

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
16	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	フィットネス ダンス	ストレッチ体操、体幹トレーニングで体力の向上を目標とする。仲間づくり。 入会金1,000円、会費月3,000円	高麗川公民館 第1~4木曜日 午後7時00分から午後9時00分まで	5
17	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	マイ・フィットネス	女性を対象とした健康体操(ストレッチ・有酸素運動等)。ボール・ベルト使用。 入会金1,000円、会費月2,000円	高麗川公民館 毎週金曜日 午前10時00分から正午まで	8
18	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	太極拳	気功 太極拳 太陽の会	気功と太極拳の練習。 入会金なし、会費月2,000円	高麗川公民館 第1~4木曜日 午前10時00分から正午まで	13
19	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	エアロビクス	エアロビクス ダンシングクラブ	エアロビクスを通じて会員相互の親睦をはかり、自己の体力向上に努めると共に「健幸のまち」づくりを目的とする。 入会金1,000円、会費月1,500円	高麗川公民館 毎週火曜日 午前11時00分から午後1時00分まで	15
20	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	3B体操	3B体操 スイートピー	音楽に合わせて誰でもできる体操です。無理せず全身を動かし皆さんとのふれあいを大切に地域に貢献していきます。入会資格:女性 入会金1,000円、会費月2,000円	高麗川公民館 毎週火曜日 午後3時00分から午後5時00分まで	12
21	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ヒップホップダンス	Beastyz	ヒップホップダンス 初級クラス 入会資格:ダンス経験者又は中学生以上 入会金なし、会費1回500円と部屋代相当分	高麗川公民館 毎週土曜日(月4回) 午後6時10分から午後7時00分まで	7
29	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	格技	居合道	習いの会	居合道の型の稽古と体力作り運動 入会資格:中学生以上 入会金、会費なし(部屋使用料は参加人数割り)	高麗川公民館 毎週日曜日(不定期に水・金も) 午前10時から午後1時まで(午後4時から午後6時の時もあり)	6
30	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ヒップホップダンス	BEASTYZ KIDS	5歳~小学生のヒップホップダンス(入門) 入会金なし、会費1回500円と部屋代相当分	高麗川公民館 毎週土曜日 午後5時00分から午後6時00分まで	10
31	高麗川	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	ソフトボール	日高市ソフトボール協会	市長杯及び協会のソフトボール大会の実施、市及び公民館事業への協力 入会条件:原則として市内在住、在勤者18歳以上の男女 入会金なし、会費年20,000円(1チーム)	総合公園野球場、横手台GD、太平洋セメント 毎週日曜日 午前8時00分から午後5時00分まで	519
13	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体育・スポーツ・レクリエーション一般	スポーツ吹矢	ふきや 吹矢サークル なごみかい 七五三会	スポーツ吹矢を通じて健康の維持と会員の親睦をはかると共に、地域スポーツの普及に努める。 入会金なし、会費月500円	高萩公民館 毎週火曜日 午前9時00分から午前11時00分まで	10
14	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	スマイル体操	音楽に合わせて、グーパー体操やパタカラ体操等の脳トレ体操で体をほぐし、ベルトを使用した体操やストレッチ、リズム体操、片足たち、スクワットを体調に合わせて、無理なく楽しく活動しています。 入会金2,000円、会費月2,000円	高萩公民館 毎週水曜日 午前10時00分から正午まで	12

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
15	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	スマイル体操 ラピス	健幸 ストレッチ、リズム体操、ベルト体操、バランストレーニング、骨盤矯正、正しい姿勢でのウォーキング等 入会金2,000円、会費月2,000円	高萩公民館 毎週木曜日 午前10時00分から正午まで	11
16	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	きさらぎ健康体操	脳トレ、ストレッチ ロコモ体操等楽しみながら筋力アップ日々の活動が積極的に出来るように 入会金なし、会費なし	高萩公民館 第2・4土曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	10
17	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	ヨガクラブ	指導者 堀江厚子先生のご指導を頂き月に2回ヨガの呼吸法やストレッチ等を学び、楽しく活動しています。 入会金なし、会費2,000円(3ヶ月)	高萩公民館 第1・3土曜日 午後2時00分から午後4時00分まで	22
18	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	3Bマドレーヌクラブ2	会員の健康増進とストレッチ技術の習得及び向上を目的とした活動。 入会金なし、会費月2,000円	高萩公民館 毎週金曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	17
19	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	太極拳	高萩太極拳クラブ	地域住民の健康増進、親睦を目的とし生涯学習の一環とし太極拳を楽しむ。 入会金なし、会費月1500円	高萩公民館 毎週水曜日 第1・4 午後1時00分から午後3時00分まで 毎週水曜日 第2・3 午後5時00分から午後7時00分まで 毎週木曜日 午後5時00分から午後7時00分まで	7
20	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	フォークダンス	日高フォークダンスクラブ	フォークダンス 入会金なし、会費年10,000円	高萩公民館 毎週木曜日 午前10時00分から正午まで	7
21	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	フォークダンス	日高フォークダンス <small>とも</small> 朋	フォークダンス 入会金なし、会費年額 その時に応じて、会場費に当てる為) (R7/4現在会員募集なし)	高萩公民館 毎月第1週木曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	6
22	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	フラダンス	カナニフラサークル	会員の健康増進とフラダンス技術の習得及び向上を目的とした活動、公民館文化祭等などの参加。 入会金なし、会費月2,300円 (入会条件)年齢65歳まで、但し経験者は除く。	高萩公民館 第1・3火曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	6
23	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	フラダンス	ハラウ ケアラニ アロハフラ ・ ピカケ	『明るく、楽しく、美しく』をモットーに家族のように和気あいあいとしたサークルです。2年に一度の発表会、地域イベント、ボランティアなど積極的に参加しています。 入会金なし、会費月1,000円	高萩公民館 第1・2土曜日 午後6時00分から午後8時00分まで	7
35	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	レクダンス	高萩健康クラブ	レクリエーションダンス、レクリエーション、フラダンス、健康体操など 入会金なし 会費月250円	高萩公民館 第1・3月曜日 午前10時00分から午前12時00分まで	22

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
37	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	フラダンス	フラサークル・レファ ラマ	フラダンス 入会金なし、会費月2,000円 (入会条件)成人女性	高萩公民館 第1・2・4火曜日 午後6時00分から午後8時00分まで	8
39	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	フラダンス	モアナフラ	フラダンスの練習 入会金なし、会費月約2,000円	高萩公民館 木曜日 午後7時00分から午後8時40分まで	12
42	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	けん玉	高萩健幸けん玉サークル	けん玉を通して、健康づくり 入会金500円、会費月500円 (R7/4現在会員募集なし)	高萩公民館 第2・4水曜日 午前10時00分から正午まで	14
46	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	阿波踊り	阿波踊り 兎乃月連	阿波踊り 入会金無し、会費月額 大人600円・子供300円 (小学生未満65歳以上無料)	高萩公民館 毎週金曜日 午後7時00分から午後10時00分まで	22
48	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	気功	薫風健身会	気功により健康の為の筋力・バランス・柔軟性の向上と ストレス解消とリラクセス効果を練功する。 入会金なし、会費月100円 (使用料は人数割りで支払う)	高萩公民館 月1回火曜日 午後1時00分から午後3時00分	7
49	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	3B体操 3Bアイリス	用具を使った健康体操 音楽に合わせて有酸素運動、柔軟性を高める運動、筋 肉づくり運動を行い、体づくりと健康増進に努めます。 入会金なし、会費年額 3か月 4,000円	高萩公民館 第2・第3水曜日 午後1時30分から午後3時00分	6
50	高萩	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体づくり	タヒチアンダンス	Hinano Ori Tahiti (ヒナノ オリ タヒチ)	日高市周辺のイベント出演やボランティア活動など。 (タヒチアンダンス) 入会金なし、会費月2,000円	高萩公民館 第1・3土曜日 (初級は火曜日月2回) 午後5時00分から午後7時00分	6
19	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	3B体操	3B体操マドレーヌクラブ	健康な身体づくりのための体操 入会金なし 会費月2,000円	高麗公民館 第1、2木曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	7
20	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	健康体操	しゃらの会	太極拳、ストレッチ、ヨガをおこなう。 入会金なし 会費月1,000円	高麗公民館 毎週水曜日 午後1時から午後3時00分まで	16
21	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	かわせみヨガの会	健康維持・体力増強のため、皆で楽しくDVDを見ながら 体を動かしています。 入会金なし 会費月150円	高麗公民館 毎週水曜日 午前10時00分から午前11時00分まで	11
22	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	かわせみ2	健康増進及び会員相互の親睦を図る。 入会金なし 会費なし(部屋代をその都度集金)	高麗公民館 毎週金曜日 午前10時00分から午前11時00分まで	6

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
23	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フラダンス	プルメリア	フラの練習をし、会員の体力維持、脳の活性、そして仲間作りと皆で楽しく踊り、活動しています。 入会金なし 会費月500円	高麗公民館 毎週金曜日 午前10時から正午まで	9
24	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	気功・太極拳	さくらの会	会員の健康増進と気功・太極拳の技術の習得及び向上を目的とした活動です。 入会金1,000円 会費月1,500円	高麗公民館 第1、2、3、4金曜日 午前10時00分から正午まで	17
25	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ピラティス	ピラティスの会	健康的な体力づくりと、体力維持を目的として活動しています。 入会金なし 会費1回500円	高麗公民館 毎週水曜日 午後7時00分から午後8時00分まで	14
26	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ボッチャ	ボッチャサークル	会員の健康増進と親睦をはかることを目的として活動しています。 入会金なし 会費月500円	高麗公民館 毎週月曜日 午前10時00分から正午まで	10
27	高麗	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ヨガ	るりの会	ヨガ、関節トレーニング 入会金なし 会費月500円	高麗公民館 第1、3月曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	21
16	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	スポーツ吹矢	スポーツウエルネス吹矢 サンゴの会	スポーツ吹矢の練習。月末に技量を競う月例会を開催。有志は県大会等に参加。スポーツ吹矢を通じて健康保持と会員相互の親睦を図る。 会費月500円	高麗川南公民館 毎週土曜日 午前9時00分から午前11時00分まで	8
17	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ゲートボール	高根ゲートボール愛好会	毎週火・金曜日にコートで練習試合。ゲートボールを通じて健康維持・体力づくり及び仲間との親睦を深める。高麗川地区大会へ参加。 会費年1,000円	高麗川南公民館 毎週火・金曜日 午前8時30分から11時30分まで	7
18	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	スマイル体操 STEPS	リズム体操、ベルトを使った体操、筋力・体幹トレーニング。コグニ体操、ストレッチ等pops'に合わせた行う。健康維持、増進、美しい身体作りの為の体操。 会費月2,000円 入会金2,000円	高麗川南公民館 毎週金曜日(月4回) 午前10時00分から正午まで	8
19	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	のびのび体操 たんぽぽ	ストレッチ、イスを使用して筋力の強化。手あそびで脳トレ、その他。 会費月1,500円 入会金1,000円	高麗川南公民館 毎週木曜日(月4回) 午後3時00分から午後5時00分まで	15
20	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	3B体操	3B体操 ひまわり会	健康維持のための体操。 会費月2,000円	高麗川南公民館 第1から第4月曜日 午前10時00分から正午まで	7
21	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	太極拳	高麗川太極拳サークル	文化祭などで学習の成果を発表する。 会費月1,100円	高麗川南公民館 第1から第4日曜日 午前10時00分から正午まで	16

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
22	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	エアロビ	いきいきエアロビサークル	エアロビやストレッチを通じて、健康の維持増進を図る。 会費1回500円 会場費半年毎1,000円	高麗川南公民館他 毎週水曜日 午前9時00分から午前11時00分まで	18
23	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ヒップホップダンス	BODY MOVIN' (ボディ・ムービン)	ヒップホップダンスの練習及びイベント等でのダンス発表。 会費年2,000円と月2,000円 入会金1,000円	高麗川南公民館 第1から第4金曜日 午後5時00分から午後7時30分まで	29
24	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フラ	ハーラウ・オ・レファ・オ・カラニ	健康のために、仲間との交流を図り、楽しみながらフラダンスの練習をする。イベントやボランティアの依頼があれば参加し、地域活動に貢献する。 会費月3,000円	高麗川南公民館 毎週土曜日 午後7時00分から午後9時00分まで	6
25	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フラ	フラサークル レイピカケ	定例活動。会員相互の親睦を図る。ボランティア活動(ケアホームの慰問など)。地域のイベント、文化祭等に参加。入会条件:女性 会費月2,300円 入会金1,000円	高麗川南公民館 毎週木曜日 正午から午後3時00分まで	12
26	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	レクダンス	日高健康レクダンスクラブ	健康、元気で生活するため、音楽を聞きながら体を動かすこと。 会費年2,000円と月1,500円	高麗川南公民館 第2・4木曜日 午前10時00分から正午まで	25
27	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ダンス	エクサダンス	心も身体も健康的で美しい女性を目指し、ストレス発散できるようなダンス、エクササイズ、ヨガ、料理、散策などを通じての女子力、人間力UP活動。20~40代の女性限定。 会費なし 会場費は参加者で割勘	高麗川南公民館 不定期	20
36	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	太極拳	日高太極拳クラブ	太極拳を通じ心身ともに健康になることを目的とし、会員相互の親睦をはかる。 会費月1,500円 別途負担金あり	高麗川南公民館 第1から4水曜日 午後7時00分から午後9時00分まで	8
37	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	体操	ロコモチャレンジ体操はつらつ	ロコモ予防、脳トレ、筋トレ、有酸素運動、仲間づくり。 会費月1,000円 入会金100円	高麗川南公民館 第1・2・4土曜日 午前9時00分から午前11時00分まで	7
40	高麗川南	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	モルック	モルックサークル	モルック競技の練習、試合。 会費なし	高麗川南公民館 毎週水曜日 午前9時00分から午前10時00分まで	7
23	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	ヨガクラブ Cの会	ヨガを学び会員相互のコミュニケーションをはかり、健康と体力向上を目指します。 入会金500円 会費年7,000円 入会条件、女性	高萩北公民館 第3・4火曜日 午前10時00分から正午まで	9
24	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	ヨガサークル パンブー	ヨガを通して柔軟性のある身体作りをめざして皆さん仲よく活動しています。 入会金500円 会費月800円 入会条件、女性	高萩北公民館 第3・4火曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	8

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
25	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	ヨガサークル フレッシュの会	ヨガ 入会金500円 会費月500円	高萩北公民館 第3金曜日 午前10時00分から正午まで	6
26	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	キラキラヨガ	ヨガを通して会員相互の親睦を図り、健康維持に努める。 入会金なし 会費月2,000円	高萩北公民館 第1・3月曜日 午前10時00分から午前11時30分まで	5
27	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	3B体操	3B体操ポルカ	音楽に合わせて、3B体操の道具を使用し、ストレッチ、筋トレ、ヨガ、ダンス等を行います。 脳トレーニングも兼ねて、体力向上を目指します。 入会金なし 会費月2,000円	高萩北公民館 毎週木曜日 午後1時30分から午後3時00分まで	11
28	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	身体の歪み調整	美骨体操	体操による健康増進を目指します。 入会金500円、会費月500円 会場使用料年額500円 (R7年4月会員募集していない)	高萩北公民館 第1・2月曜日 午前10時00分から正午まで	21
29	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	エアロビクス	美・エアロビクス	ストレッチ、エクササイズ等を通して美と健康の向上に努め、会員同士の親睦をはかります。 入会金1,000円、会費月2,000円 入会条件、女性 (R7年4月会員募集していない)	高萩北公民館 第1・2・3木曜日 午前10時00分から正午まで	16
30	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フォークダンス	北フォークダンスクラブ	毎週火曜日世界各国のフォークダンスを楽しんで踊っています。ボケ防止もかねて。 入会金なし 会費年6,000円	高萩北公民館 毎週火曜日 午前10時00分から正午まで	7
31	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フラダンス	ハーラウ ケアラニアロハフラ リリア	明るく！楽しく！美しく！をモットーに家族のように和気あいあいとした教室。2年に一度の発表会と地域イベント、ボランティア等積極的に参加。 入会金なし、会費月1,000円	高萩北公民館 第1・2木曜日 午前10時00分から正午まで	6
32	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フラダンス	プア・カラウヌ	前年度と変わり無く、健康維持・増進 会員相互の親睦・地域行事などの参加。 会費月2,000円 (R7年4月会員募集していない)	高萩北公民館 第1・2・3・5火曜日 (第2・5火曜日自主練習) 午後1時00分から午後3時00分まで	9
33	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	民踊	民踊かえで	月3回「明るく楽しく元気よく」をモットーに民謡の練習をしている。その他、県連盟の講習会、入間支部・日高連盟のイベントに参加している。 入会金なし 会費年5,000円	高萩北公民館 第1・2・3火曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	4
34	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	スポーツ吹矢	日本スポーツウエルネス吹矢 (SWF) 日高かわせみ支部	吹矢を通して、地域住民の心身の健康増進と生きがいの創出に寄与すること及び会員相互の親睦とを図ることを目的とする。 入会金2,000円 会費月700円	高萩北公民館 毎週日、水曜日 午後1時00分から午後4時00分まで	22
39	高萩北	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	太極拳	楊名会	本会は、太極拳を通じて心と身体の健康と体力向上に努めると共に住み良い地域づくりを目的とする。 入会金なし 会費月1,300円	高萩北公民館 毎週金曜日 午前10時00分から正午まで	13

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
16	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体育・スポーツ・レクリエーション一般	吹き矢	日高六三四クラブ	生涯スポーツとして、吹き矢を通じ、健康の維持・増進と会員相互の親睦を図り、地域スポーツの普及・増進を図ることを目的とし、仲間の和を広げ、体操吹き矢の練習をする。 会費(月)500円、入会金500円	武蔵台公民館 毎月第1～4火曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	10
17	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体育・スポーツ・レクリエーション一般	ボクシングエクササイズ	ボクシング☆エクササイズ	キックボクシングを取り入れたエクササイズを通して健康増進、ストレス発散、ダイエット、アンチエイジングなど。 会費1回500円、入会金500円(年度途中の入会は毎月100円)	武蔵台公民館 毎週火曜日 午後8時00分から午後9時00分まで	13
18	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	ウォーキングダンス	ダンス	ウォーキングダンス	しなやかな身体で、健康的な毎日を送るための運動、ウォーキングダンス。会員相互の親睦を図る。クリスマス会等。 会費(月)1,500円、入会金1,000円	武蔵台公民館 毎週金曜日 正午から午後2時00分まで	27
19	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	3B体操	すっきり体操すずらん会	会員の健康、楽しさの追求、生きがい、仲間づくりなどをめざし、手具(ボール、ベル、ベルター)を補助として、使用しながら音楽に合わせて、心身をリラックスさせ、続けられる健康体操。 会費(月)2,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎週木曜日 午前10時00分から正午まで	12
20	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	エアロビクス	武蔵台エアロビクスダンスクラブ	「健康で柔軟な身体づくり」を目的にストレッチ、リズム体操、エアロビクスダンスを行う。 会費(月)1,750円、入会金1,000円	武蔵台公民館 毎月第2～4水曜日 午前11時00分から午後1時00分まで	21
21	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	自彊術	自彊術サークル「たんぼぼ」	自彊術の技術の習得と体調の維持、体力の増強。会員相互の親睦を図り、健康生活を送る情報や意見の交換。 会費(月)2,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月第1～3火曜日 午前10時00分から正午まで	11
22	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	自彊術	自彊術J.J.オリーブ	自彊術を主とした健康体操。 会費(月)3,000円、入会金500円	武蔵台公民館 毎週水曜日 午前9時00分から午前11時00分まで	9
23	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	太極拳	太極拳練功同好会	24式太極拳、練功18法・八段錦の稽古により、運動不足による筋肉、関節、身体機能の衰えを改善し、健康寿命を延ばし会員相互の親睦を図る。 会費(年)2,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎週日曜日(5週ある時は月末か連休を休む) 午後1時00分から午後3時00分まで	38
24	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	ヨーガ若草会	毎月水曜日の午後にヨーガのレッスンをする。 会費(月)200円、入会金なし	武蔵台公民館 毎週水曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	10
25	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	武蔵台ヨガクラブ	ヨガの活動をする事により、心身の健康の増進を図るとともに、会員相互の親睦を深める。 会費(月)2,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月第1～4火曜日 午前10時00分から正午まで	17

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
26	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	ヨガ	月曜ヨガの会	呼吸法とポーズを主に、自然治癒力、免疫力を高め、身体を元気にする。 会費(年)1,000円、入会金500円	武蔵台公民館 毎週月曜日 午前10時00分から午前11時00分まで	7
27	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	バレエストレッチ	バレエストレッチ	バレエ要素を取り入れて、姿勢を意識したストレッチを行う。全身をバランスよく鍛えて、血流がよくなり、怪我のしにくい身体を目指し、会員の健康増進を図る。 会費(月)2,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎週木曜日 午前9時30分から午前10時30分まで	10
28	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	元気体操	元気体操	健康促進体操。 会費(月)1,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月2～3回水曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	10
29	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	体操	気功整体操	薫風健身会	健康の維持や促進、筋力や柔軟性の向上、ストレス解消。膝や腰の痛みの緩和。会員相互のコミュニケーションによるリラックス効果を目的に活動。 会費(月)100円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月1回火曜日 午後1時00分から午後3時00分まで	14
30	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	卓球	ピンポンクラブ	健康を第一に考え、練習と技術の向上を目指し、ダブルスの試合を中心に楽しむ。 会費・入会金なし	武蔵台公民館 毎週木曜日 午後6時00分から午後8時00分まで	16
31	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	卓球	むさし卓球会	卓球の練習を通じ、健康の維持・増進を図ると共に卓球の技術の向上も目指し、日高市主催の大会等への参加を目指す。同時に会員相互のコミュニケーション、親睦を図る。 会費(年)3,600円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月第1～4木曜日 午後1時00分から午後4時00分まで	26
32	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	卓球	むさしラージクラブ	ラージボール使用による卓球の練習及び試合。 会費なし、入会金なし ※令和8年1月以降、会費徴収	武蔵台公民館 毎週木曜日(左記以外に第2、4月曜日) 午後6時00分から午後8時00分まで (月曜日午後1時00分から午後3時00分まで)	19
33	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	卓球	こま. レディース	卓球の技術習得及び体力向上を目的に活動。 会費(年)2,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎週月曜日 午前10時00分から午後1時00分まで	9
34	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	卓球	かわせみⅡ	コーチの指導による卓球の基本練習。 会費(月)500円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月4回金曜日 午後7時00分から午後9時00分まで	14
35	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	卓球	健康卓球	卓球の基本と応用練習。課題練習とダブルスのゲーム。 会費(年)1,200円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月第1、3月曜日 午後1時00分から午後4時00分まで	16
36	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	球技	テニス	武蔵台テニスクラブ	毎週火、土、日曜日に武蔵台テニスコート及び横手台テニスコートにて活動。その他年2回(春、秋)に会員による親睦会を実施。日高市のテニス大会年4回(春夏秋冬)参加。 会費(年)7,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎週火、土、日曜日 午前9時00分から午後6時30分まで	16

NO	公民館名	中分類	小分類	細分野	サークル、団体等の名称	主な活動内容・会費	主な活動場所・活動日時	会員数(名)
37	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	格技	合気道	日高市合気道同好会	定期稽古、指導稽古(講師招請)、昇級段審査、全日本演武大会出場、全日本少年少女錬成大会参加、埼玉県連盟講習会参加、体験教室、演武会、周年記念行事、会報発行、親睦行事、広報活動。 会費(月)小・中500円、高以上1,000円、入会金2,000円	武蔵台公民館 毎週日曜日 午前9時00分から午後1時00分まで	27
38	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	格技	居合道	武蔵台居合道倶楽部	居合道(全剣連居合と夢想神伝居合)の研鑽を通して、人間形成を培う。 会費(年)6,000円、入会金2,000円	武蔵台公民館 毎週水、日曜日 水曜日 午後7時00分から午後9時00分まで 日曜日 午後3時00分から午後5時00分まで	13
39	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	格技	剣道	武蔵台剣友会	青少年の心身の鍛錬と健全育成を図るとともに、会員相互の剣道技術を養成し、併せて人間形成の修養を目的とする。春秋部内試合、日高市長杯ママさん大会主催等を行う。 会費(月)1,700円、入会金2,000円	武蔵台公民館 毎週木、日曜日 木曜日 午後7時00分から午後9時00分まで 日曜日 午前9時00分から正午まで	45
40	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	格技	長刀	日高市なぎなた連盟 竹旬会	全日本なぎなた連盟の理念に基づいた活動を行う。青少年一般男女の体育の向上と、会員の親睦を図る。定例稽古を主とする。 会費(月)1,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月第1～4土曜日 毎月2回月曜日 午前10時00分から正午まで	15
41	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	格技	キックボクシング	Fresh Kick Boxing Circle	活動を通じて会員の体力向上、運動不足解消を高め、暴力のない地域をつくることを目的とする。 会費(月)2,000円、入会金3,000円	武蔵台公民館 毎週金曜日 午後8時00分から午後9時30分まで	6
42	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	登山・野外活動	山歩き	武蔵山歩会	毎月第2土曜日9時～11時に定例会議。月1回日帰り、年2回宿泊登山。 会費(年)2,000円、入会金1,000円	武蔵台公民館 毎月第2土曜日(左記以外に毎月1回の軽登山) 午前9時00分から午前11時00分まで	9
43	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	登山・野外活動	山歩き	多峰主会	健康の増進を目的に山歩き等を楽しむ中高年者の山の会。毎月2回、第1、2火曜日に日帰り山行と複数回の宿泊山行を楽しむ。 会費(年)3,000円、入会金なし	武蔵台公民館 毎月第1、2火曜日 例会は山行の中で実施している。	9
44	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	健康体操	健康体操 ラフ	会員の健康寿命を少しでも長く保つために、数種類の運動を取り入れて体力向上に努めている。主なものとして筋トレ、ウォーキング、ラジオ体操、ダンス等。 会費(年)1,000円、入会金500円	武蔵台公民館 毎週金曜日 午前9時00分から午前11時00分まで	11
45	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	ソシアルダンス	Step By Step	社交ダンスのサークル。基礎ステップの技術の習得そして地域文化の向上を感じる活動。定例学習会、屋外実習などを行う。 会費(月)3,000円、入会金1,000円	武蔵台公民館 毎月第2～4水曜日 午後4時00分から午後6時00分まで	6
46	武蔵台	体育・スポーツ・レクリエーション	レクリエーション・体力づくり	フラダンス	フラサークル ハイビスカス	会員の技術の習得及び地域文化の向上を目的とした活動。武蔵台公民館文化祭、市民まつり、地域のイベントへの出演等。 会費(月)2,000円、入会金1,000円	武蔵台公民館 毎週水曜日 午後2時00分から午後4時00分まで	7