

| No | 登録団体名               | 構成員数 | 活動計画                                              | 活動内容                                                                       | 利用施設名                                          | 備考                      |
|----|---------------------|------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------|
| 1  | 河内バレーボール愛好会         | 8人   | 土曜日 午後7時～9時 月3～5回                                 | 4人制ソフトバレーボール                                                               | 山東B&G海洋センター                                    |                         |
| 2  | アミーゴ                | 10人  | 毎週日曜日午後2時～4時 4～5回/月                               | ビーチボール                                                                     | 山東B&G海洋センター                                    |                         |
| 3  | ヘルスアップ「きらめき」        | 23人  | 水曜日 午前10時～午前11時 月4回                               | 健康体操など                                                                     | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 4  | 近江・米原ゲートボール連盟       | 11人  | 月3～4回活動 不定期8:30～12:30                             | ゲートボール                                                                     | すばく米原                                          |                         |
| 5  | レインボークラブ            | 16人  | 水曜日 午前9時～12時 月4～5回                                | 卓球を通じて会員相互の交流を図り、健康増進を目指す                                                  | 双葉総合体育館                                        |                         |
| 6  | 山桜                  | 20人  | 午後1時～4時 月4回                                       | グラウンドゴルフ                                                                   | すばく米原                                          |                         |
| 7  | 河南クラブ（河南グラウンドクラブ）   | 46人  | 土・日曜日 月4回                                         | ラジオ体操（グラウンドゴルフ）                                                            | 小中学校体育館・運動場・柔剣道場                               | 河南小学校運動場                |
| 8  | レクダンス あじさい          | 10人  | 金曜日 午前9時30分～10時30分 月3回                            | レクダンス、リズム体操                                                                | 山東学びあいステーション                                   |                         |
| 9  | 生命の貯蓄体操 普及会 近江教室    | 14人  | 木曜日 午後1時30分～午後3時30分 月4回                           | 要の操法 身体（全身を動かす運動）健康音頭 モルック                                                 | 近江地域福祉センターやすらぎハウス                              |                         |
| 10 | 生命の貯蓄体操 米原準支部 えがお教室 | 14人  | 水曜日 午前9時30分～11時30分 月4回                            | 丹田呼吸法、要五導術により体質を変えていくことを目指す健康体操                                            | 近江学びあいステーション                                   |                         |
| 11 | なわとび会               | 7人   | 金曜日 午後1時30分～2時30分 月4～5回                           | なわとび体操                                                                     | 近江地域福祉センターやすらぎハウス                              |                         |
| 12 | ニットカフェ              | 10人  | 火曜日（第1,2,3） 午前10時～午後2時 月3回                        | 編み物など                                                                      | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 13 | はっするいばき             | 7人   | 月曜日 午前10時～正午まで 月4回                                | テレビの動画を見て体操                                                                | 伊吹地域福祉センター愛らんど                                 |                         |
| 14 | 米原市真向会              | 21人  | 火曜日 午前9時30分～午後3時 月4回                              | 呼吸法による体操                                                                   | 米原市民交流プラザ                                      |                         |
| 15 | 押花サークル              | 6人   | 第2木曜日10時～12時・12時～15時 第3火曜日・金曜日13時～15時             | 押花を使って額や小物づくりをする                                                           | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 16 | 顔戸グラウンド・ゴルフクラブ      | 23人  | 毎週水曜日 午前9時～11時 月4回活動                              | グラウンドゴルフの練習・大会                                                             | 近江学びあいステーション                                   | 近江グラウンド<br>（7月・8月は活動休止） |
| 17 | ゆめクラブ               | 24人  | 毎週木曜日 午後1時～3時 月3～5回                               | なわとび体操                                                                     | 米原地域福祉センターゆめホール                                | 新規受付停止中                 |
| 18 | 卓球クラブ・スマッシュ         | 5人   | 月・金曜日 午後1時30分～3時30分 月8回                           | 卓球を楽しみながら健康を維持する。                                                          | きらめきデイサービスセンター                                 | 新規受付停止中                 |
| 19 | 生命の貯蓄体操かがやき教室       | 9人   | 毎週火曜日9時30分～11時30分 月4回                             | 丹田呼吸法で力を抜いて、体重・反動を利用して行う体操。                                                | 米原地域福祉センターゆめホール                                |                         |
| 20 | きらめき卓球クラブ           | 8人   | 毎週水・金曜日 午前10時～12時 月8回                             | 卓球の練習                                                                      | きらめきデイサービスセンター                                 |                         |
| 21 | まなざし太極拳クラブ          | 5人   | 水曜日 午後7時30分～9時 月4回                                | 太極拳                                                                        | 伊吹山麓青少年総合体育館                                   |                         |
| 22 | さわやかグループ            | 7人   | 毎週火曜日 午前9時～10時 月3回                                | エアロビクス・マット運動（ストレッチ）                                                        | 伊吹山麓青少年総合体育館                                   |                         |
| 23 | 米原三味線教室             | 10人  | 第1, 3火曜日 午前9時30分～12時30分第2, 4木、金曜日午前9時30分～午後4時 月6回 | 民謡・歌謡・津軽三味線レッスン 各施設、サロン等演奏                                                 | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 24 | 蓮池トレニング             | 7人   | 毎週土曜日 10時～12時 4～5回                                | まいばら体操・大東市体操・カラオケボイストレーニング                                                 | きらめきデイサービスセンター                                 |                         |
| 25 | きらめきフレンドリーパソコンクラブ   | 5人   | 毎週木曜日 午後1時30分～3時30分 月3～4回（第2木曜日は休み）               | パソコン・カラオケ・ゲーム                                                              | きらめきデイサービスセンター                                 |                         |
| 26 | 生命の貯蓄体操米原準支部すこやか教室  | 10人  | 毎週木曜日 9時30分～11時30分 3～4回                           | 体操（CD利用）                                                                   | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 27 | 生命の貯蓄体操米原準支部やすらぎ教室  | 6人   | 毎週金曜日9時30分～11時30分 月3～4回                           | 体操（CD利用）                                                                   | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 28 | カモン太極拳同好会           | 12人  | 毎週火曜日9時30分～11時30分 月4回                             | 年を重ねても元気で自分の足で歩けるように、ゆつくりとした動作で足腰を鍛える                                      | 近江地域福祉センターやすらぎハウス（1～3月、7～9月）<br>山東公民館（上記以外の時期） |                         |
| 29 | 喜楽グラウンドゴルフ友の会       | 25人  | 月3～4回 午後1時～4時まで                                   | グラウンドゴルフ 1日に3～4試合                                                          | すばく米原                                          |                         |
| 30 | 生命の貯蓄体操（コスモス教室）     | 12人  | 毎週金曜日午前10時～11時30分 月4回                             | 心身の健康増進のための体操                                                              | 人権総合センター                                       |                         |
| 31 | 生命の貯蓄体操（蓮池教室）       | 15人  | 毎週木曜日午後1時30分～3時30分 月4回                            | 心身の健康増進のための体操                                                              | 米原学びあいステーション                                   |                         |
| 32 | 生命の貯蓄体操（息郷教室）       | 11人  | 毎週水曜日午後1時30分～3時30分                                | 心身の健康増進のための体操                                                              | 米原地域福祉センターゆめホール                                |                         |
| 33 | 春照グラウンド同好会          | 23人  | 毎週水曜日午前9時～11時 月4回                                 | 春、秋季、月別大会 グラウンドゴルフ練習                                                       | 伊吹第1グラウンド                                      |                         |
| 34 | なわとび体操クラブ           | 10人  | 毎週火曜日午後1時30分～3時 月4回活動                             | 体操は有酸素運動、筋肉のトレーニング、バランス運動、脳トレなど3セット                                        | 山東学びあいステーション                                   |                         |
| 35 | ひまわり                | 13人  | 毎週土曜日午後8時～9時30分 月4～5回                             | ビーチボールバレー                                                                  | 小中学校体育館・運動場・柔剣道場                               |                         |
| 36 | 和心めぐるヨガ             | 26人  | 毎月第2, 3, 4木曜日                                     | 高齢者や体が不自由な方でも行える簡単なヨガです。セルフマッサージや体幹、下半身を強化する動きを中心に行い、一生自分の足で歩ける身体を目指しています。 | 人権総合センター                                       |                         |
| 37 | ひまわり                | 9人   | ビーチボール                                            | ビーチボール                                                                     | 山東B&G海洋センター                                    |                         |