

登録No	大分類	小分類	団体名	活動内容	代表者名	連絡者名	連絡先Eメール	対象となる会員	活動場所	活動日時	会費	会のPR	ホームページアドレス
0397	健康体カづくり	健康体操	ヤングシルバー体操会	シルバー世代の健康維持・増進 健康体操	藤本 弘子	宮下 愛子		どなたでも	中央本町地域学習センター(体育館)	月4回 木曜日 午後1	入会金1,000円 月会費1,500円	今は60～80歳の方がストレッチ体操や小さなダンスポールを使ってトレーナーの先生の指導の元楽しく活動しています。20年以上続いているグループです。	
0692	健康体カづくり	健康体操	なかよし体操クラブ	健康体操	平間 守男	平間 守男		成人	青人地域学習センター	毎週 火曜日 午後1	入会金なし 月会費2,500円	無理のない健康体操	
0714	健康体カづくり	健康体操	ちびっこくらぶ	親子リズム体操(幼児あそび)	高橋 智咲	池田 裕子		子ども 成人	保塚地域学習センター	月2回 木曜日 午前	入会金1,000円 月会費1,500円	子育て真っ最中のお母さん！ちびっこくらぶで楽しく子育てしませんか？ベビーマッサージ、リズム体操などを通して、仲間作りや親子でのふれ合い、集団遊びなどに慣れると共に、子どもの心と体の発達をうながす楽しいサークルです。ぜひお子さんと遊びに来てください。	http://chibikko.htmlxdomain.jp/
0813	健康体カづくり	健康体操	健身真向法会	真向法体操および健康体操	屋間 浩三郎	久野 マサ子		成人 高齢者	総合スポーツセンター(柔道場)	毎週 金曜日 午前	入会金2,000円 月会費1,000円	真向法体操の四つの動作を正しく修得する事および31動からなる健康体操を行う事により常に健康な体を維持できることを目標にする。また会員相互の親睦をはかるために春はバス旅行なども行います。明るく元気な楽しいサークル作りをめざして活動しています。	
1033	健康体カづくり	健康体操	千住ストレッチクラブ	講師の指導のもと楽しくストレッチ体操を行います。	小林 信子	小林 信子		高齢者	千住スポーツ公園	毎週 木曜日 午前	入会金なし 月会費2,000円	平成10年11月から始まった区の60歳からの健康体操です。今年の11月で20年目を迎えました。皆さん、まだまだ元気な楽しみながら頑張っています。	
1172	健康体カづくり	健康体操	新田ピラティス教室	健康と美容のための運動	横野 広子	金沢 幸恵	henge@ezweb.ne.jp	どなたでも	新田地域学習センター	第2・4金曜日 午前	入会金なし 月会費1,000～1,500円	健康美のため、使わなくなっている筋肉を起こし姿勢美人！！	
1180	健康体カづくり	健康体操	ストレッチ同好会	ストレッチ体操	渋谷 八江子	張替 美弥		どなたでも 成人	佐野地域学習センター	毎週日曜日 午前	入会金1,000円 月会費1,000円	柔らかな心と身体をつくりませんか？楽しく無理のないストレッチ体操です。	
1246	健康体カづくり	健康体操	自強術サークル	体操	相田 恵美子	藤田 妙子		どなたでも	佐野地域学習センター	月2回 月曜日	入会金なし 月会費1,000円	自強術は102年の歴史を持つ健康体操です。全身の関節をくまなく動かすことで心身の認知をほかり、健康増進、生活習慣病の予防や改善が期待できます。誰でも無理なくできる健康体操です。	
1305	健康体カづくり	健康体操	元氣は自分でつくる(自強術)	自ら心身の健康を保つ(とり戻す)ため自強術を学びます。	早川 久江	山口 真弓		どなたでも	鹿浜地域学習センター	毎週金曜日 午前	入会金なし 月会費3,000円	「豊かな人生は心身の健康から」をモットーに日本で100年以上前に考案された健康体操である自強術を学びます。独自の呼吸法全身運動は、自律神経を整え、内臓下垂、動脈硬化を防ぎます。	
1370	健康体カづくり	健康体操	さわやか会	健康体操(ストレッチ)	勝倉 みつ代	板橋 たつ江		どなたでも	佐野地域学習センター(体育館)	毎週月曜日 午前	入会金1500円、月会費1000円	初心者でも大歓迎いたします。	