

各公民館趣味クラブ（サークル）情報

管内	分野	公民館名	活動内容	サークル名	活動日	開始時間
本庁	健康 スポーツ	阿坂	グラウンドゴルフ	阿坂グラウンドゴルフクラブ	毎週(日)	13:30
本庁	健康 スポーツ	阿坂	太極拳	太極拳阿坂教室	第1 第3(月)	10:00
本庁	健康 スポーツ	阿坂	卓球	阿坂卓球倶楽部	毎週(日)	19:30
本庁	健康 スポーツ	阿坂	バレー	阿坂バレーボールクラブ	毎週(水)	19:30
本庁	健康 スポーツ	阿坂	ゴム体操	ゴム体操クラブ	第2 第4(月)	11:00
本庁	健康 スポーツ	朝見	ゲートボール	あさみゲートボール	毎週(月・水・金)	9:00
本庁	健康 スポーツ	朝見	グラウンドゴルフ	朝見グラウンドゴルフ同好会	毎週(土)	9:00
本庁	健康 スポーツ	朝見	ソフトバレーボール	あさみソフトバレーボール	毎週(木)	20:00
本庁	健康 スポーツ	朝見	バレーボール	V1ちゃちゃも	毎週(火)	20:00
本庁	健康 スポーツ	朝見	体操	あさみ体操クラブ	第4(水)	13:30
本庁	健康 スポーツ	朝見	体操	健康体操	第1 第2 第3(木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	朝見	体操	スマレキッズ	第1 第2 第3(金)	16:30
本庁	健康 スポーツ	朝見	太極拳	友遊太極拳	第1 第3 第4(木)	9:30
本庁	健康 スポーツ	射和	卓球	射和卓球クラブ	毎週(月・水)	19:30
本庁	健康 スポーツ	射和	登山	いざわ山楽会(低山登山)	第2(日)	9:00
本庁	健康 スポーツ	射和	バレー	AKIBA	毎週(火・金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	射和	ビーチボール	射和ビーチボールクラブ	毎週(木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	射和	卓球	ひよっこ卓球クラブ	毎週(金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	射和	スポーツ全般(児童)	ひっきーず	毎週(土・日)	9:00
本庁	健康 スポーツ	射和	体操	いざ和はつらつ運動クラブ	第4(月)	10:00
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	ソフトボール	伊勢寺ナイターズ	毎週(水)	19:30
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	卓球	ピンポン同好会	毎週(土)	13:00
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	バトミントン	ラブリーズ	毎週(木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	バレー	グレース	毎週(水・土)	19:00
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	太極拳	健康太極拳	第1 第2 第3 第4(火)	14:00
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	体操	体操クラブ	第1 第2 第3 第4(木)	10:00
本庁	健康 スポーツ	伊勢寺	ヨガ	ゆるゆるヨガ	第1 第2 第4 第5(月)	19:00
本庁	健康 スポーツ	宇気郷	ゲートボール	宇気郷ゲートボールクラブ	第1 第3(木)	9:00
本庁	健康 スポーツ	大石	体操	3B体操A	第1 第3(火)	9:30
本庁	健康 スポーツ	大石	体操	3B体操B	第1 第3(金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	大石	体操	健康体操 チーム大石	第2 第3 第4(木)	13:30
本庁	健康 スポーツ	大石	バドミントン	バドミントンクラブ	毎週(土)	20:00
本庁	健康 スポーツ	大石	バレーボール	ちえりーず	毎週(月・木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	大石	グラウンドゴルフ	大石グラウンドゴルフクラブ	毎週(木・日)	8:30
本庁	健康 スポーツ	大石	剣道	剣友会	毎週(水・日)	19:30
本庁	健康 スポーツ	大河内	認知症予防	しろやまクラブ	第4(金)	13:30
本庁	健康 スポーツ	大河内	グラウンドゴルフ	大河内グラウンドゴルフ連合会	各地区:活動日が異なります	
本庁	健康 スポーツ	大河内	ゲートボール	大河内GB連合会	第2(火)	13:00
本庁	健康 スポーツ	大河内	体操	シェイプアップ3B大河内クラブ	第2 第3 第4(木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	大河内	太極拳	ゆうゆう太極拳	第1～第4(火)	19:15
本庁	健康 スポーツ	大河内	空手	空手稽古会	随時	
本庁	健康 スポーツ	大河内	健康講座	たんぼぼ	随時	10:00
本庁	健康 スポーツ	神戸	空手	松武館空手道A	第1～第4(火)	18:00
本庁	健康 スポーツ	神戸	太極拳	太極拳	第1 第3 第4(水)	13:30(第4回は9:30)
本庁	健康 スポーツ	神戸	体操	グリーンクラブ	第1第4(月)第1第3(火)	13:30
本庁	健康 スポーツ	神戸	体操	健康体操	第1～第4(木)	9:30
本庁	健康 スポーツ	神戸	体操	ダンベル健康体操	第1～第4(木)	14:00

本庁	健康 スポーツ	神戸	ヨガ	清心ヨガ	第2第3(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	神戸	ヨガ	リラックスヨガ	第2第4(水)	9:20
本庁	健康 スポーツ	神戸	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢	第2(水)他	9:00
本庁	健康 スポーツ	神戸	空手	松武館空手道B	第1～第4(土)	18:00
本庁	健康 スポーツ	櫛田	キッズダンス	HIP・HOP	毎週(土)	9:30
本庁	健康 スポーツ	櫛田	キッズダンス	Girls	毎週(月)	18:45
本庁	健康 スポーツ	櫛田	キッズダンス	Kicks	第1 第2 第4(土)	18:45
本庁	健康 スポーツ	櫛田	太極拳	太極拳	第1 第3(月)	9:30
本庁	健康 スポーツ	櫛田	体操	櫛田しらゆりグループ	第3(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	櫛田	体操	健康体操クラブ	毎週(金)	13:30
本庁	健康 スポーツ	櫛田	体操	ストレッチ	毎週(火)	19:30
本庁	健康 スポーツ	櫛田	体操	男性健康体操	第2 第4(水)	19:00
本庁	健康 スポーツ	櫛田	ダンス	ダンスエクササイズ	第2 第4(月)	19:50
本庁	健康 スポーツ	櫛田	ヨガ	ヨガサークル	第1 第3(火)	13:30
本庁	健康 スポーツ	櫛田	吹矢	スポーツウェルネス吹矢	毎週(水)	9:00
本庁	健康 スポーツ	漕代	ゲートボール	漕代ゲートボールクラブ	毎日	9:00
本庁	健康 スポーツ	漕代	太極拳	気功太極拳	毎週(水)	第1,3 10:00 第2,4 13:30
本庁	健康 スポーツ	漕代	体操	3B体操	第2 第4(火)	19:00
本庁	健康 スポーツ	漕代	バドミントン	バドミントンクラブ	毎週(金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	漕代	ペタンク	松阪ペタンククラブ	毎週(月・火・木・土)	月 9:00 火木土 13:30
本庁	健康 スポーツ	漕代	吹き矢	スポーツウェルネス吹矢	第1～第4(火)	13:30
本庁	健康 スポーツ	茅広江	グラウンドゴルフ	ひまわり会グラウンドゴルフクラブ	毎週(火)(木)(土)	9:00
本庁	健康 スポーツ	徳和	太極拳	太極拳同好会A	第1 第3(水)	14:00
本庁	健康 スポーツ	徳和	太極拳	太極拳同好会B	第2 第4(水)	14:00
本庁	健康 スポーツ	徳和	太極拳	楊名時健康太極拳A	第1 第3(火)	9:30
本庁	健康 スポーツ	徳和	太極拳	楊名時健康太極拳B	第2 第4(火)	9:30
本庁	健康 スポーツ	徳和	体操	機能改善体操	第2 第4(火)	14:00
本庁	健康 スポーツ	徳和	体操(ヨガ)	アムリタヨガ	第1 第3(月)	9:50
本庁	健康 スポーツ	徳和		ひまわり健康教室	第2 第4(火)	10:00
本庁	健康 スポーツ	徳和	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢	第1 第3(火)	9:30
本庁	健康 スポーツ	西黒部	太極拳	太極拳	毎週(火)	19:30
本庁	健康 スポーツ	西黒部	太極拳	太極拳	第1 第2 第3(金)	10:00
本庁	健康 スポーツ	西黒部	ダンス	キッズダンス	毎週(水)	15:30
本庁	健康 スポーツ	西黒部	ダンス	リトルキッズ	毎週(木)	14:30
本庁	健康 スポーツ	西黒部	体操等	西黒部ゆずりはクラブ	第4(火)	13:30
本庁	健康 スポーツ	橋西	太極拳	太極拳	第2 第4(土)	10:00
本庁	健康 スポーツ	橋西	太極拳	鈴の森太極拳	第1第3(月)	8:30
本庁	健康 スポーツ	橋西	体操	3B体操	第2 第4(火)	10:00
本庁	健康 スポーツ	橋西	卓球	橋西公民館卓球クラブ	毎週(金)	19:00
本庁	健康 スポーツ	橋西	バドミントン	橋西公民館バドミントンクラブ	毎週(水)(土)	19:30
本庁	健康 スポーツ	橋西	ソフトバレー	ソフトバレーC	毎週(火)(木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	橋西	バレーボール	公民館バレーボールスマイル	毎週(日)	19:00
本庁	健康 スポーツ	橋西	スポーツ	オールスポーツクラブ	毎週(金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	機殿	ゲートボール	機殿ゲートボール愛好会	第3(日)	4～10月 9:00 11～3月 13:00
本庁	健康 スポーツ	機殿	太極拳	太極拳クラブ	毎週(水)	19:30
本庁	健康 スポーツ	機殿	体操	ストレッチクラブ	第3(金)	13:30
本庁	健康 スポーツ	機殿	ダンス	ダンスクラブ	第1 第4(土)	11:00
本庁	健康 スポーツ	機殿	バレー	ソフトバレークラブ	毎週(金)	20:00
本庁	健康 スポーツ	花岡	スポーツダンス	花岡社交ダンスクラブ	第1 第2 第3(金)	18:10

本庁	健康 スポーツ	花岡	太極拳	太極拳教室	第1 第2 第3(水)	9:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	健康ストレッチ体操	第1 第3 第4(火)	10:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	シルバー3B体操	第1 第2 第4(火)	13:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	シニアダンベル体操	第1 第2 第3(水)	13:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	花岡中高年の健康体操	第2 第3 第4(月)	10:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	ロコモ予防ストレッチ体操	第1 第3(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	虹の会(認知症予防運動)	第4(金)	10:00
本庁	健康 スポーツ	花岡	体操	ダンディHANAOKA(男性体操)	第1(水)	19:30
本庁	健康 スポーツ	花岡	ヨガ	たのしいヨガ	第1 第2 第4(水)	9:00
本庁	健康 スポーツ	花岡	親子運動	HAPPY-TURN松阪	第1 第3(木)	15:00
本庁	健康 スポーツ	東黒部	エアロビクス	ソフトエアロビクス	第1 第3 第4(金)	20:00
本庁	健康 スポーツ	東黒部	太極拳	太極拳クラブA	毎週(土)	10:00
本庁	健康 スポーツ	東黒部	太極拳	健康太極拳B	毎週(木)	13:30
本庁	健康 スポーツ	東黒部	体操	健康体操	毎週(金)	10:00
本庁	健康 スポーツ	東黒部	ダンス	キッズダンス	毎週(水)	17:00
本庁	健康 スポーツ	東黒部	ヨガ	笑いヨガ	毎週(水)	10:00
本庁	健康 スポーツ	松尾	キッズダンス	キッドビクス	毎週(水)	17:00
本庁	健康 スポーツ	松尾	エアロビクス	シニアビクス	毎週(月)	9:00
本庁	健康 スポーツ	松尾	ゴルフ	平日ゴルフクラブ	随時	—
本庁	健康 スポーツ	松尾	もの忘れ予防教室	若葉の集い	第2(火)	10:00
本庁	健康 スポーツ	松尾	ヨガ	リラックスヨガ	毎週(月)	10:10
本庁	健康 スポーツ	松尾	太極拳	たのしい太極拳	第1 第3(水)	10:00
本庁	健康 スポーツ	松尾	太極拳	松尾公民館太極拳	第1 第2 第3 第4(木)	19:30
本庁	健康 スポーツ	松ヶ崎	ソフトバレー	サンクス(ソフトバレーボール)	毎週(木)	19:50
本庁	健康 スポーツ	港	運動	なぎさ会	第4(木)	13:30
本庁	健康 スポーツ	港	空手	松阪空手道スポーツ少年団	第1 第2 第3 第4(金)	19:00
本庁	健康 スポーツ	港	キッズダンス	キッズダンス	第1 第2 第3 第4(木)	16:30
本庁	健康 スポーツ	港	健康体操	健康体操クラブ	第1(水)/第3(水)/第2 第4(水)	9:30/10:00/13:30
本庁	健康 スポーツ	港	健康体操	健康体操クラブB	第1 第3(水)	13:30
本庁	健康 スポーツ	港	太極拳	港太極拳	第1 第2 第3 第4(火)	19:00
本庁	健康 スポーツ	港	ダンス	ヒップホップダンス	第1 第2 第3 第4(水)	19:00
本庁	健康 スポーツ	港	ヨガ	やさしいヨガ	第2 第4(水)	11:20
本庁	健康 スポーツ	港	ヨガ	もっとやさしいヨガ	第2 第4(月)	11:20
本庁	健康 スポーツ	幸	太極拳	那々美会	第1 第3(金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	幸	太極拳	マネっ子太極拳	第1・3(土) 第4(日)	10:00・13:00
本庁	健康 スポーツ	幸	太極拳	木曜太極拳	第2 第4(木)	13:00
本庁	健康 スポーツ	幸	体操	3B体操	第2 第4(火)	13:30
本庁	健康 スポーツ	幸	体操	お母さんのための体操	第3(土)	9:00
本庁	健康 スポーツ	幸	体操	健康体操	第1 第2 第3(月)	10:00
本庁	健康 スポーツ	幸	体操	菜の花会	第2 第4(金)	19:30
本庁	健康 スポーツ	幸	ヨガ	健康ヨガ	第1 第2 第3(火)	10:30
本庁	健康 スポーツ	幸	ヨガ	リフレッシュヨーガ	第1 第2 第3 第4(土)	19:00
本庁	健康 スポーツ	幸	輪投げ	幸輪投げクラブ	第1 第3(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	第四	ウォーキング	歩こう会	毎週月曜	8:50
本庁	健康 スポーツ	第四	ウォーキング	散歩の会	毎週水曜	8:50
本庁	健康 スポーツ	第四	太極拳	太極拳	第1 第3(月)	9:50
本庁	健康 スポーツ	第四	太極拳	アーナンダ	毎週(月)	19:00
本庁	健康 スポーツ	第四	体操	キッズダンス	毎週(火)	17:00
本庁	健康 スポーツ	第四	体操	健康体操クラブB	第2 第4(水)	9:50
本庁	健康 スポーツ	第四	体操	ストレッチ体操	毎週(金)	9:50

本庁	健康 スポーツ	第四	体操	すまいる	第2(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	第四	体操	ピラティスストレッチ	第1 第3(木)	9:50
本庁	健康 スポーツ	第一	グラウンドゴルフ	グラウンドゴルフ	毎週(月～土)	9:00
本庁	健康 スポーツ	第一	太極拳	百華会	第2 第4(火)	19:00
本庁	健康 スポーツ	第一	体操	健康体操	第1第2第3第4(月)	13:00
本庁	健康 スポーツ	第一	体操	中高年健康体操みゆきクラブ	第1 第3 第4(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	第一	体操	はつらつ介護予防教室	第1 第2 第3 第5(水)	13:30
本庁	健康 スポーツ	第一	体操	リラッシュヨガ	第1第3金曜日	10:00
本庁	健康 スポーツ	第一	体操	ヨガクラブ	第1第2第3第4(木)	20:00
本庁	健康 スポーツ	第一	卓球	卓球クラブ(経験者)	毎週(火・土)第一小	19:00
本庁	健康 スポーツ	第一	吹き矢	SW吹き矢	第1第2第3第4(土)	9:00
本庁	健康 スポーツ	第一	介護予防	すずの音	第1(火)	10:00
本庁	健康 スポーツ	第一	研修・相談・改発	断酒会	第2第4第5(水)	18:30
本庁	健康 スポーツ	第一	ウォーキング	松阪市歩こう会	奇数月 第1(土)	13:00
本庁	健康 スポーツ	第二	太極拳	太極拳	第1 第2 第3 第4(火)	13:15
本庁	健康 スポーツ	第二	体操	健康体操チャームサークル	第1 第2 第3 第4(木)	13:00
本庁	健康 スポーツ	第二	吹矢	スポーツウエルネス吹矢水曜	毎週(水)	18:00
本庁	健康 スポーツ	第二	吹矢	スポーツウエルネス吹矢木曜	第1 第2 第4 第5(木) 第3(金)	9:00
本庁	健康 スポーツ	第二	吹矢	スポーツウエルネス吹矢日曜	毎週(日)	9:00
本庁	健康 スポーツ	第二	ヨガ	さわやかヨガ元気体操	第1 第2 第3 第4(月)	8:45
本庁	健康 スポーツ	松阪	3B体操	ソフト3B体操	第1 第2 第4(金)	13:30
本庁	健康 スポーツ	松阪	3B体操	フレッシュ3B(健康体操)	第2 第3 第4(金)	10:00
本庁	健康 スポーツ	松阪	太極拳	健康太極拳	第2 第3 第4(火)	9:30
本庁	健康 スポーツ	松阪	ヨガ	ヨガ・活力体操	第1 第2 第3(木)	9:00
本庁	健康 スポーツ	松阪	吹矢	スポーツウエルネス吹矢 シリウス松阪支部	第1第2 第4(土)	9:00
本庁	健康 スポーツ	松阪	吹矢	スポーツ吹矢 FC松阪	第1 第2 第3(月)	9:00
本庁	健康 スポーツ	松阪	エアロビクス	エアロ鈴	第1 第2 第3(木)	19:50
本庁	健康 スポーツ	松阪	健康体操	松阪元気アップの会	第1 第2 第4(火)	10:00
本庁	健康 スポーツ	松阪	健康体操	筋力ダンベル体操	第2 第3 第4(火)	14:00
本庁	健康 スポーツ	松阪	3B体操	プラチナ3B体操	第1 第3(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	松阪	3B体操	プラザ3B体操	第2 第4(月)	13:30
本庁	健康 スポーツ	松阪	太極拳	楊名時太極拳A	第2 第4(木)	18:30
本庁	健康 スポーツ	松阪	太極拳	楊名時太極拳B	第1 第3(木)	18:30
嬉野	健康 スポーツ	嬉野	気功	樹林気功 安樹	第2 第4(火)	19:00
嬉野	健康 スポーツ	嬉野	ヨガ	リフレッシュヨーガ	第2 第4(火)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	嬉野宇気郷	卓球・カローリング・グラウンドゴルフ	ザ・サークル	毎週(金)	9:00
嬉野	健康 スポーツ	中郷	グラウンドゴルフ	中郷グラウンドゴルフクラブ	毎週(火 金)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	中郷	グラウンドゴルフ	嬉野スマイルクラブ	毎週(月 木)	9:00
嬉野	健康 スポーツ	中郷	卓球	卓球クラブ	第1～4(月)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	中郷	認知症予防体操	あすなろ元気会	第1・3(木)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	中郷	ストレッチ体操	ストレッチ体操	第1・3(水)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	中川	エアロビクス	feel②	毎週(金)	19:30
嬉野	健康 スポーツ	中川	体操	アロマリンパ・華	第2 第4(木)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	中川	体操	体想リフレッシュ	毎週(水)	19:30
嬉野	健康 スポーツ	中川	卓球	中川卓球クラブ	毎週(土)	13:00
嬉野	健康 スポーツ	中川	ヨガ	ヨガサークル プラーナ	毎週(金)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	中川	ヨガ	ヨガフレンド	第1 第3(水)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	中川	体操	Peach-B	第1 第3(木)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	豊地	レクダンス	ハッピーフレンズ	第2 第4(水)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	豊地	体操	健康仲良しクラブ	第1(月)	10:30

嬉野	健康 スポーツ	豊地	体操	おひさまサークル	第2(火)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	豊地	親子運動	ハッピーターン	第2 第4(水)	15:30
嬉野	健康 スポーツ	豊地	ストレッチ	LEMON	毎週(金)	19:30
嬉野	健康 スポーツ	豊田	体操	なでしこ	第1・第3(月)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	豊田	体操	あさひ	第2・第4(火)	10:00
嬉野	健康 スポーツ	豊田	ヨガ	ヨガ	第1 第2 第4(月)	19:30
嬉野	健康 スポーツ	中原	ウォーキング	中原歩こう会	月1回	—
嬉野	健康 スポーツ	中原	カローリング	カローリング	第1(水)	13:30
嬉野	健康 スポーツ	中原	ゴルフ	ゴルフ愛好会	年3~4回	—
嬉野	健康 スポーツ	中原	体操	3B体操	第1 第3(月)	13:30
三雲	健康 スポーツ	小野江	太極拳	小野江太極拳	第2 第4(木)	10:00
三雲	健康 スポーツ	小野江	ヨガ	ヨガ	第2 第4(水)	10:00
三雲	健康 スポーツ	小野江	コリとり体操	コリとり体操	第1 第3(火)	10:00
三雲	健康 スポーツ	小野江	健康体操	たけちゃん	第3(水)	13:30
三雲	健康 スポーツ	小野江	フィットネス	フィットネスM.O ヨガ18:00~、ダンス19:15~	第2第4(土)	18:00 19:15
三雲	健康 スポーツ	小野江	親子運動教室	ハッピーターン三雲①	第1 第3(水)	15:30
三雲	健康 スポーツ	小野江	親子運動教室	ハッピーターン三雲②	第2 第4(木)	15:30
三雲	健康 スポーツ	小野江	キッズトレーニング	ポップシャワー	毎週(木)	18:15
三雲	健康 スポーツ	鵜	インディアカ	インディアカ バード	毎週木・土曜日	20:00~21:30
三雲	健康 スポーツ	鵜	健康体操	鵜チームK	第1・3月曜日	13:30~15:00
三雲	健康 スポーツ	鵜	太極拳	太極拳	第1・3火曜日	13:30~15:00
三雲	健康 スポーツ	鵜	ヨガ	ヨガ	毎週水曜日	10:00~11:30
三雲	健康 スポーツ	鵜	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢	第1・4金曜日	9:30~11:30
三雲	健康 スポーツ	鵜	3Aゲーム	鵜キラキラ教室	第1水曜日	13:30~15:00
三雲	健康 スポーツ	鵜	健康	Beauty Bowel	第3土曜日	10:00~12:00
三雲	健康 スポーツ	天白	スポーツ吹矢	SW吹矢シリウス松阪支部	毎週(火・水)	9:00
三雲	健康 スポーツ	天白	卓球	楽しい卓球	毎週(火・木)	13:00/9:30
三雲	健康 スポーツ	天白	太極拳	天白太極拳教室	第2・第4(金)	10:00
三雲	健康 スポーツ	三雲	体操	3B体操	第2 第4(水)	13:30
三雲	健康 スポーツ	三雲	ヨガ	ヨガ	第1 第3 第4(金)	19:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	太極拳	いきいき太極拳	第2 第4(水)	10:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	太極拳	さわやか太極拳	第2 第4(月)	19:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	太極拳	ほほえみ太極拳	第1 第3(火)	10:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	体操	コリトリ体操A	第2・3・4(木)	13:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	体操	コリトリ体操B	第2週(火)	10:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	体操	かがやきサークル	第1週(木)	13:30
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	卓球	卓球愛好会	毎週(金)	13:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	ヨガ	やさしいヨガ	第2 第4(月)	10:00
三雲	健康 スポーツ	米ノ庄	グラウンドゴルフ	みくもGG	毎週(月)	9:00
飯南	健康 スポーツ	飯南	体操	3B体操	第4(日)	9:30
飯南	健康 スポーツ	飯南	ヨガ	憩いのヨガ	第1 第3(水)	10:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	ふるさと探訪	牛歩会	年5回程度	
飯高	健康 スポーツ	赤桶	健康体操	ひまわり	第1 第3(土)	13:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	スクエアステップ	元気のわ	第3(水)	13:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	ヨガ	SUN2ヨガ	第2 第4(土)	10:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	ヨガ	ナイトヨガ	第3(金)	19:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	グラウンドゴルフ 等	赤桶米寿会	毎週(月・水・金) 等	13:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	ボランティア活動	赤桶米寿会	月初め	
飯高	健康 スポーツ	赤桶	スポーツ活動	赤桶米寿会	月~金	13:00
飯高	健康 スポーツ	赤桶	ヨガ	リンパヨガセラピー	第2(月)	9:30

飯高	健康 スポーツ	飯高	3B体操	飯高グリーンティーズ	第1 第3(水)	10:00
飯高	健康 スポーツ	宮前	健康	太極拳飯高	第2第4(土)	13:30
飯高	健康 スポーツ	森	柔道	飯高少年柔道 香肌クラブ	毎週(水)	19:00
飯高	健康 スポーツ	森	自然体験	MWM(山歩きの会)	随時	