

	サークル名	活動内容・団体PR	開催日時
1	ひまわりにつこり体操	認知症予防体操とコミュニケーションを高める	月2回 金曜日 午前
2	ゆる体操	体をゆすりながら体幹を整える	月2回 水曜日 午前
3	にいな	ストレッチ・ヨガ	月2回 金曜日 午前
4	もみの木	ストレッチ・ヨガ	月2回 金曜日 午前
5	カップルFDC	フォークダンス	月2回 土曜日 午後
6	アフタヌーンピラティス	ピラティス	月2回 土曜日 午後
7	チーム HIROTA	ピラティス	月3回 金曜日 夜間
8	ビューティフル♪ピラティス	ピラティス	月2回 水曜日 午前
9	MC I 研究会	軽度認知症予防のための体操・歌等	月1・2回 日曜日 午前
10	やさしいズンダ	フィットネス	月2回 土曜日 午後
11	レイ ヒナヒナ	フラダンス	月3回※火曜日 午前
12	ヒナヒナ	フラダンス	月3回※土曜日 午前・午後
13	杖道松風会	心身鍛錬、精神の修養、技の習熟	不定期
14	夢想神伝流居合	古武道・居合を広めるための『けいこ』	月6・7回 水・金曜日 夜間
15	プティ・エトワール	子どものクラシックバレエ	月4回 火曜日 午後
16	日野南体操クラブ	子どもの体操	月4回※金曜日 夜間
17	遊学パソコン	パソコン	月2回 水曜日 午前
18	木目込人形の会	木目込み人形の作成	月1回 金曜日 午後
19	歌の会 コモード	合唱・コーラス	月1回 水曜日 午後
20	港南台アカペラシンガーズ	アカペラコーラス	月4回※土・日曜日 午前
21	コールミント	女性の合唱	月4回※月曜日 午前
22	小羊会	書道教室	月2回 金曜日 午後
23	五月会	書道教室	月2回 木曜日 午後
24	亜蘭の会	囲碁研修	月1回 日曜日 午後
25	花遊び	フラワーアレンジメント	月2回※木曜日 午前
26	日野南ひだまりの会	体操・脳活性化リハビリゲーム等	月2回 火曜日 午前
27	ボーイスカウト横浜122団	青少年育成のための野外活動等	月3・4回※日曜日 午前
28	横浜友の会南方面	衣食住・子ども・家計の勉強等	月4回※火曜日 午前・午後