朋の会	月曜日 (第1,3)	13:30~16:00	筆記用具
	つながりの輪 (障がい者の会)	日曜日 (第1)	14:00~16:00	
	そば打ち同好会	水曜日 (第4)	9:00~13:30	エプロン、三角巾、持ち帰り用タッパ

※活動日、時間は変更になる場合があります。くわしくは、ふぁみりあまでお問い合わせください。

申込み・問合せ ふぁみりあへ (Tel 0258-62-1915)