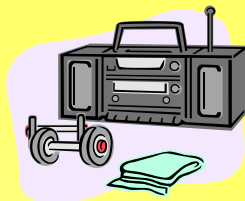




学びの駅
ふぁみりあ

令和8年度版



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。

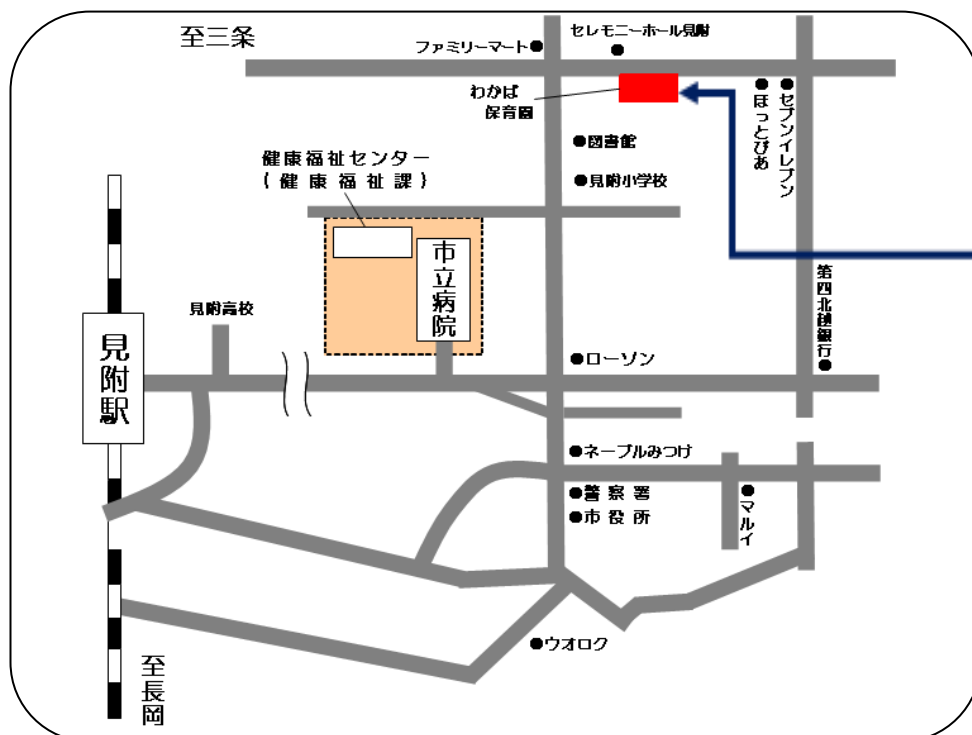
- 会場はいずれもふぁみりあ。
- サークル・グループは自主運営ですので、必要経費は会員の負担になります。
- 運動系に参加の際は、運動のできる服装でお越し下さい。
- 風邪症状のある方、体調の優れない方は参加をご遠慮ください。



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“ふぁみりあ”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、
 「この街にふぁみりあがあってよかった」
 と皆様から思っただけのように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
ふぁみりあ
 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（華道） | 木曜日（月1～2回） | 18:00～21:00 | 花バサミ、ゴミ袋 花を持ち帰る袋 |
| | 池坊生花サークル（水曜） | 水曜日（月3回） | 18:00～19:00 | 花バサミ、ゴミ袋、新聞紙 花を持ち帰る袋 |
| | フラワーアレンジサークル | 月曜日（第2） | 19:00～21:00 | 花バサミ、ゴミ袋 ※初回のみ器代が必要 |
| | フラワーサークル「アン」 （フラワーアレンジ） | 金曜日（月2回） ※月により変更あり | 10:00～11:30 | 花バサミ、ゴミ袋、新聞紙 ※他に両面テープ、ホチキスなど |
| | 茶の湯は楽し：宗徧流 | 水曜日（第2,4） | 13:00～17:00 | 白いソックス ※お持ちの方は、ふくさ、扇子 |
| | 一步の会：裏千家 | 金曜日（第1,3） | 18:00～20:30 | 初回は持ち物不要 |
| 手芸・書道 | 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、生地 |
| | 木目込み | 水曜日（第1,3） | 19:00～21:00 | |
| | つまみ細工 | 火曜日（月2回） | 10:00～11:30 | おしぼり、作品持ち帰り用の 小箱 ※参加費200円の他に 材料費500円程度必要 |
| | いろはの会（書道） | 月曜日（第2,4） | 13:00～17:00 | 習字道具一式 |
| | 絵手紙サークル山ぼうしの会 | 木曜日（第1） | 9:00～12:00 | ※道具の貸出あり |
| | ワイヤークラフトサークル | 水曜日（第3） | 9:30～11:30 | |
| 軽運動 | 養生気功の会 | 金曜日（毎週） | 9:30～11:00 | ヨガマットかバスタオル 運動靴、動きやすい服装 |
| | 優々太極拳 | 火曜日（毎週） | 10:00～11:30 | ヨガマットかバスタオル 運動靴、動きやすい服装 |
| | りらくす太極拳 | 月曜日（毎週） ※1,2月は冬休み | 19:00～20:30 | ヨガマットかバスタオル 運動靴、動きやすい服装 |
| | らくちん太極拳 | 木曜日（毎週） | 13:30～15:00 | ヨガマットかバスタオル 運動靴、動きやすい服装 |
| | ムーヴ：筋トレ、ストレッチ | 火曜日（毎週） | 20:00～21:00 | ヨガマット、運動靴、飲み物 |

| | | | | |
|--------|-------------------------|-------------|-------------|---|
| 軽運動 | シニア体操ゆうゆう | 水曜日（毎週） | 10:00~11:00 | ヨガマットかバスタオル 運動靴、飲み物 |
| | 美 - nus | 火曜日（第2,4） | 19:00~20:30 | |
| | ボディーケアサークル ：ボディーケア体操 | 火曜日（毎週） | 10:00~11:30 | ヨガマット、飲み物、タオル ※裸足で行います |
| | ヨーガサークル | 月曜日（第1,2,3） | 9:20~11:20 | バスタオル |
| | 夜ヨガサークル | 火曜日（毎週） | 18:40~19:40 | ヨガマット、飲み物、動きやすい服装（ジーンズNG） |
| | ラフターヨガ・トモワラ | 火曜日（第2,4） | 10:00~11:30 | 飲み物、動きやすい服装 |
| | 月曜エアロピクス | 月曜日（月4回） | 19:30~20:30 | ヨガマットかバスタオル、 タオル、シューズ、飲み物 |
| | 卓友会（卓球） | 金曜日（毎週） | 13:00~16:00 | シューズ、卓球ラケット 飲み物 |
| 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 | 動きやすい服装、飲み物 |
| | 美しいフラダンス見附 | 月曜日（月4回） | 14:00~17:00 | |
| | 峰の会ルピナス（大正琴） | 水曜日（第2,4） | 9:00~12:00 | 大正琴、筆記用具 |
| | フルート・アンサンブル・エデン | 月曜日（毎週） | 13:00~15:00 | |
| | ウクレレふぁみりあ | 水曜日（第1,3） | 14:00~16:00 | |
| 学習・その他 | 見附音声訳 朋の会 | 月曜日（第1,3） | 13:30~15:30 | |
| | 学びと遊びの2木会 | 木曜日（第2） | 19:00~21:00 | https://blog.goo.ne.jp/2moku |
| | 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 容器、マスク、材料費 3,000 円 ※出来上がったそばを各自持ち 帰り。 |

※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(TEL0258-62-1915)