

ヒロハワイアンズ

四日市市内を中心に、各種のハワイアンイベントに参加したり各地の老人福祉施設等を訪問したりしています。

ハワイアンのほかポップス、歌謡曲、童謡まで、いろんなジャンルの音楽を演奏しています。



市川美智子とイロリパターズ

定年後無職の男性が四日市市蔵町にある、なやプラザの会議室に毎月第1木曜日10時～12時「頭の3分間体操」(認知症予防)を開催しています。今日は分科会の単に歌好きの仲間と結成されました。



Laule'a (ラウレア)

「Laule'a」とはハワイ語で「幸福・平和」

「Laule'a ラウレア」は、旧名「ラウレア・フラ・クラブ」として2006年より活動をスタート。

今年で12年目をむかえました。フラは下半身はもとより全身の筋肉をしっかりと使っています。有酸素運動でフラを続けることで健康維持が期待できます。

また踊る側にも観る側にも癒し効果があるといわれています。ここのステージは12年間連続出演しています。

会員募集中

詳しくはホームページまで。

<https://www.lauleahula.com/>



展示



富岳会

銅板工芸 仲間との交流も楽しいです
銅の持つ特性を生かし一枚の板から絵画のような作品に仕上げます。
練習日：月2回火曜日・午後から
会員募集中 ぜひ見学に来てください。



フラワーサークルスマイル



お花大好きな仲間が生花、プリザーブドを楽しんでいます。レッスンは毎週木曜日
昼の部 14:00～
夜の部 18:00～

体験中



四日市マジック愛好会 楽・楽



華麗な手品に大人も子どもたちも夢中

すご～い

三重スポーツ鬼ごっこ愛好会



スポーツ鬼ごっこを通じて三重の子供たちが自分らしく元気にいきいきと育つ環境を作ります。また海岸清掃など環境保全団体との協働も積極的に行っています。

(福) 風薫会 みなと在宅介護サービスセンター



お年寄りたちのステキな作品が勢ぞろい