

たいきょくけんをたのしむかい 太極拳を楽しむ会			【会員募集中】	太極拳	
85					
活動内容	太極拳の技の習得を持続すると共に、健康維持に仲間と無理せず楽しく過ごしています。体験してみたいと思われる方は気軽に参加をして下さい。		対象者	協調性のある方	
会員数	13人 (男性 2人・女性 11人) 50~80歳台平均60歳台				
会費	入会金	-	年会費	-	
	月会費	2,000円		活動日	毎週水曜日
	その他	-		活動時間	午前又は午後
主な活動場所	アビスタ、けやきプラザ、近隣センター等		指導者	今井 加代子	
ホームページ	なし				

たいきょくけんくらぶもえ 太極拳クラブMOE (萌)			【会員募集中】	太極拳	
183					
活動内容	武術の動きを基本とした太極拳を練習しています。初心者も運動不足の方も無理なく続けられます。まずはお気軽に見学や無料お試し参加にお越しください。お待ちしております。		対象者	どなたでも。 ただし、お子様は対象外です。	
会員数	8人 (男性 3人・女性 5人) 40~70歳台				
会費	入会金	1,000円	年会費	1,000円	
	月会費	3,000円		活動日	毎週月曜日 (祝日は休み)
	その他	年2回ほど 表演会等(お楽しみ会)の実費		活動時間	午後6:30~8:00
主な活動場所	我孫子市根戸近隣センター多目的ホール		指導者	白川 三栄	
ホームページ	https://taikyokuken0.webnode.jp/				

けんこうたいそう・じきょうじゅつ 健康体操・自彊術			【会員募集中】	自彊術	
67					
活動内容	老若・男女・病弱者等を問わず、各人の能力に応じて実践することで、自己免疫力、自己治癒力を高め、又自律神経のバランスが整えられる日本古来の治療体操です。		対象者	どなたでも	
会員数	10人 (男性 -人・女性 10人) 50~80歳台				
会費	入会金	-	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円		活動日	月4回 原則として毎週木曜日
	その他	-		活動時間	午前10:00~11:30
主な活動場所	アビスタ		指導者	平澤 昌子	
ホームページ	なし				

じきょうじゅつたいそう あびこえきまえきょうしつ (公) 自彊術体操・我孫子駅前教室			【会員募集中】	自彊術	
129					
活動内容	病院や薬に頼らず、自分の健康は自分で創る為に、決して無理はせず、少しずつ体を動かし、体操をして元気で過ごせるように、皆さんと一緒にがんばりましょう!!		対象者	どなたでも。 無料体験出来ます。	
会員数	6人 (男性 -人・女性 6人) 50~80歳台				
会費	入会金	-	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円		活動日	月4回 火曜日
	その他	-		活動時間	午後1:30~3:00
主な活動場所	アビスタ		指導者	榎原 志津子	
ホームページ	なし				

じきょうじゅつたいそう いずみきょうしつ (公) 自彊術体操・泉教室		【会員募集中】	自彊術
130			
活動内容	病院や薬に頼らず、自分の健康は自分で創る為に、決して無理はせず、少しずつ体を動かし、体操をして元気で過ごせるように、皆さんと一緒にがんばりましょう！！	対象者	どなたでも。 無料体験出来ます。
会員数	6人 (男性 - 人・女性 6人) 50~80歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	
	その他	-	活動時間
主な活動場所	泉集会場		午前10:00~11:30
ホームページ	なし	指導者	榎原 志津子

じきょうじゅつたいそう ひがしあびこきょうしつ (公) 自彊術体操・東我孫子教室		【会員募集中】	自彊術
131			
活動内容	病院や薬に頼らず、自分の健康は自分で創る為に、決して無理はせず、少しずつ体を動かし、体操をして元気で過ごせるように、皆さんと一緒にがんばりましょう！！	対象者	どなたでも。 無料体験出来ます。
会員数	8人 (男性 2人・女性 6人) 50~80歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	
	その他	-	活動時間
主な活動場所	近隣センターこもれび		午後1:30~3:00
ホームページ	なし	指導者	榎原 志津子

じきょうじゅつどうこうかい 自彊術同好会		【会員募集中】	自彊術
157			
活動内容	体操を通して、地域の皆様と親交をはかり、自分自身、家族の健康管理のため活動しています。	対象者	どなたでも
会員数	15人 (男性 0人・女性 15人) 50~70歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	
	その他	-	活動時間
主な活動場所	アピスタ		午前10:00~11:30
ホームページ	なし	指導者	中尾 佳子

にほんすぽーつふきやきょうかい・あびこあすなろしぶ 日本スポーツ吹矢協会・我孫子あすなろ支部		【会員募集中】	スポーツ吹矢
150			
活動内容	本会は、スポーツ吹矢を通じ健康の増進と会員相互の親睦を図り、地域に於ける「生きがい作り」に寄与することを目的とし、スポーツ吹矢の普及と発展を図る。チャレンジ吹矢。	対象者	我孫子市在住、在勤の方
会員数	28人 (男性 13人・女性 15人) 50~80歳台		
会費	入会金	1,000円	活動日
	年会費	-	
	月会費	1,000円	
	その他	衛生上、個人用吹矢器具一式	活動時間
主な活動場所	湖北地区公民館・我孫子市民体育館		午前9:00~正午
ホームページ	なし	指導者	竹之内義雄、伊藤順