

わたしたちこんな活動しています

## サークル紹介

### 手芸同好会「あやめ会」

手づくりの手編みの良さと  
高級感を楽しみませんか



あやめ会は、会長に花井ハマエ、講師に小平知恵で手芸同好会すみれ会として平成12年に発足。13年に「あやめ会」に名称を変更し、現在に至っています。

現在30代から95歳までの女性30人で月2回、みんなで楽しく親睦を深めながら製作しています。

平成14年に北星信用金庫レンガの家「キラリ」にて作品展を開催し、平成16年から19年まで旭川NHKギヤラリーにて作品展を開催したほか、平成12年から市民文化祭へ出展し、日頃の活動成果を発表しています。

手づくりの手編みの良さと、高級感をたくさんの方に体験していただきたいと思っています。また、機械編についても指導しています。

経験や年齢は問いません。オシヤトを作りたい方を歓迎します。

あやめ会は親切で情熱のある人の集まりです。興味のある方、ぜひ入会をお願いします。お待ちしております。

- 活動日時  
月2回  
13:00～16:00
- 活動場所  
市民文化センター
- 会費  
月500円
- 連絡先  
小平 知恵さん  
☎01654②3840

### 名寄歩くスキー協会

自分に合ったペースで  
楽しく始めてみませんか



- 活動日時 12月～3月(4カ月間) 毎週日曜日9:30～
- 活動場所 健康の森、その他
- 会費 1シーズン1,000円
- 連絡先 糸川 満(事務局)☎01654③3325

名寄歩くスキー協会は、昭和57年12月10日に設立されました。年齢層は50代から80代までが中心で、男性73人、女性83人で活動しています。

冬期シーズンは12～13回の歩くスキーによる自然散策などを行い、夏季シーズンにもノルディックウォーキングなどを12～13回程度行い、活動しています。

会員は、継続的に有酸素運動を行うことで、健全な身体と体力の保持を図っています。

自分の体力に合ったペースで歩くスキー、ノルディックウォーキングを楽しみたい方、体力や健康の増進を図るために運動をしよと考えている方、老若男女問わず募集しています。

自分に合ったペースで楽しく歩くスキーを始めてみませんか。



サークル紹介は市生涯学習課発行のサークル便利帳に掲載している団体を紹介しています。