

# 勤労女性センターだより

2026年2月号

令和8年2月1日発行

勤労女性センターは、日常生活の余暇を有意義に過ごしていただくための施設です。各種講座や研修、趣味や生涯学習などのサークル活動に利用できます。



1月は、寒さも厳しく、ドカ雪で大変でした！2月を頑張って乗り越えると、いよいよ春が近づいてきますよ！冬こそ丸くなっている背中を伸ばし体力をつけませんか？センターで活動している太極拳サークルが4つあります。それぞれの型はありますが、ゆっくりとした動作が特徴です。ご興味のある方は見学・体験もできますので、センターまでお問い合わせください。楽しい仲間が待ってます！

## センターで活動している

## ～太極拳サークルさんをご紹介します！～

### 太極拳サークルわかば会 (月4回 金曜日13:20～14:50)



### 講師:佐々木孝子氏

～楊名時八段錦太極拳簡化二十四式～

### 太極拳サークルひまわり会 (月4回 水曜日10:30～12:00)



★センターで開催している生活講座から生まれたサークルです★

### 【サークルさんから一言】(わかば会・ひまわり会)

60代～80代の会員が運動不足や体力維持のため、ゆっくりとした動作の太極拳を部屋の窓から海を見ながら楽しんでます。

### 最上太極拳サークル (月4回 月曜日10:00～12:00)

講師:木嶋敏子氏



### 【サークルさんから一言】 ～二十四式太極拳他～

ゆっくりとした動作の太極拳です。二十四式他等でみんなで楽しく活動しています。見学もできますので是非来てください。

### すみれ太極拳 (第2・4火曜日13:00～15:00)

講師:西田真由美氏



### 【サークルさんから一言】 ～簡化二十四式太極拳と功夫扇～

ベテランも新人もうまい下手に関係なく和気あいあいとやっています。ほどよい運動になりますよ！一度体験してみませんか？

## スマホ や パソコンから 3か月分 予約状況を確認できます！

### 閲覧方法

■ スマホまたはPCで検索

小樽市勤労女性センター

または…

■ QRコードをスマホで読み込む

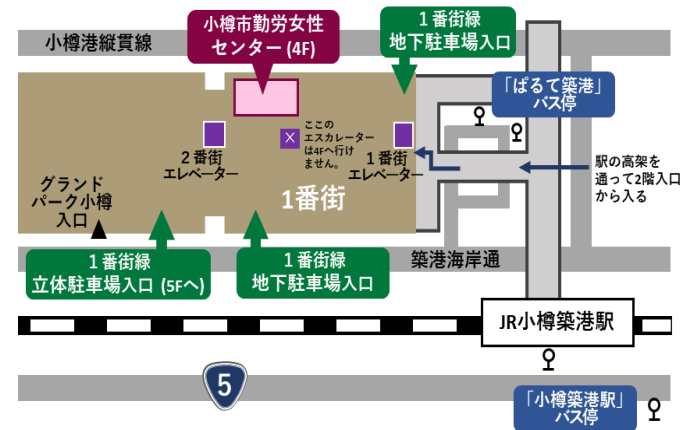


HPのコンテンツ  
「予約状況」  
から見れます！

空いている日が  
すぐわかって  
便利！



### ウイングベイ小樽 1番街 (4F)



### 小樽市勤労女性センター

〒047-0008 小樽市築港11番1号  
ウイングベイ小樽1番街4階  
TEL・FAX 0134-22-6081  
E-mail josei-center@city.otaru.lg.jp



# 令和8年2月サークルカレンダー



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
9:00 パン作り 10:00 太極拳 13:00 コーラス	10:00 3B体操 12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ 	9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 12:30 茶道 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ 18:00 ダンス	9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 17:30 ヨガ	10:00 コアトレーニング 10:30 3B体操 13:00 太極拳	9:00 茶道 9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス 18:00 ダンス
9	10	11	12	13	14
9:00 パン作り 10:00 太極拳 13:00 コーラス	10:00 3B体操 12:30 ヨガ 13:00 太極拳 18:30 ピラティス・ヨガ	休館日 建国記念日 	9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ	10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 10:30 3B体操 13:00 太極拳	9:00 茶道 12:30 コーラス 13:00 ダンス 
16	17	18	19	20	21
10:00 太極拳 13:00 コーラス	10:00 3B体操 12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ	9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 12:30 茶道 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ 18:00 ダンス	9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 17:30 ヨガ	10:00 コアトレーニング 10:30 3B体操 13:00 太極拳	9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス 18:00 ダンス
23	24	25	26	27	28
休館日 天皇誕生日 	10:00 3B体操 12:30 ヨガ 13:00 太極拳 18:30 ピラティス・ヨガ	9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 12:30 茶道 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ 18:00 ダンス	9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ	10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 10:30 3B体操 13:00 太極拳	9:00 茶道 12:30 コーラス 13:00 ダンス 



「私たちがサークル活動をしたいけど、新センターはどんな部屋があるのか見てみたい!」と思いませんか?見学可能ですのでご連絡ください。

休館やキャンセル等により、記載内容に変更が生じる場合があります。気になるサークルがありましたら、お気軽に窓口へお問い合わせください。

小樽市勤労女性センター 0134-22-6081

