

令和5年度版

すばらしい
 であい ふれあい・・・あなたがかがやく



伊那公民館

電話 78-3447

令和5年 6月1日発行

クラブ・サークルのご案内

♪♪ お気軽にご参加ください ♪♪

くわしいことは、各グループにお問い合わせ下さい。

提供：伊那公民館振興協力会



分野	団体名	内容	日時	入会資格	お問い合わせ先	
絵画・ 工芸・ 手芸・ 書	葦の会 (絵画サークル)	油絵や水彩画等好みの技法で自由に描き、楽しく勉強しています。新たな仲間大歓迎です。一度見にきてみませんか！	毎月第1・4土曜日 午後 1:00~5:00	特になし	斎藤 秀夫	78-2650
	イーゼル会	自由に描いてみませんか？気軽にのぞいてみて下さい。	毎月第2・4木曜日 午前 9:30~12:00	特になし	見学に来てください	
	木目込みと 手編みの会	かわいい人形や干支の木目込みと手編みのセーター、ベスト、帽子等手芸の好きな人一緒に楽しく作りませんか。	毎月第4金曜日 午前 10:00~午後 3:00	どなたでも	白鳥 紀子	78-4629
	洋裁クラブ	私たちは、着物リメイクから、洋服小物まで幅広く作成しています。活動を通じて楽しい仲間づくりがモットーです。	毎月第2・4水曜日 午前 9:00~12:00	特になし	見学に来てください	
	書友会	初心者、熟練者問いません。書道に興味のある方、一緒に楽しみましょう。	毎週金曜日 午後 1:00~2:30	特になし	見学に来てください	
	陶芸クラブ	作風は様々で、思いがけない色が出た時はうれしいものです。ご一緒に如何ですか。お待ちしております。	毎月第1・3水曜日 午後 1:00~5:00	特になし	見学に来てください	
	陶好会	陶芸好きな方、創意欲のある方は是非一緒に楽しみましょう。仲間となり人生を楽しみましょう。	毎週金曜日 午後 6:00~8:00	特になし	見学に来てください	
	ドキドキクラブ	自分好みの陶器を、自由な感覚で楽しく作っています。興味のある方は一緒に楽しみましょう。	毎週月曜日 午前 9:30~11:30	特になし	見学に来てください	
	ドリームクラブ	自然のままの色を残しながら立体的に乾燥させた美しい花と向き合ってみませんか。プリント作品も楽しめますよ。	毎月第3土曜日 午前 9:30~11:30	どなたでも	伊東まゆみ	78-6319
	ラタン&ラタン	籐かごやバスケットなど作りたい物が自由に創れます。体験も受付けておりますので興味ある方はぜひご参加下さい。	毎月第1・3木曜日 午前 10:00~12:00	籐細工に興味のある方 どなたでも	細田さつき	78-6055
あみあみクラブ	みんなであみ物を勉強しています。	毎月第2・4木曜日 午後 1:30~3:30	どなたでも	小木曾千春	73-5105	
木つつ木会	月に2回の教室ですが、皆さん好きな材料でおしゃべりしながら楽しく木彫をしています。是非一緒に楽しみませんか。	毎月第1・3木曜日 午後 1:30~3:30	特になし	見学に来てください		
運 動	いきいき スリムアップ教室	年齢を問わず、どなたでも楽しく出来る体操です。見学に来てみてよかったらさそいあって、御入会下さい。	毎月第2・4火曜日 午後 1:40~2:40	特になし	板山恵美子	72-3851
	K-kids ジュニア	3才から楽しく始めるキッズダンス！リズム感や感性・体力が向上し、挨拶する礼儀も身につきます。イベント出演もできます。	毎週木曜日 午後 5:30~6:30	3歳以上の お子様と 保護者様	見学に来て下さい	
	大河クラブ (太極拳)	呼吸にあわせて無理なくゆっくりと動く太極拳は、健康維持に最適です。初心者も気軽にどうぞ、いつでも大歓迎！	毎週水曜日 午後 7:00~8:30	特になし	見学に来て下さい	
	太極拳コスモス	ゆっくりとした動きの太極拳は、健康増進・病気予防・ストレス解消に効果があります。男女年齢問わず誰でも大歓迎！	毎週木曜日 午前 10:00~11:30	特になし	見学に来て下さい	
	ミュージック体操	音楽に合わせて、無理なく楽しく体を動かし心も身体も爽やかに！一緒に心地良い汗を流しましょう。お待ちしております。	毎月第1~4火曜日 午前 10:00~11:30	特になし	見学に来て下さい	
	INA舞kids/yosa	世代関係なく、よさこい踊りを通じて伊那市の歌の継承と、その楽しさを伝えます。	毎月第2・4日曜日 午前 10:00~12:00	子供 親子 一般個人	新田ひとみ	090 1867-3390
社会 教育	一般社団法人ガールスカウト 長野県連盟第26団	少女の健全育成の為自己開発・人との交わり・自然とともにを基本に自ら考え行動し、生きる力を育てる活動を行います。	毎週土曜日 午前 9:30~12:00	年中以上の 少女	平澤恵美子	72-6662
	日本ボーイスカウト 長野県連盟伊那第1団	ボーイスカウトは子どもたちの自発的な活動を大切にしています。野外活動を中心に、社会で求められる力を育みます。	月1回のキャンプ 及び集会	小学3年生から の女の子の 子	小岩井由道	74-2342 (FAX 兼)

分野	団体名	内 容	日 時	入会資格	お問い合わせ先	
音 楽	伊那混声合唱団	歌の好きなみなさんいっしょにコーラスしましょう！只今、新入団員を募集中です。初めての方でも気軽にお越し下さい。	毎週月曜日 午後 7:30～9:30	特になし	唐澤 智大	79-6171
	伊那女声コーラス	一緒に合唱を楽しみませんか。様々な曲との出会いにわくわくし、発声で体が温まります。どなた様也大歓迎です。	毎週木曜日 午後 7:30～9:30	女性	窪田 康代	73-1856
	いな童謡と唱歌をうたう会	この会は、発足以来27年となり、毎月1回ピアノの伴奏で昔なつかしい歌を中心に皆で楽しく歌っております。日本の歌で元気に!!	毎月第3月曜日 午後 1:30～3:30	特になし	酒井 巖	78-0221
	うたごえサークル“ざむし”	うたごえは生きる力・平和の力を合言葉に、合唱練習をして、みんなで歌う会やお出かけ演奏や音楽会などを楽しみます。	毎週火曜日 午後 7:00～9:00	特になし	大場 美広	94-3594
	歌 の ワ	手作りの歌集を使って、様々なジャンルの歌を楽しく、優しく、分かり易く指導してくれます。是非一緒に歌いましょう。	毎月第1・3水曜日 午前 10:00～12:00	どなたでも	田畑 良治	73-5410
おどろ・民謡・詩吟	詩吟楠洲流 聖楠会詩舞部	詩吟で大きな声を出したり、吟と歌をあわせ舞をします。手足を動かし頭も使い、みんなで楽しく健康な人生を送りませんか!!	毎月第1・3日曜日 午後 2:00～5:00	どなたでも	見学に来て下さい	
	詩吟楠洲流 聖楠会剣舞部	刀、扇を使い詩吟に合わせて踊ります。殺陣もやります。詩吟だけの入会也大歓迎です。	毎月第2・4月曜日 午後 6:00～9:00	特になし	仲藤 寛	78-7321
	尺八愛好会	邦楽演奏（尺八、箏、三弦）の練習をしています。尺八の音色を楽しみませんか。お気軽にどうぞ。	毎月第2・4金曜日 午後 7:00～9:00	特になし	原 雅章	73-6597
	邦 楽 会	古来から日本に伝わるお箏。ツン、コーロリン、シャンと音に変えて楽しみ。初心者からどなたでもお待ちしております。	毎月第1・3水曜日 午前 9:30～11:30	特になし	宮下 道子	72-3819
	まほらいな民謡会	三味線、太鼓、尺八、唄声が聞こえたら、ちょっとのぞいてみてみらっし、皆が楽しくやってるよ。あなたもおはいいいな。	毎月第1・3・5 火曜日 午後 1:00～4:30	特になし	御子柴春樹	73-0513
古 典・文 学・語 学	伊那古典講座	令和の時代を万葉集と共に歩んでみませんか。作者や時代背景等も、楽しく学んでいます。生涯学習で、輝きましょう。	毎月第2・4木曜日 午前 10:00～12:00	特になし	御子柴雅美	76-6188
	伊那古文書研究会	江戸時代の古文書を解説する会です。身近な歴史を地元文書から知ることができます。2・3年で読めるようになります。	毎月第2・4水曜日 午後 7:00～9:00	初心者大歓迎です	小澤 敏美	72-0778
	伊那文芸サークル	感じた事、思った事を文字にしてみませんか。詩、エッセイ、俳句、短歌等好きな形で、一緒に文集を作りませんか。	毎月第2水曜日 午後 2:00～4:00	特になし	荒木 恵子	76-4959
	伊那朗読の会	様々な文章、詩を声に出して読んでみませんか？「聴いている人に情景が想像できるように伝える」を一緒に学びましょう。	毎月第3木曜日 午後 7:30～9:30	特になし	見学に来て下さい	
	英会話クラブ	英語指導助手の先生の下、英会話の練習をしています。興味のある方はお問い合わせ下さい。	毎週火曜日 午後 7:30～9:00	特になし	登内 宏	090 8741-6772
	石楠花の会	日々の生活、思ったことを、五七五の表現にしてみませんか？仲間と感動し、楽しみませんか？	毎月第2月曜日 午前 10:30～12:00	特になし	見学に来て下さい	
	川柳の仲間「旬」	川柳は人々の日常生活から見つけ出した糧を575に纏めて詠みます。「雑草が自分に見えて手を止めた」女子高校生作。	毎月第1火曜日 午後 6:30～9:00	特になし	丸山 健三	72-8014
そ の 他	伊那断酒会	悩んでいませんか？飲酒問題、酒が原因で体調を崩していませんか。酒のない人生の知恵を養い、回復を目指す為の会です。	毎週木曜日 午後 7:00～9:00	お酒を止めたい人 家族その支援者	伊藤 文人	73-9698
	伊那マジッククラブ	マジックは、見て楽しく、やって楽しいものです。どうか私達とマジックを一緒にやってみませんか。	毎月第1土曜日 午後 2:00～3:30 第3火曜日 午後 6:00～7:30	特になし	有賀 威	090 8326-9518
	伊那盆栽愛好会	盆栽好きな方、初心者・熟練者問いません。一緒に盆栽を楽しみオリジナルな一鉢を育ててみませんか。入会を待っています。	(3月～12月) 毎月第2・4木曜日 午後 6:00～8:30	特になし	見学に来て下さい	
	おうちDeごはん	地元で採れた食材を使って、楽しい仲間と一緒においしいご飯作りを学びましょう。	毎月第3木曜日 午前 9:15～12:00	特になし	見学に来て下さい	
	紙芝居の会	絵本とはまた違った魅力がある紙芝居。子供からは大人まで観て演じて楽しい紙芝居!! 一緒に紙芝居を楽しみませんか。	毎月第2火曜日 午後 7:30～9:00	特になし	見学に来て下さい	
	PA写心倶楽部	カメラをさげて小さな旅に出よう。豊かな自然や人々を記録する、それが写真です。心と体の健康に!! 楽しいですよ。	毎月第2木曜日 午後 1:30～3:00	特になし	伊藤 好幸	090 9665-6612
	われもこうの会	野山の野草、樹木観察、弁当持参で食事をしながら楽しい一時、学習しませんか。木曾は先生をお願い致しております。	毎月第2・4火曜日 午前 9:00～午後3:00	特になし	中山八恵子	73-5631 朝は9時まで 夜は18時以降