

## からだを動かす活動

No	団体名	主な活動内容	主な活動場所
1	しらはたラジオ体操クラブ	ラジオ体操	白幡公園(雨天時は集会所にて)
2	新田栄寿会	ラジオ体操	
3	葉月会	ラジオ体操	大谷口幼稚園前庭
4	辻7丁目一里塚公園ラジオ体操クラブ	ラジオ体操	辻7丁目一里塚公園
5	中通公園なかよし会	ラジオ体操	中通公園周辺
6	啓翁桜の会	ラジオ体操	弁天公園
7	ラジオ体操クラブさわやか	ラジオ体操	向公園
8	内谷2丁目ラジオ体操	ラジオ体操	内谷2丁目児童公園
9	ラジオ体操 篠堤会	ラジオ体操	篠堤公園
10	コスモラジオ体操サークル	ラジオ体操	グランコスモ武蔵浦和
11	内谷七丁目元気会	ラジオ体操・ソフトボール・ボウリング	内谷7丁目内
12	ボランティアグループ一歩会	ラジオ体操・盆踊り練習	埼京線高架下ウエーブ
13	しらはた卓球クラブ	卓球	白幡団地集会場
14	さわやか卓球クラブ	卓球	辻1丁目自治会館
15	スターズ	卓球	別所公民館
16	年金浦和卓球クラブ	卓球	桜区記念総合体育館
17	オレンジピンポンクラブ	卓球	別所公民館
18	青年卓球	卓球	西浦和公民館
19	善前楽卓会	卓球	善前公民館
20	卓球同好会	卓球	西浦和公民館
21	友笑会	グラウンド・ゴルフ	辻児童公園
22	辻1丁目年輪会	グラウンド・ゴルフ	辻1丁目児童公園
23	細野自治協カ会グラウンドゴルフ会	グラウンド・ゴルフ	大谷場広場
24	辻自連協グランドゴルフ部	グラウンド・ゴルフ	スカイフラワーパーク(辻南小裏)
25	浦和学園グランドゴルフ同好会	グラウンド・ゴルフ	浦和北公園
26	ひまわりクラブ	グラウンド・ゴルフ	辻5-10中道公園
27	文蔵福寿会	グラウンド・ゴルフ他	各サークルにより異なる
28	ヘルシー体操	体操	文蔵公民館視聴覚室または体育館
29	深呼吸体操クラブ	体操	別所公民館
30	彩々クラブ	体操	松本自治会館等
31	スマイルストレッチクラブ	体操	西浦和公民館
32	ストレッチクラブ	体操	西浦和公民館
33	ひまわり体操	体操	西浦和公民館
34	さえずりサロン	体操、合唱	別所公民館
35	百歳まで元気「ココニール」ほほえみの会	体操、手芸、サロン	代表者宅
36	六公会	ゲートボール	根岸、尾間木ゲートボール場
37	谷田同好会	ゲートボール	
38	四谷会	ゲートボール	四谷1丁目体育広場
39	四谷さくら会	ゲートボール	四谷3丁目公園、大間木公園
40	フレンドリー太極拳	ストレッチ、太極拳	善前公民館
41	鹿I太極拳	太極拳	鹿手袋一丁目集会場
42	気合いと出会い「健康ファースト」	太極拳	別所沼公園
43	太極拳 宙	太極拳	市内公民館
44	神明虹の会	健康体操	根岸北原公園・コーププラザ浦和
45	タートルクラブ	健康体操	別所公民館
46	リ・フレッシュ	健康体操	谷田公民館
47	ひまわり	健康体操	仲町公民館
48	センチュリークラブ	健康体操、散歩、合唱、パソコン	マンション集会所
49	第二体操倶楽部	百歳体操	六辻公民館
50	木曜元気会	百歳体操	善前公民館
51	百歳体操「春の会」	百歳体操	別所会館
52	ゆりの会	百歳体操	イリーゼ中浦和
53	ゴールドダンスクラブ	ダンス	常盤公民館
54	DCC11ダンスクラブ	ダンス	常盤公民館
55	フラダンスアロハの会	ダンス	武蔵浦和ミセン・文蔵公民館等

56	マーリエ、マカニ	フラダンス	文蔵公民館
57	アロハ ミッキーフラ スタジオ	フラダンス	サウスピア別所スタジオ
58	コミニティカフェ おひさま	ウォーキング、絵手紙、ビーズ	
59	曲本五丁目体操会	ウォーキング、ラジオ体操	曲本5丁目セキ薬局前広場
60	ソフトエアロビックスコスモス	エアロ(音楽にあわせて体を動かす)	田島公民館
61	シニアエアロビックスひまわり	エアロビックス	別所公民館
62	南区地域スポーツクラブ	エアロビックス、卓球、太極拳	白幡中学校体育館
63	四谷に丁目ヨガクラブ	ヨガ・歌・踊り	四谷会館
64	コスモ吹き矢サークル	吹矢	グランコスモ武蔵浦和
65	吹矢サークルさくら草	吹矢	別所公民館
66	朝の体操クラブ	肩こり体操	
67	フィジカルサロン	気功体操、座位太極拳	武蔵浦和荘
68	生きがい彩の会「健康サロン」	健康サロン	仲町公民館
69	パール1	水泳	沼影市民プール
70	別所吹矢愛好会	スポーツ吹矢	別所公民館
71	ソフトテニス火曜クラブ	ソフトテニス	秋ヶ瀬公園コート
72	大里小ソフトボール同好会	ソフトボール	大里小学校
73	太極拳まつもとクラブ	太極拳、体操	松本2丁目公園
74	フラットサロン	卓球・カラオケ	内谷2丁目一、二、三会館
75	ウイング・ニューススポーツクラブ	テニスに近いニューススポーツ	
76	ポピークラブ	フォークダンス	谷田公民館、善前公民館
77	ホークダンスクラブ	ホークダンス	仲本公民館
78	大谷口ペタンククラブ	ペタンク	浦和競馬場
79	いこいの家	ほぐひも体操、茶話会	辻県営団地集会室
80	3B体操	リズム体操	別所公民館
81	トータルフィットネスクラブ	リンパ体操、ストレッチ	田島公民館

## 文化・芸術・趣味活動

No	団体名	主な活動内容	主な活動場所
1	はなみずきの会	カラオケ	与野本町付近のカラオケできる場所
2	歌王会	カラオケ	南浦和駅付近
3	カラオケ愛好茶子の会	カラオケ	
4	辻ーカラオケ同好会	カラオケ	辻1丁目自治会館
5	シニア大学大宮校第16期 カラオケクラブ	カラオケ	大宮
6	白幡白寿会	老人クラブ(ゲートボール、民謡等)	白幡自治会館
7	寿楽会	老人クラブ(健康体操等)	南浦和公民館、自治会館など
8	辻白寿会	老人クラブ(ゲートボール等)	六辻ゲートボール憩いの広場、辻公会堂
9	別所公民館将棋クラブ	将棋	別所公民館
10	将棋をやる会	将棋	西浦和公民館
11	悠友会	将棋、麻雀、散策、旅行 等	自宅など
12	さつき会	老人クラブ(囲碁、将棋、川柳)	
13	さいたま市南市民囲碁協会・サウスピア老人クラブ	囲碁	サウスピア
14	囲碁入門教室	囲碁	文蔵公民館会議室
15	囲碁の会	囲碁	新田自治会館
16	さいたま話し方の会	勉強会	
17	若葉卓球クラブ	勉強会	東浦和公民館
18	SSUK8期校友会	勉強会、健康体操(リンパ)	浦和ふれあい館、浦和コミュニティセンター
19	南部地区社会福祉協議会文蔵支部	高齢者サロン	文蔵第二自治会館 中ホール
20	さわやか教室	高齢者サロン・体操	文化センター練習室
21	鈴谷PCサークル	パソコン教室	鈴谷公民館
22	ITSPC	パソコン教室	
23	さいたま市南区南部地区社会福祉協議会	ふれあい会食	
24	食生活改善推進委員	ふれあい会食	南浦和公民館・浦和区保健センター
25	たじまプリムローズ	合唱	田島公民館
26	よつばの会	合唱、おしゃべり	西浦和公民館、内谷2丁目一、二、三会館
27	編み物の会	編み物	
28	燦々すみれ会	手芸、お出かけ	浦和コミュニティセンター
29	手作りはがきの会	絵はがき作り	文蔵公民館

30	絵画同好会	絵画	サウスピア
31	辻1丁目麻雀同好会	麻雀	辻1丁目自治会館
32	すずめの会	健康麻雀	
33	懐かしの歌声会	施設慰問、歌	北浦和公民館、常盤公民館他
34	スケッチクラブ	水彩画	北浦和公園、別所公民館
35	しかてぶぐる界隈を笑顔でいっぱいしようの会	地域交流活動	鹿手袋7-3-19のらうら
36	ライラック	布ぞうり造り	常盤公民館
37	赤とんぼ(ハーモニカ)	ハーモニカ	田島公民館
38	萩の会	俳句	
39	仲町短歌会	短歌	
40	腹話術(浦和チャターズ、Yわいサロン)	腹話術	岸町公民館
41	楽謡会	民謡と三味線のお稽古	文蔵公民館
42	西浦和洋裁と手作りの会	洋裁仕立て、小物手作り、リサイクル	西浦和公民館
43	別所公民館歴遊会	歴史講座・史跡見学	別所公民館
44	伊奈さいたま会 紙ふうせんクラブ	折り紙	大宮シーノ
45	浦和小魚迷人クラブ	釣り	別所沼公園
46	みのりの会	料理	鈴谷公民館