

■サークル紹介



わたしたちこんな活動しています

サークル紹介

今月号から市内で活動する団体を紹介します。

「切り絵あじさい会」

あなたも切り絵を
はじめませんか



- 活動日時 毎月第1・3木曜日 9:00～12:00
- 活動場所 市民文化センター
- 会費 月500円
- 連絡先 山崎 勇さん ☎01654③6192

切り絵あじさい会は昭和57年に発足し、現在は男性7人、女性15人で活動しています。(平均年齢は約70歳)切り絵の文化と発展のため、切り絵を通じて会員相互の親睦を図るとともに、人の和を大切にし、仲良く楽しく明るく、健康的な会を目指しています。

毎月の例会はもちろんのこと、年3回懇親会を開催するなど会員同士の絆を深めています。

作品展示は、6月26日の市民文化センターをはじめ、9月に北星信用金庫レンガの家きらり、11月1日～3日の市民文化祭などで展示会を行う予定です。「多くの会員は日本剪画(せんが)作品集などに載っている作品を参考に制作します。A4の大きさですと、難易度にもよりますが大体4時間から10時間程度で完成します。上級者は写真や風景画をコピーして制作したりもします」と会員の山崎さんは語ります。老若男女、一切問いません。やりたいたいと思う方、入会お待ちしております。



「名寄太極拳同好会」

中国古来の健康法を
体験しませんか

- 活動日時 毎週水曜日 13:30～15:00
- 活動場所 駅前交流プラザ「よろーな」
- 会費 月2,500円
- 連絡先 渡邊 幸子さん ☎080-3268-5575

「ほっと21」主催の太極拳教室に参加した有志が集まり、平成17年に「名寄太極拳同好会」として発足し、現在は男性2人、女性25人で活動し、その年齢層は様々です。太極拳とは中国古来の伝統健康法で、呼吸を整えながらゆっくり体を動かすことで身体機能を高め、ストレス解消や精神バランスを整える効果を得る事が出来ます。

いつでも、どこでも、誰でも手軽に取り組める生涯スポーツと言われ、若い人から高齢の人まで幅広い年齢の人が体調に合わせ無理なく続けることが出来ます。会員の方は「肩こりが解消した」「姿勢が良くなった」「よく眠れるようになった」など体の変化を感じていると話します。

年間の活動としては、10月に市民文化センターにて行われる生涯学習フェスティバルで日頃の練習の成果を披露しています。

新年度、新たに何かスポーツをしたいと思っている方、太極拳を始めませんか。初心者でも大歓迎です。一緒に学びましょう。



サークル紹介は市生涯学習課発行のサークル便利帳に掲載している団体を紹介しています。