

# HSC平成28年度 部会活動内容

HSC事業部

部会名	内容	開催日・時間	開催場所	入会金・会費
スポーツ 吹矢	スポーツ吹矢式呼吸法で健康効果と精神力・集中力を高め、競技会参加による目標や、やりがいを向上。	第2・4 月曜日 09:30～11:30	栄町会館1F 多目的集会室	¥1,000(入会金) ¥500(会費)
囲碁	4シーズン・持点制による対局、棋力差の大きい場合は指導対局、年2回の総会、親睦囲碁ゲーム・懇親会実施。	毎週木曜日 13:30～17:00	花のみち1番館 3F集会室	¥2,000(入会金) ¥500(会費)
カラオケ	HSC会員同士でカラオケ大会を開催し、懇親とコミュニケーションの輪を広げる。	第1木曜日 17:30～20:00	スナック 「かとれあ」	¥200(会費)
散策	近隣の山歩き、名所、名刹を訪ね、健脚でなくファミリー参加を計画。仲間との連帯と健康に役立てる。	4・5・6・9・10・11月 に開催	近郊一帯	実費 (交通費・拝観料等)
詩吟	詩吟を通し、感動・健康の増進に役立て心の鍛錬を目的とする。心技体に重きを置き四季の詩を計画。	第3・4 水曜日 13:30～15:00	花のみち1番館 3F集会室	無料
楽器演奏	ハーモニカ・オカリナ・フルート等気楽な楽器の合奏を通して音楽を楽しみ、施設等への慰問を実施する。	毎週 月曜日 09:00～10:30	花のみち1番館 3F集会室	無料
ぬり絵	ぬり絵を学び、脳の活性と生きがいに結びつける。年10回(1・8月休部)講師による指導を実施。	第1水曜日 13:00～15:00	花のみち1番館 3F集会室	実費(材料費)
ラジオ体操	生放送でラジオ体操を実施し、健康と親睦を深める。雨天の場合は中止。	土・日も含めた毎日 06:30～06:40	大劇場南 武庫川河川敷	無料
マージャン	脳と手の活性化により健康維持及び親睦とコミュニケーションの輪を広げ、楽しむ事を目的としている。	毎週 水曜日 13:00～17:00	栄町会館1F 多目的集会室	¥500
PY パソコン	パソコンを取り巻く世間話で楽しみながら、ワード、エクセル、メール、インターネット等のスキル向上。	毎週 金曜日 13:30～16:00	栄町会館 相談室	無料
ゴルフ	会員相互の友好と親善を深め健康向上に資する。年齢に関係なく楽しめる。	3・6・9・11月		¥3,000(会費)
ペン習字	書くことの少なくなった事及び癖字の修正研修を通じて親睦・情操の向上・老化防止を目指す。	第1金曜日 09:30～11:30	栄町会館1F 多目的集会室	¥500(会費)
ボウリング	上手い下手は関係無く、誰もが楽しめる簡単なスポーツで健康の維持と会員の交流を深める。	第1木曜日 10:00～12:00	ROUND1	¥1,000
折り紙	講師山本一彦氏指導で、立体的作品に仕上げることで脳の活性化を促し日本伝統の遊びを楽しむ。	第2金曜日 10:30～12:00	栄町会館1F 多目的集会室	¥500(教材費)
街かど 観察会	身近な地域の自然に親しみ、「人と人」「人と自然」のコミュニケーションを楽しむ。	第3火曜日 10:00～11:30	手塚治虫 記念館前	無料