



東陵生涯学習センターだより

〒440-0006 豊橋市牛川町字乗小路32-31 Tel&Fax : 64-8088
Email: toryo@tees.jp URL: <https://toryo-gakushu.sakura.ne.jp/>
休館日: 毎週月曜日・年末年始 開館時間: 9:00~21:00

No 3 4 6

令和 7 年

10月号



東陵生涯学習センターで活動していて、活動を公開している自主サークルを紹介します。
活動見学や入会を希望される方は、当センター事務室にご相談下さい。
活動日時は、裏面の行事予定で確認できます。

○は参加者募集中のサークルです

ジャンル	自 主 サ ー ク ル 名	活 動 日
ダンス	○ 東陵ダンスサークル	毎週水曜日 10:00 ~
	○ ILL's DANCE CLUB	毎週火・金曜日 19:30 ~
	○ ヒップホップ・ブレイズ	水曜日 14:30 ~
	○ 子連れダンスZUMCOちゃん	金曜日、不定期 10:00 ~
	○ フォークダンス・FDサークル・モ・DAN	第2・3・4日曜日 13:30 ~
	○ フラダンス・Nani Ohana	毎週木曜日 19:30 ~
	○ ダンス・teamGAKU	不定期
	○ ダンス・FREES	不定期
健康 スポーツ	○ 自彊術	毎週火曜日 10:00 ~ 13:30 ~
	○ TY(トリヨ)フィットネス	毎週火曜日 9:45 ~
	○ 脳活イキイキ体操	毎週木曜日 9:30 ~
	○ リズム体操	毎週木曜日 10:30 ~
	○ 太極拳を楽しむ会	毎週木曜日 13:30 ~
	○ ヨガサークル美々	毎週木曜日 20:00 ~
	○ 東陵空手クラブ	土曜日 18:00 ~
絵画	○ 東陵水彩会	第2・4土曜日 10:00 ~
言語交流	○ ヒッポファミリークラブ	毎週水曜日 19:00 ~
書道	○ かなと実用書道	第1・2・3水曜日 13:00 ~
		19:00 ~

○は参加者募集中のサークルです 令和7年2月現在

ジャンル	自 主 サ ー ク ル 名	活 動 日
音楽	○ ハワイアン演奏ブルー・アイランド	第2・4火曜日 13:00 ~
	カラオケ和やか倶楽部	隔週木曜日 13:00 ~
	○ コカリナ	第1木曜日 13:00 ~
	○ 大正琴・東陵かすみ草	第2・4金曜日 10:00 ~
	○ 大正琴・さくら草	第1・3水曜日 10:00 ~
	○ 歌声サークル花音	第3土曜日 10:00 ~
	二胡グループ「望星空」	第2・4土曜日
	○ 親子リトミック・おとのもり	第4土曜日 9:10 ~
写真	○ 東陵写真クラブ	第1日曜日 9:30 ~
花	○ フラゲザン・スイトピー	第3木曜日 13:00 ~
茶道	○ 親子茶道無料教室	第1土曜日 9:30 ~
	○ お抹茶のいただき方教室	第1土曜日 14:00 ~
料理	○ 料理教室・ウェルカム	第2火曜日 9:30 ~
	○ スマイルほっと交流会	不定期
手芸	○ リボン刺繍を楽しむ	第1水曜日 13:00 ~
	○ クラフト・ガーベラの会	第1・3火曜日 9:00 ~
健康 麻雀	じゃんじゃんファイト	毎週水曜日 9:30 ~
	フレンドリーの会	毎週水曜日 13:30 ~
	ハッピー	毎週土曜日 13:00 ~

ギャラリー 東陵 ※ご自由にご観覧ください

◇ 10月1日(水) ~ 31日(金)

折り紙を楽しむ会の皆さんの

作品を展示しています

LINE 公式アカウント

講座やセンターのHOTな情報をお届けします。

「講座名」と「お名前」を送信するだけで“簡単”に講座申込ができます。



■ 10月・11月の東陵カルチャー倶楽部

10/1(水)午前10時~11時

二胡の演奏会

10/10・24(金)午後1時30分~3時

来年の大河ドラマ「豊臣兄弟」全2回

11/14(金)午後1時30分~3時

気づいて!こころの黄色信号

~自分と大切な人のこころを守る~

11/28(金)午後1時30分~3時

ACP(人生会議)について考えよう

特別企画! “オカリナ三昧”

“豊橋・東三河を中心に県内のオカリナ愛好者が大集合しての演奏会です。

ソロありグループありの多彩で素朴な音色を

楽しみましょう”

と き: 11/9(日) 午後1時30分~4時

参加費: 無料 定 員: 30名(抽選)

締 切: 10月26日(日)



日	曜	午前 9:00 ～ 12:00	午後13:00 ～ 16:00	夜間17:00 ～ 21:00
1	水	◎カルチャー(二胡の演奏会) ○△控室 ◇大正琴さくら草	◎ヒップホップ・ブレイズ ◇リボン刺繍 △健康麻雀・フレンドリーの会	◎ヒップファミリークラブ ◇砂防ダム説明会
2	木	◎リズム体操○紫陽花の会	○マット・ピラティス ◇コカリナ	○ヨガサークル美々
3	金	◎子連れダンスZUMCOちゃん △東陵囲碁・おりがみ会	◇東陵カラオケ同好会	◎ブレイクダンス
4	土	◎子連れダンスZUMCOちゃん ○親子茶道無料教室	◎更生保護女性会(保護司会)○控室 △健康マージャン・ハッピーの会	◎FREES ◇二胡の練習
5	日	◎子連れダンスZOMCOちゃん ◇東陵写真クラブ △シャネルの会	◎東陵ダンスサークル ◇豊橋交響楽団	◎TeamGAKU
6	月	休 館 日		
7	火	○自彊術 ◇クラフトガーベラの会	○自彊術 ◇合同補導会議	◎ブレイクダンス
8	水	◎東陵ダンスサークル ○パソコン教室 ◇民生定例会 △じゃんじゃん・ファイトの会	◎ヒップホップ・ブレイズ ◇かなと実用書道 △健康麻雀・フレンドリーの会	◎ヒップファミリークラブ ◇かなと実用書道
9	木	◎脳活イキイキ・リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ○マットピラティス ◇カラオケ和やか倶楽部 △おせっ会	◎フラダンス ○ヨガサークル美々
10	金	◎子連れダンスZUMCOちゃん ◇大正琴かすみ草 △東陵囲碁・おりがみ会	◇東陵カルチャー(豊臣兄弟)	◎ブレイクダンス ◇つくし東クラブ役員会
11	土	◎子連れダンスZUMCOちゃん ◇東陵水彩会	◇大正琴なでしこ △健康マージャンハッピーの会	◎東陵空手クラブ ◇更生保護女性会
12	日	◎ヒップファミリークラブ △シャネルの会	◎FDサークル・モ・DAN	◎TeamGAKU
13	月	休 館 日		
14	火	◎TYフィットネス○自彊術 △料理教室ウエルカム	○自彊術◇ブルーアイランド △オカリナ・コスモス	◎ブレイクダンス
15	水	◎東陵ダンスサークル ◇大正琴さくら草 △じゃんじゃんファイト	◎ヒップホップ・ブレイズ ◇かなと実用書道 △健康麻雀・フレンドリーの会	◎ヒップファミリークラブ ◇かなと実用書道
16	木	◎リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ○マットピラティス △フラワーアレンジ・スイトピー	◎フラダンス○ヨガサークル美々 ◇つくし東クラブ父母会△国勢調査事務
17	金	◎多米コーラス △東陵囲碁・おりがみ会	△フラワーアレンジ・アトリエヴェール	◎ブレイクダンス
18	土	○リトミックおとのもり ◇歌声サークル花音	◇大正琴・なでしこ △健康マージャン・ハッピーの会	◎東陵空手クラブ
19	日	◇箏の練習 △シャネルの会	◎FDサークル・モ・DAN ◇箏の練習	◇鷹丘体育振興会
20	月	休 館 日		
21	火	◎TYフィットネス◇クラフト・ガーベラの会 ○自彊術 △山歩きを楽しむ⑤	○自彊術 ◇東陵カラオケ同好会	◎ブレイクダンス
22	水	◎東陵ダンスサークル ◇CHALMI △じゃんじゃん・ファイトの会	◇かなと実用書道 △健康麻雀・フレンドリーの会	◎ヒップファミリークラブ ◇かなと実用書道
23	木	◎脳活イキイキ・リズム体操 ○紫陽花の会	◎太極拳 ○マット・ピラティス ◇カラオケ和やか倶楽部 △フラワーアレンジもえぎの会	◎フラダンス ○ヨガサークル美々
24	金	◎多米コーラス◇大正琴・東陵かすみ草 △東陵囲碁・おりがみ会	◇東陵カルチャー(豊臣兄弟)	◎ブレイクダンス
25	土	◇東陵水彩会 △スマイルほっと交流会	◎共産党集いの会 △健康マージャンハッピー	◎FREESダンス
26	日	△シャネルの会	◎FDサークル・モ・DAN	◎TeamGAKU
27	月	休 館 日		
28	火	◎TYフィットネス ○自彊術 △山歩き予備日	○自彊術◇ブルーアイランド △オカリナ・コスモス	◎ブレイクダンス
29	水	◎東陵ダンスサークル ◇CHALUMI △じゃんじゃんファイト	◎ヒップホップ・ブレイズ ◇館使用△健康麻雀・フレンドリーの会	◎ヒップファミリークラブ △国勢調査事務
30	木	○紫陽花の会	◎太極拳	
31	金	◎多米コーラス△東陵囲碁・おりがみ会		◎ブレイクダンス