

(2) 市民活動

■ サークル活動（場所：長房市民センター）

長房市民センターは、様々なサークル活動・レクリエーション活動などを通じて仲間づくりを行う交流の場です。現在、スポーツ、武道、音楽、アート、など様々なグループが活動しています。詳しくは、施設に直接お問合せください。



参加方法

サークルに関するお問合せは以下にお願いします。

長房市民センター
☎042-664-4774

● 体育系活動一覧

団体名	活動種目	活動日	活動時間
ピンキチ	卓球		午前又は午後
卓人会	卓球	毎週土曜日	夜間
友々会	卓球	毎週水曜日	午前又は午後
ユーユー会	バドミントン		午前又は午後
上地流空手道	空手道	毎週土曜日	夜間
下地派上地流空手道	空手道	毎週木曜日	夜間
ABLAZE	チアダンス	毎週火・金曜日	夜間
ea..	フラダンス	火・木・土・日曜日	午前又は午後
紫陽花クラブ	ソフトヨガ	毎週水曜日	午後
山百合体操クラブ	トリム体操	毎週木曜日	午前
けやき会	健康体操	毎週土曜日	午前
たかお整体太極拳	ストレッチ、太極拳	金・日曜日	午前

※長房市民センター提供資料をもとに掲載



● 文化系活動一覧

団体名	活動種目	活動日	活動時間
コーラスおおるり	コーラス	第2・4木・日曜日	午前
混声合唱団いとぐるま	コーラス	毎週金曜日	午前
八王子演歌なつメロ会	カラオケ	奇数月の第4日曜日	午後
ピアノエイジ	ピアノ練習	第1・3月曜日	午前・午後
多摩蘭友会	蘭愛好会	第3日曜日	午後
長房書道教室	書道	月2回土曜日	午後
八王子おりがみ同好会	折り紙	第1土曜日	午後
お花の教室	フラワーアレンジメント	毎週火・木曜日	午前・午後

※長房市民センター提供資料をもとに掲載



■ サークル活動（場所:長房ふれあい館）

長房ふれあい館は、市民どなたでも利用できる集会施設と高齢者の娯楽施設です。集会施設では、地域の方の活動、趣味、教養、健康づくりのために様々なサークルが活動しています。

娯楽施設では、お風呂の利用やカラオケを楽しむことができ、サークルなどの活動をするときは、無料で部屋を借りることができます。詳しくは、施設に直接お問合せください。



参加方法

サークルに関するお問合せは以下にお願いします。

長房ふれあい館
☎042-669-1433

● 体育系活動一覧

団体名	活動種目	活動日	活動時間	入会要件
八王子空手スポーツ少年団	空手	毎週水・土曜日	午後・夜間	
若草	トリム体操	第1・2・3・4木曜日	午前	
さわやかトリムクラブ	体操	第1・2・3・4火曜日	午前	
アドバンス ダンスサークル	社交ダンス(ラテン)	毎週金曜日	夜間	
DCLレインボー	社交ダンス	第1・2・3・4火曜日	午後	
POAKAKA	HipHop・K-Pop ダンス	第1・2・3・4土曜日	午後	
スポーツウエルネス吹矢 陵南教室	吹矢	第1・3月曜日	午前	
掌輪会(しょうりんかい)	太極拳	第2・4水曜日	午前	60歳以上
健康太極拳ふれあい館教室	太極拳	第2・3・4土曜日	午後	60歳以上
シルクロード横山八王子	スポーツウエルネス 吹矢	毎週金曜日	午前	60歳以上
遊矢家(ゆうやけ)	スポーツ吹矢	第1・3土曜日(無料) 第2・4火曜日(有料)	午後	60歳以上

※長房ふれあい館ホームページをもとに掲載



● 文化系活動一覧

団体名	活動種目	活動日	活動時間	入会要件
ウクレレアマナ	ウクレレ	第1・3金曜日	午後	
昔遊びを楽しむ会	お手玉他色々な昔遊び	第2・4火曜日	午後	60歳以上
シニアカラオケ愛好会	カラオケ	第2・4土曜日	午後	
ドリームミュージック	ギターでみんなで歌う会	第1・3火曜日	午前	
ブルーメン	トールペイント(アクリル画)	第2木曜日	午前	
フローラル ラ・メーサ	パンフラワー	不定期 火曜日	午前	
わら細工の会 円座	わら細工	第3水曜日	午後	
女性囲碁教室	囲碁	毎週日曜日	午前	
蕎麦打ちの会	蕎麦打ち	第3月曜日	午前・午後	
八王子高尾そば打ち同好会	蕎麦打ち	第3日曜日	午後	初めての方
ドルチェ	弦楽合奏	主に第2火曜日	午後	
二上り会	江戸芸かっぽれ踊りと南京玉すだれ	第2・4日曜日	午後	60歳以上
混声合唱団 そら	合唱	不定期 木曜日	午後	
八王子うたごえの会	うたごえ	第4週木曜日	午後	
楽しい賛美の会	合唱	不定期 水曜日	午後	60歳以上
詩吟愛好会	詩吟	不定期 月・金曜日	午前	60歳以上
創作手話ダンス金踊会	手話ダンス	第2・3・4金曜日	午前	60歳以上
彩園書道愛好会	書道	第1・2・3火曜日	午前	
西八教室	書道	第1・2・3・4金曜日	午前	60歳以上
書団ふじの会	書道	第1・2・3火曜日	午前	60歳以上
書道大横教室	書道	第1・3木曜日	午前	60歳以上
琴ユリ会	大正琴	第2・4金曜日	午前	60歳以上
凌音会	大正琴・オカリナ	第2・4木曜日	午後	
サークルkou	着物・着付・ズンバ	第1・3木曜日	午後	
迎春花の会	日本語教室	第1・2・4木曜日	午後	中国残留帰国者
桜藤和会(おとわかい)	日本舞踊	不定期	午前・午後	
白雪会	日本舞踊	毎週木曜日	午後	
八王子民踊の会	民踊(舞踊的に教える)	第1・3火曜日	午後	60歳以上
男の健康料理倶楽部	男の料理	第3木曜日	午後	60歳以上

※長房ふれあい館ホームページをもとに掲載