



東陵生涯学習センターだより

No351

令和8年

3月号



〒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

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。



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~
	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~
	ブレイズ(ヒップホップ)	水曜日 14:30~
	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(トリカ)フィットネス	毎週火曜日 9:45~
	カポエイラ	毎週火曜日 19:30~
	脳活イキイキ体操	第2・4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~
写真	東陵写真クラブ	第1日曜日 9:30~

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~
	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2・4水曜日 10:00~
	多米コーラス	金曜日 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 13:00~
	親子リトミック・おとのもり	第3土曜日 9:10~
	書道	かなと実用書道
花		ワカデザイン・スイトピー
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	クラフト・ガーベラの会	第1・3火曜日 9:00~
	おりがみの会	毎週金曜日 10:00~
健康麻雀	フレンドリーの会	毎週水曜日 13:30~
囲碁	ハッピー	土曜日 13:00~
	東陵囲碁会	毎週金曜日 9:00~

■自主グループ 参加者募集



一生自分の足で歩きたい!!

脳活イキイキ体操

第2・4木曜日 9:30~10:20

リズム体操

毎週木曜日 10:30~12:00

◆初めての方でも気軽に参加できるレッスンです♪

◆ゆっくりのリズムで全身を動かすので体が整います。



ギャラリー 東陵

※ご自由にご観覧ください

3月1日(日)~31日(火)

「FDサークル モ・DAN」の皆さんの多様多彩な作品を展示します

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。



豊橋市役所財務部・市民税課からのお知らせ

◆市民税・県民税の申告と所得税の確定申告について東陵生涯学習センターでの申告受付は実施いたしません。

◆申告会場については広報とよはし2月号または豊橋市のホームページでご確認ください。問合せ: 豊橋市役所 市民税課 (0532)51-2200

日 曜	午前 9:00 ~ 12:00	午後13:00 ~ 16:00	夜間17:00 ~ 21:00
1 日	◎ピアノの練習 △チャンネルの会	◎東陵ダンスサークル	
2 月	休 館 日		
3 火	◎TYフィットネス ○自彊術 ◇クラフト・ガーベラの会	◎長寿介護課・健康体操⑦ ○自彊術 ◇合同補導会議	◎ブレイクダンス
4 水	◎東陵ダンスサークル ◇民生定例会 △じゃんじゃんファイト	◎健身會 ◇かなと実用書道 △フレンドリーの会	◎ヒッポファミリークラブ ◇かなと実用書道
5 木	○紫陽花の会	◎太極拳 ○マットピラティス ◇コカリナ	◎カポエイラ ○ヨガサークル美々
6 金	△東陵囲碁・おりがみ会		◎ブレイクダンス
7 土	◎子連れダンスZUMCO ちゃん ○親子無料茶道教室	◎長唄・松の実会 ○お抹茶のいただき方教室 ◇大正琴・なでしこ △ハッピーの会	◇更生保護女性会
8 日	◎子連れダンスZUMCO ちゃん ◇東陵写真クラブ △チャンネルの会	◎FDサークルMODAN	◇鷹丘体育振興会
9 月	休 館 日		
10 火	◎TYフィットネス ○自彊術 △料理教室・ウェルカム	◎長寿介護課・健康体操⑧ ○自彊術 ◇ブルーアイランド	◎ブレイクダンス
11 水	◎東陵ダンスサークル ◇大正琴・さくら草 △じゃんじゃん・ファイトの会	◎ブレイズ・ヒップホップ ◇かなと実用書道 △フレンドリーの会	◎ヒッポファミリークラブ ◇かなと実用書道
12 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 △おせっ会	◎フラダンス ○ヨガサークル美々
13 金	◇大正琴・かすみ草 △東陵囲碁・おりがみ会	◎特別企画【動ける体を維持しよう マツケンサンバ&マンボで遊ぼう】	◎ブレイクダンス ◇鷹丘つくし東
14 土	◎子連れダンスZUMCO ちゃん ◇東陵水彩会	△ハッピーの会	◎東陵空手クラブ
15 日	◎ヒッポファミリークラブ △チャンネルの会	◎FDサークル・モ・DAN ◇三河生物同好会	◎カポエイラ
16 月	休 館 日		
17 火	◎TYフィットネス ○自彊術 ◇クラフト・ガーベラの会	○自彊術	◎ブレイクダンス
18 水	◎東陵ダンスサークル △じゃんじゃんファイト	◎ブレイズ・ヒップホップ ◇かなと実用書道 △フレンドリーの会	◎ヒッポファミリークラブ ◇かなと実用書道
19 木	◎リズム体操 ○紫陽花の会	○マットピラティス △フラワーデザインスイトピー	◎フラダンス○ヨガサークル美々 ◇鷹丘つくし東クラブ △常任委員会
20 金	△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
21 土	◎子連れダンスZUMCO ちゃん ◇歌声サークル花音	◎長唄・松の実会 ◇大正琴・なでしこ △ハッピーの会	◎東陵空手クラブ
22 日	◎ピアノブリランテの会・合唱の練習 ◇むしむしカードクラブ △チャンネルの会	◎FDサークルMODAN ◇むしむしカードクラブ	◎TeamGAKU
23 月	休 館 日		
24 火	◎TYフィットネス ○自彊術	○自彊術 ◇ブルーアイランド	◎ブレイクダンス
25 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	◎ブレイズ・ヒップホップ △フレンドリーの会	◎ヒッポファミリークラブ
26 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 △フラワーデザインもえぎの会	◎フラダンス ○ヨガサークル美々
27 金	◇大正琴・かすみ草 △東陵囲碁・おりがみ会		◎ブレイクダンス
28 土	○リトミックおとのもり ◇東陵水彩会	◇二胡の練習 △ハッピーの会	◎忠興自治会
29 日	◎サックスの練習 △チャンネルの会	◎サックスの演奏会 ○控室	◎TeamGAKU ◇鷹丘体育振興会
30 月	休 館 日		
31 火	◎TYフィットネス		◎ブレイクダンス