

## 地区別サークル

北中城村では、各地域で様々なサークル活動が開催されています。



介護予防などの体操系サークルや三味線などの趣味活動、ボランティア活動も盛んに行われています。興味のある方は各公民館までお問い合わせください。（公民館の連絡先は4ページに掲載）

### 喜舎場 （住所：字喜舎場 75 TEL：935-3923 兼 F A X）

項目	開催日	時間	名称
体操系	木曜日	10時～11時30分	健康体操サークル「ひまわりサークル」
茶話会	毎月20日	14時～16時	生き生きふれあい会「御殿(うどうん)の会」
趣味系	火曜日	13時30分～16時	カラオケサークル
趣味系	水曜日	20時～22時	卓球サークル（経験者のみ）
趣味系	水曜日	10時～11時30分	大正琴サークル
趣味系	土曜日	9時～12時30分	ゲートボールサークル
ボランティア	火～土	適宜	ラジオ体操前に本の読み聞かせなど

### 仲順 （住所：字仲順 60 TEL：935-5556（兼 F A X）

項目	開催日	時間	名称
体操系	金曜日	14時～15時30分	自主体操サークル「ハッピーサークル」
体操系	火曜日	14時～15時	操体
茶話会	水曜日	14時～16時	生き生きふれあい会「あしびな～」*第4水曜日
ボランティア	不定期	不定期	自治会自主防災会

**熱田** (住所：字熱田 68-1 TEL：935-2350)

項目	開催日	時間	名称
体操系	火曜日	14時～15時	自主体操サークル「りっかりっか会」
体操系	水曜日	10時～11時30分	健康体操サークル「リズム体操」
茶話会	木曜日	15時～17時	生き生きふれあい会「島根殿(しまうどん)の会」
茶話会	毎日	9時30分～11時頃	熱田スーパー (098-935-3871)
趣味系	毎日	14時～16時	ゲートボール*夏場 15時～17時
趣味系	月曜日	14時～16時	カラオケサークル「歌おう会」
趣味系	水曜日	15時～16時30分	琉舞サークル ※現在お休み。夏頃再開予定
趣味系	木曜日	14時～16時	グラウンドゴルフ*第2木曜9時～11時
趣味系	金曜日	16時～18時	大正琴サークル
ボランティア	月曜日	7時～8時30分	公民館周辺の清掃「かりゆし会」*第1月曜日
ボランティア	不定期	不定期	自治会自主防災会

**メモ**

## 和仁屋 (字和仁屋 174 TEL : 935-0139)

項目	開催日	時間	名称
茶話会	火曜日	10時～12時	お茶のみサロン
趣味系	第1 土曜	夜	区民模会一心会 (S19～27年生)
趣味系	第2 木曜	夜	区民模会だるま会 (S28～30年生)
趣味系	第3 土曜	夜	区民模会やまびこ会 (S60～80代女性)
趣味系	月曜日	10時～12時	ラージボール卓球
趣味系	月曜日	15時～17時30分	ゲートボール (老人クラブ)
趣味系	火曜日	15時～17時30分	ゲートボール (老人クラブ)
趣味系	水曜日	9時～12時	ボウリング 場所 : レントウセントラル
趣味系	木曜日	10時～12時	ラージボール卓球
趣味系	木曜日	15時～17時30分	ゲートボール (老人クラブ)
趣味系	不定期	不定期	漆喰シーサー振興会
ボランティア	第4 日曜	9時～12時	社会奉仕の日 (老人クラブ)
ボランティア	不定期	不定期	自治会自主防災会
ボランティア	随時	随時	ほっと愛隊 in 和仁屋

**メモ**

## 渡口 （住所：字渡口 55 TEL：988－7168）

項目	開催日	時間	名称
体操系	火曜日	14時～16時	自主体操サークル「スマイル体操クラブ」
茶話会	第2月曜	14時～16時	生き生きふれあい会「みやらびにいせー会」
趣味系	月曜日	15時30分～	ゲートボール／場所：渡口みどり公園
趣味系	水曜日	15時30分～	ゲートボール／場所：渡口みどり公園
趣味系	木曜日	20時～21時30分	フラダンスサークル
趣味系	金曜日	15時30分～	ゲートボール／場所：渡口みどり公園
趣味系	土曜日	15時30分～	ゲートボール／場所：渡口みどり公園
ボランティア	不定期	不定期	自治会自主防災会
買物支援	火曜日	13時30分頃	JAおきなわAコープ移動販売（あじまあ号）

## STOP フレイル



**フレイル**とは、加齢とともに運動機能や認知機能が低下し心身が虚弱になった状態をいいます。

【社会参加】サークルや趣味活動など積極的に他者と会い、ユンタクしながら楽しむことが大切です。

【運動】ラジオ体操やウォーキングなどを積極的に行い、運動習慣を身につけましょう。

【口腔・栄養】バランスのとれた食事や口腔ケア、お口の体操を日々の生活に取り入れましょう。

島袋 (住所：字島袋 102 TEL：932-6822)

項目	開催日	時間	名称
体操系	毎日	6時30分～6時45分	ラジオ体操 場所：ゆうな公園
体操系	月曜日	10時～11時	操体教室
体操系	水曜日	10時～12時	自主体操サークル「脳活体操」
体操系	水曜日	9時45分～11時	サロンとみなが（体操サークル）
体操系	木曜日	14時～	体操グループ「すこやか会」
茶話会	第3火曜	12時～14時	生き生きふれあいサロン「わかば会」
趣味系	毎日	20時～22時	ゲートボール／場所：島袋中央公園
趣味系	月曜日	午前中	島袋老人クラブレク
趣味系	火曜日	10時～	絵手紙教室
趣味系	火曜日	20時～22時	卓球
趣味系	第4火曜日	6時30分～	ゴルフコンペ 場所：大西テラスゴルフクラブ
趣味系	第1水曜日	18時30分～	川柳（一水会）
趣味系	第2水曜日	14時～16時	生活研究会（料理）
趣味系	金曜日	10時～11時30分	日本舞踊（歌謡舞踊）
趣味系	金曜日	13時～15時	交流グラウンドゴルフ（老人クラブ）
ボランティア	平日	15時～16時	下校時見守り活動（老人クラブ）
ボランティア	火曜日	9時～11時	環境美化活動
ボランティア	第4水曜日	9時～12時	島袋婦人ボランティア「草の根グループ」

屋宜原 (住所：字屋宜原 602 TEL：930-0195)

項目	開催日	時間	名称
体操系	月曜日	10時～11時30分	体操サークル
体操系	水曜日	10時～11時30分	自主体操サークル「結の会」
茶話会	第2日曜日	10時～12時	イチヂビ会
趣味系	月曜日	17時～19時	ゲートボールサークル (冬場 16時～18時)
趣味系	水曜日	17時～20時	ゲートボールサークル (冬場 16時～19時)
趣味系	金曜日	17時～21時	ゲートボールサークル (冬場 16時～20時)



瑞慶覧 (住所：字瑞慶覧 416 TEL：932-0921 兼 F A X)

項目	開催日	時間	名称
体操系	火曜日	10時～11時30分	自主体操サークル「がんじゅう会」
茶話会	第3水曜日	14時～16時	生き生きふれあい会「三水会」
趣味系	金曜日	14時～16時	琉舞サークル
趣味系	第3火曜日	20時～21時	ヨガサークル
趣味系	金曜日	10時～12時	フラサークル
ボランティア	日曜日	午前中	地域清掃「成年会 (なるねんかい)」*年6回
買物支援	木曜日	12時55分頃～	コープ移動販売/場所：公民館近く

石平 (住所：安谷屋 223 TEL：935-3238 兼 F A X)

項目	開催日	時間	名称
体操系	月曜日	10時～11時	自主体操サークル「さくら小路」
茶話会	土曜日	14時～16時30分	生き生きふれあい会「憩いの会」*第2土曜日
趣味系	火曜日	10時～12時	古典音楽サークル
趣味系	日曜日	9時～17時	家人衆会(やーにんじゆかい)*第4日曜日
趣味系	不定期	月1回程度	ECO 楽笑クラブ (女性)
ボランティア	不定期	不定期	自治会自主防災会

安谷屋 (住所：223 TEL：935-3238 兼 F A X)

項目	開催日	時間	名称
体操系	月曜日	10時～12時	自主体操サークル「健康体操サークル」
体操系	金曜日	10時～11時30分	ロングプレス体操
茶話会	月曜日	14時～16時	生き生きふれあい会*第2月曜日 「あだんなイームイ会」
ボランティア	不定期	不定期	あだんなイームイ会 ボランティア連絡会

×E



## 荻道 (住所：字荻道 79 TEL：未設置)

項目	開催日	時間	名称
体操系	水曜日	14時～15時30分	自主体操サークル「ひまわりサークル」 *第1・3水曜日
茶話会	金曜日	14時～16時	生き生きふれあい会「やすらぎの会」 *第2金曜日
趣味系	火曜日	20時～22時	三線愛好会 ※月会費あり
趣味系	木曜日	20時～22時	スマートフォン・パソコン勉強会
趣味系	不定期	不定期	蝶々愛好会
ボランティア	不定期	不定期	菊の玉づくり愛好会
ボランティア	金曜日	8時頃～	清掃活動「ひまわり会」場所：ヒーザーガー前広場周辺
イベント	2月上旬	土日2週間	ひまわりまつり
買物支援	水曜日	13時30分～14時	JAおきなわAコープ移動販売（あじまあ号） *第1・3水曜

## 大城 (住所：字大城 86 TEL：935-1311 兼FAX)

項目	開催日	時間	名称
体操系	第3火曜	不定期	ていんさぐの会（女性会）
茶話会	第2金曜	14時～16時	生き生きふれあい会「グスク会」
趣味系	木曜日	18時～20時	じんぶん大学 * 奇数月の木曜日
趣味系	日曜日	9時～12時	花咲爺会 場所：県道沿い東屋 * 第1・3日曜日
ボランティア	水曜日	14時～17時	ボランティア
ボランティア	不定期	不定期	個人による清掃活動



団地 （住所：熱田 2070-15 TEL：935-4423 兼 F A X）

項目	開催日	時間	名称
茶話会	第4 金曜日	10時～13時	生き生きふれあい会「なかよし会」
ボランティア	第3 日曜日	9時～10時	定例清掃・懇親会
ボランティア	不定期	不定期	環境美化活動（なかよし会）場所：団地内花壇
ボランティア	不定期	不定期	自治会自主防災会

美崎 （字美崎 266 TEL：935-2491）

項目	開催日	時間	名称
茶話会	第2 水曜	14時～16時	生き生きふれあい会「がんじゅう会」
ボランティア	夏休み	随時	子ども会の活動支援

コロナ禍でも取り組めるウォーキングや散歩、ラジオ体操などは積極的に行いましょう！

