

# サークル紹介

種 目	活 動 内 容	サ ー ク ル 名	活 動 曜 日	時 間 帯	開 始 時 間	会 費
運動 武道	姿 勢 健 康 & ダ ン ス	フ レ ン ズ	金	午 前	10:00～	2,000～2,500
	ストレッチ&リズム体操	ア ッ プ ル	金	午 前	10:00～	3,000
	ディスコ エクササイズ	M'z O n e	火	午 前	10:00～	1000(回)
	健 康 イ ス ・ ス ト レ ッ チ	札幌ジュニアスポーツクラブ	金	午 後	13:00～	500(回)
	か け っ こ 教 室	★身体開発研究機構	(第1.2.3)火	夜 間	18:00～	6,000
	子 ど も サ ッ カ ー	★札幌ジュニアスポーツクラブ	火	午 後	16:10～	5,400
		★濱 塾	土	夜 間	①17:20～②18:05～ ③19:30～	6,480
		★西 岡 F C	水・金・土・日	午 後	15:00～	2,500
	子 ど も 体 操 教 室	★札幌ジュニアスポーツクラブ	水	午 後	①14:00～②14:50～ ③16:00～	5,400
	空 手	★優 至 会	木	夜 間	18:00～	3,500
	バ ス ケ ッ ト ボ ー ル	★ハ ー ツ	金	午 後	16:15～	7,500
	卓 球	た ん ぼ ぼ	水	午 後	13:00～	1,000
		ひ ま わ り ク ラ ブ	金	午 後	13:30～	500(回)
		ナ ナ カ マ ド の 会	月	午 後	13:45～	300～500 (回)
	体 操	健 美 操	水・木・金	午 後	①13:15～ ②14:30～	500(回)
		体 軸 ト レ ー ニ ン グ	火	午 後	13:00～	3,500
		背 骨 コ ン デ ィ シ ョ ニ ン グ	(第1.3)金	午 後	13:30～	1500(回)
		関 節 ト レ ー ニ ン グ	金(月2回)	午 後	13:30～	800(回)
	ヨ ガ	Y U I ヨ ガ	木	午 前	10:00～	2,500
		か ら だ ら く ら ぶ	月	夜 間	19:00～	4000～
			水	午 前	①9:45～ ②10:45～	700～(回)
			金	午 後	①13:00～ ②14:30～	700～(回)
		★か ら だ ら く ら ぶ	金	午 後	16:00～	4000～
		元 気 up ヨ ガ	水	午 前	10:00～	3,000
舞 踊	ズ ン バ	MASAZUM ( マ サ ズ ン )	水	夜 間	19:00～	4,000
	フ ォ ー ク ダ ン ス	ハ ミ ン グ	月	午 後	13:00～	3,000
	日 本 舞 踊	花 園 会	木	午前・午後	10:00～	2200(回)
	フ ラ ダ ン ス	★マイレ本間フラサークル	木(月3回)	午 後	16:15～	3000～
		ア ネ ラ 西 岡				
		マウリ・アヌヘア(ラウレア)	(第1.2.3)火	午 前	10:15～	3,000
		マウリ・アヌヘア(ウイ)	(第1.2.3)水	午 前	10:30～	3,000
語 学	英 語	★こども英語サークル	火・木・金	夜 間	17:20～	6,000

種 目	活 動 内 容	サ ー ク ル 名	活 動 曜 日	時 間 帯	開 始 時 間	会 費
歌	コ ー ラ ス	コ ー ル あ か し や	水(月2回)	午 前	10:00～	2,000
	カ ラ オ ケ	西 岡 は ま な す	土	午 前	10:00～	3,000
	民 謡	西 岡 サ ー ク ル	(第1.2.3)月	午 後	14:00～	3,000
楽器	オ カ リ ナ	オカリナ・グリーンロード	(第2.4)金	午 前	9:20～	3,600
	ヴ ァ イ オ リ ン	ヴァイオリンサークル	(第1.3)土	午 後	13:00～	4,000
	ウ ク レ レ	O h a n a	木(月2回)	午 前	9:30～	3,000
		ダ ブ ル レ イ ン ボ ー	火(月2回)	午 後	13:15～	3,000
		パーアニウル ウクレレを楽しむ会	(第2.4)木	午 後	13:30～	1300(回)
	大 正 琴	り ん ご の 会	(第1.3)火	午 後	13:00～	3,000
教養	茶 道	親 和 会	(第1)木	午 後	13:00～	2,000
	俳 句	馬 酔 木 句 会	日(月1回)	午 後	13:00～	1,000
	川 柳	あ す な ろ	月	午 後	13:00～	5,000
	囲 碁	囲 碁 小 目 ク ラ ブ	木	午 前	9:00～	1,000
	将 棋	★西岡福住将棋サークル	土・日	午前・午後	9:00～	700(回)
	麻 雀 《女性限定》	健康マージャンサークル	月	午 前	9:00～	1000(回)
	パ ソ コ ン	カ サ ブ ラ ン カ	(第1.3)月	午 前	10:00～	2,800
		ひ ま わ り	火(月2回)	夜 間	18:00～	4,000
	着 付 け	き も の 着 付 け 愛 好 会	(第2.4)火	午 前	10:00～	500(回)
		きものサロン華弓着付教室	(月2回)	午前・午後	①10:00～ ②13:30～	無料
	こ ど も 生 け 花	★なかよし親子いけばな教室	土(月1回)	午 前	10:00～	花代のみ
	こ ど も そ ろ ば ん	★パワ ー っ こ ク ラ ブ	火	午 後	14:40～	4730～
料理 手工芸	料 理	チ ェ リ ー	(第1)木	午 前	9:30～	2,500
	パ ッ チ ワ ー ク	キルト フラワーバスケット	(第2.4)木	午 後	13:00～	2,500
	紙 バ ン ド 手 芸	西岡福住かご編みサークル	(第3)金	午 後	13:30～	3000(回)
書道	書 道	真 緑 書 道	(第1.2.3)水	午 後	13:00～	3,000
		ふ れ ん ず 書 道 教 室	(第1.2.3)水	午 後	13:00～	3,000
		★ 書 峰 社 書 道	水	午後・夜間	14:30～	5,292
		あ じ さ い サ ー ク ル	(第2. 3. 4)月	午 前	10:00～	2,500
		華 光 書 道 教 室	(第1.2.3)土	午 後	13:00～	3,000
絵画	水彩画(グリザイユ技法)	S O R A	(第1.3)火	午 前	9:30～	3,000
	パ ス テ ル 画	パ ス テ ル み い な	(第4)水	午 前	9:30～	1500(回)
	ト ー ル ペ イ ン ト	ト ー ル ペ イ ン ト	金(月1回)	午 前	10:00～	1,800

※ 「★」マークはこども専門又はこどもが参加しているサークルです  
2025年 12月 3日 現在

問い合わせ 西岡福住地区センター 電話 8 5 2 - 4 6 8 7