



# 令和7年度 婦中ふれあい館サークル一覧表



※令和7年4月時点の情報です。日時は変更になる場合があります。

| No. | 活動曜日 |               | 活動時間        | サークル名               | 活動内容・特徴など                                                                         | 講師名            | 代表者名   | 活動場所  | 会費等<br>(1ヶ月)     | 備考            |
|-----|------|---------------|-------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------|-------|------------------|---------------|
| 1   | 月曜日  | 毎週            | 9:00～11:00  | 生命の貯蓄体操<br>中央センター   | 疾病予防と健康増進を目的とした健康づくり体操                                                            | 奥村 慶子          | 松井 喜美  | 軽運動室  | 2,000円<br>材料費別   | 入会金<br>1,000円 |
| 2   |      | 第1            | 13:00～16:00 | 風花くらぶ               | フラダンス、手話ダンスのサークルです。各種施設でのボランティア活動に取り組んでいます。仲間づくり、体力づくり、脳トレ、楽しみ、やりがいにつながっています。     | 増田 啓子          | 増田 啓子  | 軽運動室  | 無                |               |
| 3   | 月曜日  | 第2            | 10:00～11:30 | きときと音楽室             | 発声トレーニングとクラシック音楽の鑑賞                                                               | 山本 富士子         | 山本 富士子 | 視聴覚室  | 500円             | 楽譜代等実費        |
| 4   |      | 毎週            | 20:00～21:00 | 婦中ソフトエアロ            | エアロビクスとヨガのサークルです。身体を動かすことが好きな人、ストレス・運動不足を解消したい人が簡単なステップで体と頭のトレーニングに励んでいます。        | 竹田 直美          | 橋森 英子  | 軽運動室  | 1,500円           |               |
| 5   | 火曜日  | 毎週            | 10:00～12:00 | 快てきボディケア            | からだをひき上げ、膝・下半身に負担のない歩き方で、毎日を快適にすごせる身体づくり                                          | 岡村 祥子          | 館 智香子  | 大研修室  | 1,600円           |               |
| 6   |      | 毎週            | 19:00～22:00 | ザ・グレース<br>チューン      | 吹奏楽のサークルで、年に一度定期演奏会を開催しています。慰問演奏や、地域行事に参加し、音楽の普及に貢献しています。                         | 新村 優子          | 久米 彰代  | 視聴覚室  | 1,000円<br>材料費別   |               |
| 7   | 火曜日  | 第1～4<br>月2回   | 10:00～12:00 | パッチワーク              | 手芸を通して親睦を深める。                                                                     | 津田 昌子          | 笹木 二三子 | 工作室   | 3,000円<br>材料費別   |               |
| 8   |      | 第2・4          | 13:30～15:30 | コミックいきいき教室          | 気楽に楽しく、体を動かし、足腰の強化、記憶力を保って、いつまでも元気でいきいきとした生活を送ることを目的に活動しています。地区でのボランティアにも参加しています。 | 若柳 吉忠吾         | 林 俊子   | 軽運動室  | 2,500円           |               |
| 9   | 水曜日  | 第2・4          | 13:00～15:00 | 俳句「梅ヶ香」             | 「自然を見つめ、風土に親しみ、写生に徹する」をモットーにして、和気あいあいと楽しく、明るい教室です。                                | 若土 隆           | 斉藤 礼子  | 小研修室1 | 3,000円<br>(3ヶ月分) |               |
| 10  |      | 第2～5<br>月2～4回 | 19:30～21:00 | 英会話サークル             | 外国人講師と英語での会話を通して、英語力の向上と異文化交流を目的とする。                                              | Khanene Mattis | 平原 新也  | 視聴覚室  | 3,000円           |               |
| 11  | 水曜日  | 第4            | 9:30～12:00  | 婦中町読書会              | 全員で課題本を読み、それぞれの感想を述べあい、親睦を深め、社会性を養う。                                              |                | 野尻 淑子  | 小研修室1 | 1,000円<br>(1年分)  |               |
| 12  |      | 毎週            | 19:30～21:30 | アンサンブル<br>“Figaro”  | いろいろな曲に挑戦し、練習の成果を生の演奏で身近に聴いてもらう。                                                  | 保科 浩一          | 保科 浩一  | 音楽練習室 | 無                |               |
| 13  | 木曜日  | 第2・4          | 10:00～12:00 | トールペイント<br>& ポーセラーツ | 日常生活の中に取り入れる作品づくり                                                                 | 吉野 和美          | 吉野 和美  | 工作室   | 2,000円<br>材料費別   |               |
| 14  |      | 毎週            | 18:00～20:00 | 琴古流尺八<br>「竹友会」      | 琴古流尺八の稽古                                                                          | 野村 虚友          | 野村 邦紀  | 小研修室2 | 無                | 楽器購入代別        |
| 15  | 木曜日  | 第2            | 9:00～12:00  | 料理サークル              | 健康に特化したレシピをもとに、家庭料理を楽しく調理して腕を磨いています。                                              |                | 村上 和江  | 調理室   | 700円<br>材料費含     |               |
| 16  |      | 第3            | 9:30～11:30  | 古典文学<br>「早蕨会」       | 古典文学を学び、日本の文化にふれて理解を深めます。「源氏物語」を読みすすめます。                                          | 呉羽 長           | 尾畑 好子  | 視聴覚室  | 1,000円           |               |
| 17  | 木曜日  | 毎週<br>月曜      | 9:30～11:30  | 婦中ダンス               | 社交ダンスでボケ防止と健康維持                                                                   | 青木 佳龍          | 西村 忠   | 大研修室  | 月曜<br>1回1,000円   | 材料費別          |
|     |      | 毎週<br>木曜      | 19:30～21:30 |                     |                                                                                   |                |        |       | 木曜<br>月2,000円    |               |

| No. | 活動曜日 |          | 活動時間        | サークル名              | 活動内容・特徴など                                                                                           | 講師名    | 代表者名   | 活動場所         | 会費等<br>(1ヶ月)             | 備考                     |
|-----|------|----------|-------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|--------------|--------------------------|------------------------|
| 18  | 木曜日  | 第2・4     | 10:30～12:00 | 大正琴<br>「たんぽぽ」      | 大正琴でいろいろな曲を弾く。                                                                                      | 高田 とし子 | 中坪 茂子  | 音楽練習室        | 3,000円                   |                        |
| 19  |      | 第1・2・3   | 9:30～12:00  | ハワイアンフラ<br>「マウロア」  | ハワイアンフラの練習<br>仲間と一緒に踊ることで笑顔を意識したり、姿勢改善にも役立っています。                                                    | 愛場 真由美 | 井上 知英子 | 軽運動室         | 3,000円<br>材料費別           | 事務費等<br>500～<br>1,000円 |
| 20  | 金曜日  | 毎週       | 10:00～12:00 | ヘルシーUP体操           | 集い、笑い、楽しみながらの健康づくり                                                                                  | 松原 康子  | 喜内 知子  | 軽運動室         | 1回 600円                  |                        |
| 21  |      | 第1・2・3・4 | 19:30～21:30 | 合唱団ミル・ステラ          | 合唱を楽しむ                                                                                              | 廣本 浩太  | 宮本 幸江  | 音楽練習室        | 2,500円                   | 諸経費<br>年1,000円         |
| 22  | 金曜日  | 第1・3     | 19:30～21:00 | 婦中町手話サークル<br>みずほの会 | 手話の学習<br>サークル員の交流                                                                                   | 今井 篤史  | 山崎 直美  | 小研修室2        | 1,000円<br>(1年分)<br>材料費含  |                        |
| 23  |      | 第2・4     | 13:00～14:30 | 童謡の会<br>「赤いくつ」     | 童謡や唱歌を声をあわせ、合唱を楽しむ                                                                                  | 高道 彰子  | 満 智子   | 視聴覚室         | 5,000円<br>(6ヶ月分)<br>材料費別 | 歌本代<br>1,100円          |
| 24  | 金曜日  | 第1・2・3・4 | 9:30～12:00  | 剣詩舞「菊帆会」           | 剣詩舞を広く伝えたい。伝統芸能の継承として青少年の育成に力を入れている。                                                                | 長瀬 天帆  | 長瀬 美奈子 | 大研修室         | 3,000円                   | 別途300円                 |
|     |      |          | 19:00～21:30 |                    |                                                                                                     |        |        |              |                          |                        |
| 25  | 土曜日  | 毎週       | 19:00～21:30 | 速星☆Friday's        | 幅広い年齢層で音楽活動し、年1回の定期演奏会、吹奏楽コンクールへの参加、地域行事での依頼演奏、富山県社会人吹奏楽連盟の行事の参加                                    | 岡崎 恵里子 | 永井 義輝  | 視聴覚室<br>大研修室 | 1,000円<br>材料費含           |                        |
| 26  |      | 月3回      | 13:30～17:00 | 池坊生花教室             | 生花技術の向上                                                                                             | 松崎 康子  | 高田 千津子 | 実習室          | 3,000円<br>材料費別           | 花代実費                   |
| 27  | 土曜日  | 月2回      | 19:00～21:30 | 基礎中国語              | 中国語の文法を学び、歴史や背景を知る。                                                                                 | 丹波 恵子  | 今村 加奈子 | 小研修室2        | 2,000円<br>材料費別           | テキスト代<br>約2,500円       |
| 28  |      | 第1・3     | 13:30～17:00 | 松風流煎茶              | お茶を飲んで、ゆとりの時間を。                                                                                     | 大島 恵子  | 大島 恵子  | 和室           | 3,000円<br>材料費含           |                        |
| 29  | 土曜日  | 第2・4     | 10:00～12:00 | 絵画サークル             | ・個々人の個性を認め合い、会員相互の親睦を深める。<br>・描くことを通して、描く楽しさ、喜びを知る。<br>また、作品を完成した達成感を味わう。<br>・色々な表現方法を知ると共に、技能を高める。 | 佐藤 日出信 | 藤井 睦子  | 小研修室1        | 1,000円<br>材料費別           |                        |
| 30  |      | 第2・4     | 9:00～12:00  | アルモニコ<br>室内合奏団     | ・弦楽アンサンブル練習<br>・定期演奏会<br>・学校、施設等への訪問演奏                                                              | 中川 洋司  | 中村 公春  | 視聴覚室         | 500円<br>材料費含             |                        |
| 31  | 土曜日  | 第3       | 10:00～12:00 | ちぎり絵               | ・和紙や新聞紙を使い、自由に絵を描く<br>・インクアートやアクセサリー、雑貨等製作<br>各々のメディアを共有し、スキルアップを目指す                                | 山崎 睦津美 | 山崎 睦津美 | 小研修室2        | 500円<br>材料費別             |                        |
| 32  |      | 第1・3     | 19:00～21:00 | コーラスコナッツ           | “気軽にコーラスを楽しもう”をモットーに歌ってみたい曲目を選び、楽しく歌っている女声コーラスです。                                                   | 重松 秀子  | 加藤 純子  | 音楽練習室        | 1回 500円                  |                        |
| 33  | 日曜日  | 第2・4     | 13:00～17:00 | オレラのアソビジム          | ボードゲーム、カードゲームなどの遊びを通して、ロジカルシンキング(論理的思考法)を学ぶことを目的としています。                                             | 茅野 了   | 茅野 了   | 小研修室1        | 1,000円                   |                        |
| 34  |      | 第3       | 13:00～16:30 | 白鳥の会               | チェロアンサンブルの練習                                                                                        | 高田 剛志  | 高田 剛志  | 視聴覚室         | 3,000円<br>材料費別           | 楽譜代等実費                 |