





健康づくり

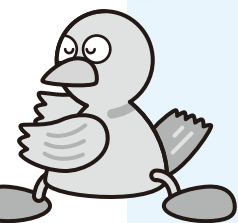
太極拳

呼吸法と健康太極拳

■時木曜日（月3〜4回）、午前10時30分〜正午 陽増林地区センター 費月会費2000円 問青木☎977122333

越谷草原太極拳クラブ

■時毎週水曜日、午後7時〜9時 陽越ヶ谷小体育館 費入会金1000円、月会費2000円 問会田☎0901405511



7304

東越谷太極拳アップル

■時毎週日曜日、午後5時〜7時 陽増林小体育館 対初心者 費月会費2000円 問会田☎09014055117304

氣功太極拳そよかぜ

■時火曜日（月2回）、午後2時〜3時40分 陽越ヶ谷地区センター 費月会費1000円 問廣田☎96412366

ウォーキング

遊友クラブ

■時毎週水曜日、午前9時〜正午 陽保健センター集合 対市内在住の60歳以上の男性のみ 費入会金2000円、年会費3000円 問山口☎0901491516132

リズムダンス・体操

■健康リズムダンス・ギャロップ 時毎週火曜日、午前10時〜11時30分 陽蒲生地区センター、蒲

生交流館、南越谷地区センター 費入会金1000円、月会費2000円 問車☎98810806

シンヌ（リズムダンス）

■時陽毎月第1・3水曜日：蒲生交流館、第2・4水曜日：蒲生地区センター。時間はいずれも午前10時30分〜正午 対おおむね50歳以上の方 費入会金1000円、月会費2000円 問紅谷☎97818645

婦人体操クラブ

■時毎週金曜日、午前9時30分〜11時30分 陽第2体育館 費月会費750円 問臼井☎964211359

ミュージック・オブ・フラッツ（女性コーラス）

■時毎週水曜日、午後1時〜3時 陽北部市民会館 費入会金3000円、月会費1000円 問御器谷☎97612137

コール・メローネ（女声合唱）

■時毎週火曜日、午前10時〜正午 陽北部市民会館ほか 対二部合唱、三部合唱を楽しみたい方 費入会金なし、月会費3500円 問今村☎96516334（午後6時以降）

女声合唱団アンダンティーン

■時毎週火曜日、午前10時〜午後1時 陽生活クラブ生協越谷生活館ほか 費入会金2000円、月会費5000円 問河野☎0901723115166

越谷女声合唱団

■時陽毎月第1・3木曜日、午前9時20分〜11時50分：千問台記念会館、毎月第2・4木曜日、午前10時〜11時50分：山咲ホール（赤山本町） 費月会費7000円 問金丸☎97518016

民謡

晴簞会

■時①毎週火曜日 ②毎週土曜日。いずれも午後7時30分〜9時30分 陽宮本町5丁目松澤会館2階 費入会金3000円、月会費6000円 問吉野☎96415309

包相会

■時①毎月第1・2・3金曜日、午後1時30分〜3時30分 ②毎月第1・2・3火曜日、午前9時30分〜11時30分、午後1時30分〜3時30分 陽①こしがや能楽堂 ②午前は大相模地区センター、午後は大相模公民館 費月会費2000円 問森田☎98814586

演劇

越谷市民劇団ともしび

■時毎週水曜日、午後7時30分〜9時30分 陽中央市民会館 対成人 費月会費1000円 問松林☎96411119

ゴスペル

越谷ゴスペルを楽しむ会「GAYAPPELLA」

■時毎月第2・4火曜日、午後7時〜8時30分、練習後30分程度ミーティング 陽南越谷地区センターまたは蒲生地区センター 費3カ月8000円 問村川☎0901915211291

ゴスペルサークル Rejoice!

■時土曜日（月2回）、午後2時〜4時 陽南越谷地区センターまたは蒲生地区センター 費入会金2000円、月会費3500円 問黒田☎0901390118520

リズム体操ひまわり

■時毎月第1・3水曜日、午前10時〜正午 陽第1体育館 対市内在住の方 費月会費1000円 問山崎☎97814791

健康体操サークルえがお

■時木曜日（月2回）、午後1時〜2時30分 陽増林地区センター 対市内在住の方 費入会費なし、1回300円 問佐藤☎96514125

健康サポートサークル（初心者ストレッチほか）

■時曜日不定（平日のみ、月4回）、午前10時〜正午 陽中央市民会館 対健康な方。年齢不問 対ストレッチングトレーナーによる簡単な運動 費月3000円。体験無料 対飲み物、動ける服装、室内シューズ 問金田☎08013123187

ヨガ

越谷笑いヨガクラブ

■時①毎月第1・3火曜日、午後2時〜3時20分 ②毎朝午前6時50分〜7時30分（火曜・日曜を除く） 陽①中央市民会館 ②しらこばと橋下の水門広場 費①1回499円 ②無料 問井上☎96418755

老人福祉センターのクラブ・サークル

会場は各老人福祉センター、対象は市内在住の60歳以上の方

くすのき荘

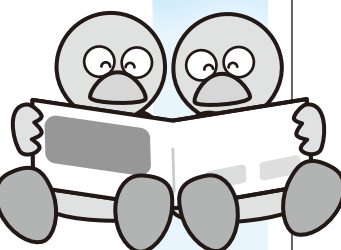
フラ・メリアの会（フラダンス）

■時毎月第1・3木曜日、午後1時〜3時 費入会金1000円、月会費1000円 問田村☎0901968419920

ゆりのき荘

いきいき体操クラブ

■時毎月第2・4火曜日、午前10時〜11時30分 費入会金5000円、会費2カ月分15000円 問船木☎97614926



味楽会（男性のためのやさしい料理教室）

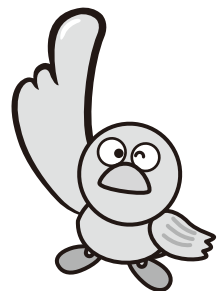
■時毎月第1・3火曜日、午前10時〜午後1時 費1回1000円 対男性の方若干名 問高瀬☎96614550

日本舞踊・月の会（月藤流）

■時毎月第1・3水曜日、午前10時〜正午 費月会費1200円 問篠原☎97717688

英会話タイムサークル

■時毎月第1・4金曜日、午後1時〜2時30分 費入会金2000円、月会費1500円前後 問宮島☎98814457



うた・演劇

童謡

みんなの心のうたゆりかご

■時隔週木曜日、午前9時30分〜11時30分 陽中央市民会館 費入会金1000円、月会費1000円 問山崎☎090157571164

合唱

越谷声楽アンサンブル（混声合唱）

■時毎月第1・3木曜日、午後7時〜9時 陽山咲ホール（赤山本町） 対ア・カペラで歌うことに興味のある方 費月会費2000円 問山崎☎0901910515548



混声合唱入門 エバグリーン

■時毎月第1・3月曜日、午後1時30分〜3時30分 陽南越谷地区センター 費月会費2500円 問和泉☎97619369

サンシティ市民合唱団

■時毎週土曜日、午後6時30分〜9時 陽山咲ホール（赤山本町） 対カール・オルフ「カルミナ・ブラーナ」を歌う 費入会金2000円、月会費4500円（学生半額） 問山崎☎0901910515548

女声合唱団 響

■時月曜日（月3回）、午前10時〜正午 陽山咲ホール（赤山本町） 費月会費7000円 問金丸☎97518016