



坂井輪シニアカレッジ

サークル活動で健康寿命を延ばそう

【第1回】 5月13日(月) 午後3時30分～5時00分

和室

気功の体験とサークル会員との交流を楽しみましょう！

心身のゆがみを矯正しイキイキとした生活を

健康気功の会のみなさん

【第2回】 5月20日(月) 午後1時30分～3時00分

和室

民踊の体験とメンバーとの交流を楽しみましょう！

民踊で明るく楽しくフィットネス

民踊グループ 婦踊会のみなさん

【第3回】 5月23日(木) 午後1時30分～3時00分

和室

聞いて楽しい昔のおはなし・一緒に喋って楽しみ増！

寺尾中央公園の昔

坂井輪地域学 碓 邦夫さん

◆会場 坂井輪地区公民館 ◆参加費 無料

◆対象 概ね50歳以上の方 各回先着 20人

◆申込み 4月24日(水)～ 電話または直接窓口でお申し込みください。

問い合わせ先： 坂井輪地区公民館 電話：025-269-2043

坂井輪シニアカレッジ サークル紹介

けん こん き こう の かい 健 康 気 功 の 会

毎月2回 第2・第4月曜日の午後3時30分から5時まで行っている教室です。
現在 会員は14名。内訳は男性が4名と女性が10名です。
各々の体調や家庭の事情により、無理はしないことをモットーに自由な雰囲気楽しく
体を動かしています。

現在会員募集中！ 見学や体験はいつでもどうぞ。 会費は月1,000円です。
問い合わせ先： 加藤 025-262-5488

民踊サークル 婦 よう かい 民踊サークル 婦 踊 の 会

地域の婦人会の民踊部として発足して以来50数年、踊りが好きな人たちが集まって
踊りの練習に励んでいます。講師の先生を招かず、先輩方から踊り継がれた踊りや新しく
習ってきた踊りをみんなで教えあって「楽しく」をモットーに活動しています。

活動日：毎週月曜日（祝日を除く） 午後1時～3時 但し今年度は3時30分～5時
会費：月500円 見学や体験は大歓迎・いつでもどうぞ
問い合わせ先： 荒井 025-268-3103

さか い わ ち いき がく 坂 井 輪 地 域 学

月2回の例会では、坂井輪地域の昔と今について、資料を見せ合い、あんなこと、こんなことを
話し合います。そして、それを毎年秋に行う公開講座の題材にしたり、年4回発行する「かわらば
んふるさと坂井輪」に載せたりします。会員は13人。親睦
を深める諸活動も行い、楽しんでいます。

例会日：第1火曜日・第3火曜日 午後1時30分～3時30分
※ 令和6年度は 午後3時30分～5時
入会：随時 例会日の見学歓迎
問い合わせ先： 渡部 090-1613-0907



問合せ先 坂井輪地区公民館 〒950-2055 新潟市西区寺尾上3丁目1番1号

電話 025-269-2043 メール sakaiwa.co@city.niigata.lg.jp