

# 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	アツプル	金	午前	10:00～	3,000
	ディスコエクササイズ	M'z One	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FC	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	たんぽぽ	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	YUUYOGA	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 アネラ西岡	木(月3回)	午後	16:15～	3000～
		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	
	O h a n a	ダブルレインボー	火(月2回)	午後	13:15～	3,000	
	ウクレレ	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)	
教養	大正琴	りんごの会	(第1.3)火	午後	13:00～	3,000	
	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	麻雀(女性限定)	健康マージャンサークル	月	午前	9:00～	1000(回)
	パソコントレーニング	力サブランカ	(第1.3)月	午前	10:00～	2,800	
	着付け	きもの着付け愛好会	(第2.4)火	午前	10:00～	500(回)	
	こども生け花	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	
	こどもそろばん	★パワーっこクラブ	火	午後	14:40～	4730～	
	料理	チエリー	(第1)木	午前	9:30～	2,500	
料理 手工芸	パッチワーキ	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	真緑書道	(第1.2.3)水	午後	13:00～	3,000	
書道	書道	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	真緑書道	(第1.2.3)水	午後	13:00～	3,000	
絵画	水彩画(グリザイユ技法)	SORA	(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

2026年 1月 21日 現在

問い合わせ 西岡福住地区センター 電話 852-4687