



<https://www.city.seki.lg.jp>

関市

編集・発行：関市協働推進部生涯学習課  
関市若草通2丁目1番地 わかくさ・プラザ学習情報館1階  
TEL 0575-23-7777 FAX 0575-23-7778  
E-mail [gakushu@city.seki.lg.jp](mailto:gakushu@city.seki.lg.jp)

学習グループ・団体情報



- 書・文学 .....1
- 短歌・俳句・川柳・詩 .....2~3
- 舞・踊り・詩吟 .....3
- 郷土の文化 .....4
- 絵画・写真 .....5~6
- 手芸・工芸 .....7
- 茶道・華道・園芸 .....8~9
- 家庭・子育て .....9
- 音楽（歌唱）.....10~11
- 音楽（演奏）.....11~13
- その他 .....13~14

スポーツグループ・団体情報



- 総合型地域スポーツクラブ .....15
- 登山 .....16
- 球技 .....16~18
- 陸上 .....19
- 武道 .....19~20
- 太極拳 .....21
- ダンス・エクササイズ .....22~23
- 健康体操 .....24~25
- 関市スポーツ少年団加盟団体一覧・・26~28

ボランティアグループ・団体情報



- ボランティア .....29~31

スポーツイベント情報



- 主なスポーツ大会 .....32~33
- 主な教室 .....34~35
- 主なイベント .....36

生涯学習まちづくり出前講座



- 利用案内 .....37
- 市民講師による講座一覧 .....38~39
- 市職員講師による講座一覧 .....40~41

生涯学習  
情報誌とは？



市民の皆さんが将来にわたって健康でいきいきとした生活を送るために、学びの機会を得て趣味や生きがいを持ち、社会や人により繋がってもらいたい。そんな願いをもとに、関市では『市民ひとり1学習1スポーツ1ボランティア運動』を展開しています。本情報誌は3年に1度発行しています。新たな活動始める皆さまのきっかけづくりや、現在ある活動のさらなる拡がりの助けになれば幸いです。

活動グループ・団体の紹介 P1~P36

学習、スポーツ、ボランティアに関する活動グループ・団体を紹介しています。「一緒に活動したい」「試しに参加してみたい」「気になるので少し話を聞いてみたい」など興味のあるグループ・団体などがありましたら、気軽に連絡してみたいはいかかでしょうか。

生涯学習まちづくり  
出前講座について P37~P41

いきいきとした生涯学習の機会となるよう、さまざまな知識・ノウハウを持った市民講師や市職員講師が多岐にわたる出前講座メニューを用意しています。グループでの自己啓発や絆づくりのきっかけに、市が実施する事業に関して理解を深める機会として利用してみたいはいかかでしょうか。【利用方法はP37を参照】

〈見本〉

|      |    |     |
|------|----|-----|
| 団体名  |    | 対象者 |
| PR   |    |     |
| 活動内容 |    |     |
| 場所   |    |     |
| 日時   |    |     |
| 連絡先  | 電話 |     |

※本情報誌の掲載内容は、令和6年1月の発行時のものです。

書・文学



蘭峰書道教室

対象者/どなたでも(学生可)

会員相互の「和」を大切に、毛筆から実用文字まで丁寧に指導。書技向上に努め、年1~2回の成果発表。地域文化の普及等に協力する。



|      |                                                              |    |                               |
|------|--------------------------------------------------------------|----|-------------------------------|
| 活動内容 | 毛筆、硬筆、細字等の習熟。作品展・親睦会                                         |    |                               |
| 場所   | 旭ヶ丘ふれあいセンター                                                  |    |                               |
| 日時   | 毎週火曜日 午後1時~3時 学生 午後3時30分~5時30分<br>自宅 毎週水曜日 午後3時~、毎週土曜日 午前8時~ |    |                               |
| 連絡先  | 鈴木 蘭峰                                                        | 電話 | 0575-22-6107<br>090-1824-6107 |

ペン習字教室 香芸会

対象者/どなたでも

ふだん使っている実用文字の基本、正しい書き順、くずし方を、毎月一定のお手本で練習します。メンバーは、50代から70代中心で、月3~4回、2時間程度楽しんで練習しています。

|      |                          |    |              |
|------|--------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 実用文字をつけペンを使用して練習します      |    |              |
| 場所   | ①関市文化会館 ②わかくさ・プラザ(学習情報館) |    |              |
| 日時   | 毎週火曜日 午前10時~12時          |    |              |
| 連絡先  | 武田 要子                    | 電話 | 0575-23-0279 |

書道教室(杏の会)

対象者/どなたでも

小筆を主に楷書体を写経より、仮名を「いろは」から学び、文字が整うようおけいこしています。秋には作品展を行っています。お子様は「習字の友」

|      |                     |    |              |
|------|---------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 小筆を主に楷書体や行書体を静かに楽しむ |    |              |
| 場所   | 元重公民センター            |    |              |
| 日時   | 毎月1・2・3木曜日 午後2時~7時  |    |              |
| 連絡先  | 小泉 杏舟               | 電話 | 0575-23-6953 |

安桜朗読の会

対象者/どなたでも

作者の思いや情景を話し合い、声の出し方、アクセント等の勉強をし、聞き手に伝わる様、自然に話そうに語れたら、うれしいです。



|      |                 |    |              |
|------|-----------------|----|--------------|
| 活動内容 | 詩・物語・小説等の朗読を楽しむ |    |              |
| 場所   | アビセ・関           |    |              |
| 日時   | 毎月第2・4水曜日       |    |              |
| 連絡先  | 高辻 美佐子          | 電話 | 0575-22-1583 |

さつき書道教室

対象者/成人

書の好きな人が楽しく学ぶ教室です。

|      |                 |    |              |
|------|-----------------|----|--------------|
| 活動内容 | 書道を学ぶ。漢字、かななど   |    |              |
| 場所   | 上之保生涯学習センター     |    |              |
| 日時   | 毎月第2金曜日 午後2時~4時 |    |              |
| 連絡先  | 栗田 美津子          | 電話 | 0575-47-2059 |

毛筆かな教室

対象者/成人

仲良く、楽しくをモットーに和歌・俳句・年賀状等筆文字に親しみ、資格をとりたい人、時間を有効に使いたい人達が頑張っています。

|      |                             |    |                               |
|------|-----------------------------|----|-------------------------------|
| 活動内容 | 関市展出品 ギャラリー作品展 いきいきフェスタへの参加 |    |                               |
| 場所   | 安桜ふれあいセンター2階                |    |                               |
| 日時   | 毎月第1・3土曜日 午前10時~12時/午後1時~3時 |    |                               |
| 連絡先  | 片岡 和子                       | 電話 | 0575-23-0329<br>090-8731-4806 |

せき読書会

対象者/どなたでも

読書に親しみながら、仲間の絆を深めています。いつからでも気楽にご参加いただけます。お互いに励まし、支えあい、心を潤し、元気になりましょう。

|      |                               |    |             |
|------|-------------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 読書をして例会で自由に話し合う。各研修会、文学散歩への参加 |    |             |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)               |    |             |
| 日時   | 奇数月第3木曜日 午前9時30分~             |    |             |
| 連絡先  | 田中 保子                         | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |





## 短歌・俳句・川柳・詩



### 関短歌会

対象者/どなたでも

自由題一首をあらかじめ提出していただき、当日全員がそれぞれの作品につき意見や感想を述べ合い楽しく勉強をしています。若い世代に啓蒙の努力もしています。



|      |                            |    |                                          |
|------|----------------------------|----|------------------------------------------|
| 活動内容 | 短歌の研鑽                      |    |                                          |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)            |    |                                          |
| 日時   | (原則) 毎月第1土曜日 午後1時30分～3時30分 |    |                                          |
| 連絡先  | 近松 壮一                      | 電話 | 0575-22-8652<br>chika-so@ccn.aitai.ne.jp |

### 関くらしの友短歌会

対象者/どなたでも

短歌は自然への観察、日常の記録など考える力と感性を磨きます。毎月2首を作り講師を交え意見交換しながら皆で楽しく勉強会を開いています。31文字を紡いで楽しく学びませんか。

|      |                 |    |              |
|------|-----------------|----|--------------|
| 活動内容 | 短歌を創作しみなで読みあう   |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館) |    |              |
| 日時   | 毎月第3金曜日 午後1時～3時 |    |              |
| 連絡先  | 青木 繁子           | 電話 | 0575-23-2861 |

### むらさき短歌会

対象者/どなたでも

日常のこと身の回りの自然など、感じとったこと、心に響いたことを57577の言葉に紡いでみませんか。毎月題を決め、雑詠合わせ3首を予め提出して当日お互いに意見、感想、歌の思い出など話し楽しく勉強しています。

|      |                      |    |              |
|------|----------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 月1回会員自作の短歌を読み合い勉強をする |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)      |    |              |
| 日時   | 第3木曜日 午後1時～3時        |    |              |
| 連絡先  | 伊藤 かえこ               | 電話 | 0575-24-1655 |

### 玉藻短歌会

対象者/どなたでも

月毎の例会に題詠2首を出し、相互に批評、推敲して短歌創作力向上につとめる。また各短歌大会に積極的に参加して各自好成績を残している。

|      |                         |    |                               |
|------|-------------------------|----|-------------------------------|
| 活動内容 | 短歌の勉強                   |    |                               |
| 場所   | 大門会館小ホール(大門町1丁目)        |    |                               |
| 日時   | 毎月第4金曜日 午後1時30分～午後3時30分 |    |                               |
| 連絡先  | 大塚 雅之                   | 電話 | 0575-22-0788<br>090-1722-4169 |

### かがり火句会

対象者/どなたでも

俳句を通じて自然と関わり、生活を豊かにする。生涯学習としても最適で句会の雰囲気も良く楽しんでいるうちに上達。各地の文芸大会に投句して賞を得る人もいます。

|      |                       |    |              |
|------|-----------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 俳句、月1回の句会、年1、2回の吟行    |    |              |
| 場所   | 関市文化会館                |    |              |
| 日時   | 毎月第1水曜日 午後1時30分～3時30分 |    |              |
| 連絡先  | 本間 貴久男                | 電話 | 0575-23-6234 |

### 俳研社

対象者/どなたでも

狂俳は、世界一短い文芸文芸です。与えられた「題」(俳句の頭5文字に相当)に対して、12文字で表現します。作句にあたっての心構えは、それぞれの「題」について社会の万物あらゆるものを併せ持って自由奔放に作句しユーモアすなわち風刺、滑稽などを交えて楽しく詠んでください。

|      |                             |    |              |
|------|-----------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 狂俳句会の開催や会員相互の親睦             |    |              |
| 場所   | 上白金公民館                      |    |              |
| 日時   | 年数回(新年句会、納涼句会、吟行句会、夏祭り協賛句会) |    |              |
| 連絡先  | 後藤 昌彦                       | 電話 | 0575-28-2435 |

### せき俳句会

対象者/成人

俳句はたった17音ですが、季節の自然や身の回りのあらゆることを写し取る不思議な力を持った詩です。人それぞれ季節を楽しみながら詠む俳句に感動したり、刺激を受けたりとても楽しい句会です。年1～2回ほど、食事会を楽しみながら、親睦を深めています。

|      |                    |    |              |
|------|--------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 月1回俳句を5句持ち寄り選句する   |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)    |    |              |
| 日時   | 毎月第1水曜日 午後1時～3時30分 |    |              |
| 連絡先  | 粥川 基子              | 電話 | 0575-22-2353 |

### 弁慶俳句会

対象者/成人、高齢者

日々の身の辺の移ろいを五七五の17音で表現しようとする中で、人生や人間関係を顧みたり、希望を見出したりして、句会を楽しむ中で仲間との交流の我が広がります。

|      |                                                                 |    |             |
|------|-----------------------------------------------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 毎月1回会員が詠んだ句を持ち寄り句会を催します。会員相互に講評しあったり、師匠の助言を頂いて句作りの技術の向上を図っています。 |    |             |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)                                                 |    |             |
| 日時   | 毎月第4木曜日                                                         |    |             |
| 連絡先  | 川合 治義                                                           | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### ポエムの会

対象者/どなたでも

作品の発表によって自己の向上を求めています。作品が人によって考え方が違うおもしろさから、次への足掛かりになります。個性の大切さを学んでいくつもりです。

|      |                    |    |              |
|------|--------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 詩の創作、合評会、不定期に作品集   |    |              |
| 場所   | 関市文化会館、桜ヶ丘ふれあいセンター |    |              |
| 日時   | 基本は毎月第3金曜日 午後1時～4時 |    |              |
| 連絡先  | 伊佐地 哲男             | 電話 | 0575-22-7131 |

## 舞・踊り・詩吟

### スマイル・ノス (NOSS)

対象者/どなたでも

決して無理する事なくできる範囲で体を動かし、普段動かす事のない様な動きで、筋力アップ・脳の活性化を目的に二胡と三味線のゆっくりとした音楽に合わせ、楽しくみんなで踊ります。笑顔でリラックスムードで体を鍛え、楽しい時間を共有しませんか?一緒に汗をかきませんか?

|      |                                                                      |    |               |
|------|----------------------------------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 日本舞踊の所作を使った日舞エクササイズ                                                  |    |               |
| 場所   | ①平賀公民センター ②富加町西公民館 ③とんとん館                                            |    |               |
| 日時   | ①毎週水曜日 午後7時30分～9時 ②月2回 第1・3月曜日 午後1時30分～(変更あり) ③第2・4金曜日 午後1時30分～2時30分 |    |               |
| 連絡先  | 篠田 雅子                                                                | 電話 | 090-6613-7313 |

### 舞踏学院 近代詩吟照風流 瑞恵会

対象者/どなたでも

お腹から声を出したり、体を動かしストレスの解消、仲間とのふれあいを通して、健康と若さを保っています。また施設へのボランティア活動にも多く参加しております。

|      |                                               |    |               |
|------|-----------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 舞踊・詩吟・吟剣詩舞                                    |    |               |
| 場所   | 田原ふれあいセンター                                    |    |               |
| 日時   | 【舞】週3回木曜日 午前10時～12時<br>【吟】週3回土曜日 午前10時～11時30分 |    |               |
| 連絡先  | 長谷川 玲子                                        | 電話 | 090-4868-2823 |

### 濃尾岳風会 関支部

対象者/どなたでも

私たち関支部は、公益社団法人日本詩吟学院認可、濃尾岳風会に所属しております。毎週1回大きな声が出せるよう、節調を整えられるよう、そして詩情を表現できるように練習しております。現在当支部には複数の90才以上の会員が活躍中です。「詩吟」は生涯学習(趣味)にうってつけと思います。



|      |                                                |    |               |
|------|------------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 漢詩や和歌などに独特の節回しをつけて吟ずる(歌う)を習得                   |    |               |
| 場所   | 上白金公民館・下白金公民センター                               |    |               |
| 日時   | (上白金)毎週水曜日 午後1時15分～3時<br>(下白金)毎週月曜日 午後1時30分～3時 |    |               |
| 連絡先  | 後藤 幸雄                                          | 電話 | 090-8862-4426 |

### 神心流東海中濃地区

対象者/どなたでも

漢詩、和歌を吟じ、扇舞を舞い、若い人から老人までとお腹から声を出し、楽しくお稽古をしております。一年に一度地区大会で発表もあり、地域の催し物への参加や敬老会などにも出させていたいただいております。



|      |                                  |    |              |
|------|----------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 詩吟                               |    |              |
| 場所   | 西部ふれあいセンター                       |    |              |
| 日時   | 第1・2・3火曜日および第2・4木曜日 それぞれ午前10～12時 |    |              |
| 連絡先  | 鷺見 鉄雄                            | 電話 | 0575-23-3669 |

### 北辰雅峰流関晴桜教室

対象者/どなたでも

皆さん詩吟というと『難しい』といわれますが、カラオケより簡単です。一度やって見て下さい。よろしくね

|      |              |    |               |
|------|--------------|----|---------------|
| 活動内容 | 詩吟講座         |    |               |
| 場所   | 南部公民センター(寿町) |    |               |
| 日時   | 毎月2回 第2・4月曜日 |    |               |
| 連絡先  | 宮坂 晴桜        | 電話 | 090-6072-4336 |

### 心陽流詩吟学院 上之保阜月教場

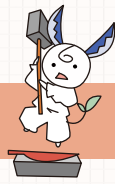
対象者/どなたでも

吟詠は、漢詩の朗吟と和歌・俳句・新体詩などの朗詠と行う芸動です。腹から声を出し吟じるため、健康と体調に良く、多くの人に吟じ楽しんで頂きたいです。小学生4人も月1回練習し、年2～3回催し物に参加し練習成果を発表しています。

|      |                     |    |              |
|------|---------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 心陽流詩吟学院 上之保阜月教場     |    |              |
| 場所   | 上之保生涯学習センター         |    |              |
| 日時   | 毎週水曜日 午後7時30分～9時30分 |    |              |
| 連絡先  | 加藤 武則               | 電話 | 0575-47-2112 |



## 郷土の文化



### 関市獅子舞保存会

対象者/どなたでも

関市指定無形民俗文化財の継承と振興のため、各地で練習をしています。毎年10月に獅子舞大会を開催していますので、興味のある方は会場で見て下さい。



|      |                    |    |              |
|------|--------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 獅子舞の保存、伝承          |    |              |
| 場所   | 下有知、小瀬、黒屋、肥田瀬、山田地区 |    |              |
| 日時   | 年間を通して活動           |    |              |
| 連絡先  | 関市文化課              | 電話 | 0575-24-6455 |

### 関伝日本刀鍛錬技術保存会

対象者/  
目的に賛同する人

関伝日本刀鍛錬技術の保存と研究を図っています。古式日本刀鍛錬、研磨、外装技術の一般公開、日本刀入門講座などを開催しています。



|      |                                                                     |    |              |
|------|---------------------------------------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 関伝日本刀鍛錬技術の保存と研究を図ることを目的とし活動                                         |    |              |
| 場所   | 関鍛冶伝承館、関市文化会館等                                                      |    |              |
| 日時   | (日本刀鍛錬、研磨・外装技術一般公開)1月2日、2～9月、11、12月の第1日曜日 刃物まつり。その他市内小学生見学・観光対応時 ほか |    |              |
| 連絡先  | 関市文化課                                                               | 電話 | 0575-24-6455 |

### 武芸川郷土史研究会

対象者/成人、高齢者

郷土の歴史の調査研究を通して文化遺産を発掘整備し、次代に継承することを目的として活動しています。主な活動は、相互研究、研究結果の発表および記録編集、歴史・史跡等の現地研修、年1回の県外研修などです。会員の平均年齢は高いが楽しく活動しています。また、武芸小学校の「ふるさと遠足」に講師として参加し、次世代に伝承する活動を推進しています。

|      |                      |    |               |
|------|----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 郷土の歴史、史跡、社寺、仏像等の調査研究 |    |               |
| 場所   | 武芸川生涯学習センター、武芸川ふるさと館 |    |               |
| 日時   | 不定期                  |    |               |
| 連絡先  | 藤井 和敏                | 電話 | 090-7300-3572 |

### 神社仏閣史学習会

対象者/どなたでも

市内の歴史文化を学習しながら、歴史観光案内ボランティアをしています。県外の団体と交流会を開いています。

|      |                          |    |               |
|------|--------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 市内の歴史を学習しながら歴史観光案内をしています |    |               |
| 場所   | 関市内全域                    |    |               |
| 日時   | 不定期                      |    |               |
| 連絡先  | 瀬戸 充                     | 電話 | 090-4797-3611 |

### 古文書サークル

対象者/成人

関地域の古文書(主に江戸時代)を教材に解説します。昔の関の姿、その中で生きてきた人たちの姿を、感じながら勉強します。また講師のさまざまな興味深い話が聞けます。

|      |                           |    |              |
|------|---------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 古文書の解説                    |    |              |
| 場所   | 旭ヶ丘ふれあいセンター               |    |              |
| 日時   | 毎月第3土曜日 午後1時30分～3時30分(原則) |    |              |
| 連絡先  | 山田 きく代                    | 電話 | 0575-28-5834 |

### 「武儀のむかし話」伝説ロマンウォークの会

対象者/武儀地域を元気にする志を持った会員希望者

「武儀のむかし話」初版・続編の物語の伝説の地を結ぶ7つのウォーキングコース。7つのコースの中から毎年コースを選び実施。伝説の地で休憩し読み聞かせをしながらロマンに浸ってゆっくり老若男女が地域の自然の中を歩いて頂きます。

|      |                                             |    |              |
|------|---------------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 武儀のむかし話の伝わる地で読み聞かせしながらウォーキング                |    |              |
| 場所   | 武儀地域内一帯                                     |    |              |
| 日時   | (春・5月) 大型連休過ぎの土曜日<br>(秋・11月) 第2土曜日、雨天時は翌日曜日 |    |              |
| 連絡先  | NPO法人 日本平成村                                 | 電話 | 0575-49-3715 |



## 絵画・写真



### グループげんび

対象者/どなたでも

油絵を仲間と共に楽しく勉強しています。日帰りまたは一泊でスケッチに出かけています。年1回は発表会(グループ展)を行っています。展覧会の合同見学も行っています。

|      |                         |    |             |
|------|-------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 洋画の制作と発表、会員の親睦          |    |             |
| 場所   | 関市坂下町32「グループげんび」アトリエ    |    |             |
| 日時   | 毎週月曜日 午後1時～4時および午後7時～9時 |    |             |
| 連絡先  | 河村 弘和                   | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### ミチアートセミナーパレットの会

対象者/成人

油絵の制作活動に励んでいます。時には野外スケッチに出かけたり、年1回1泊スケッチ旅行や美術館めぐりなどを行っています。年1回まちかどギャラリー、わかくさ・プラザエントランスホール、美術展などに出品しています。

|      |                       |    |               |
|------|-----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 絵画制作 スケッチ旅行 美術館めぐり    |    |               |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館) 創作実習室 |    |               |
| 日時   | 毎週金曜日 午前9時30分～12時30分  |    |               |
| 連絡先  | 金城 淑子                 | 電話 | 090-7034-9642 |

### 彩日本画会

対象者/どなたでも

日本画は難しいと思っている人、はがきからの日本画で楽しく描くことが一番。友達の輪が広がって話題はいろいろストレス解消です。

|      |                                               |    |               |
|------|-----------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 日本画を描く                                        |    |               |
| 場所   | ① わかくさ・プラザ(学習情報館) ② 文化会館                      |    |               |
| 日時   | ① 毎月第2・4土曜日 午後1時～<br>② 毎月第1・3金曜日 午前9時30分～午後3時 |    |               |
| 連絡先  | 亀谷 隆明                                         | 電話 | 090-1830-6504 |

### 蒼森会

対象者/どなたでも

西部ふれあいセンターでの絵画教室を通して、会員間の親睦と地域の人々とふれあい、楽しい趣味のある生活をしましょう。

|      |                     |    |             |
|------|---------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 西部ふれあい作品展出品、関日本画協会展 |    |             |
| 場所   | 西部ふれあいセンター、関市文化会館   |    |             |
| 日時   | 毎月第1・3金曜日 午後1時～3時   |    |             |
| 連絡先  | 森 義兼                | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### グループアトリエ関教室

対象者/どなたでも

あわただしい日常の中でもすれば見失いがちな感情や、創造する喜びをもう一度味わってみませんか!余暇を利用し絵を描くことによって生活に豊かさ、精神の安らぎをもたらすと思います。基本的な表現方法を基に、より自由に楽しく描けるよう各自の個性に合わせ適切な指導を致します。



|      |                        |    |             |
|------|------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 生涯学習としての油絵・水彩・パステル等の制作 |    |             |
| 場所   | アビセ・関                  |    |             |
| 日時   | 水曜日 午後1時30分～5時         |    |             |
| 連絡先  | 野田 龍二                  | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### 旭ヶ丘スケッチ会

対象者/成人

水彩画の題材をあらかじめ決めて、その題材を会員が分担して持ち寄りスケッチしている。月1～2回の活動ですが、時に屋外でスケッチをしている。

|      |               |    |             |
|------|---------------|----|-------------|
| 活動内容 | 水彩画スケッチ       |    |             |
| 場所   | 旭ヶ丘ふれあいセンター   |    |             |
| 日時   | 午後1時30分～3時30分 |    |             |
| 連絡先  | 粥川 基子         | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### 田原水墨画クラブ

対象者/どなたでも

描きたい絵を選び、先生がひとりひとり丁寧に指導をします。作品は地域の文化祭に出展します。普段忙しく練習する時間がない人でも、自分に合ったペースで、ストレスなく気長に作品に取り組む事ができます。活動を始めて16年、岐阜県水墨画協会主催の美術展にも出展しています

|      |                          |    |             |
|------|--------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 風景、植物などを、ハガキ、短冊、色紙等に描きます |    |             |
| 場所   | 田原ふれあいセンター               |    |             |
| 日時   | 毎月、第1・3火曜日 午後7時～8時30分    |    |             |
| 連絡先  | 栗倉 初子                    | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### 木エクラフト絵画倶楽部

対象者/小学生以上

焼きペンを利用し木の板の表面を描きます。絵の苦手な方もカーボン紙を利用し簡単にデッサンできます。

|      |                    |    |              |
|------|--------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 焼きペンで木の表面を焦がして絵を描く |    |              |
| 場所   | 安桜ふれあいセンター         |    |              |
| 日時   | 土・日曜日              |    |              |
| 連絡先  | 原 康博               | 電話 | 0575-22-8775 |



## みきの会

対象者/成人

平成13年度関市成人学校油絵教室終了後、もっと描きたい、先生に見ていただきたいと始まった会です。講師は傍島幹司先生です。わかさプラザ学習情報館エントランスホールやせきまちかどギャラリーで作品を発表します。

|      |                 |    |               |
|------|-----------------|----|---------------|
| 活動内容 | 絵画制作            |    |               |
| 場所   | わかさ・プラザ（学習情報館）  |    |               |
| 日時   | 月2回 木曜日 午後7時～9時 |    |               |
| 連絡先  | 山田 美也子          | 電話 | 090-5617-7541 |

## 絵てがみの会

対象者/どなたでも

会員が身近な生物季節に触れ、それを絵手紙に描くという、のんびりムードの会です。展示場所は洞戸ふれあいセンターですが、展示依頼の声が掛れば、それに倣って取り組む意欲も持ち合わせるフレンドリーな会で楽しんでいます。



|      |                     |    |              |
|------|---------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 絵てがみを描く             |    |              |
| 場所   | 洞戸ふれあいセンター          |    |              |
| 日時   | 第2金曜日 午後1時30分～3時30分 |    |              |
| 連絡先  | 矢川 幸子               | 電話 | 0581-58-2740 |

## 絵たより 関教室

対象者/どなたでも

墨遊び、彩(いろ)遊び、詩(うた)優しい絵と文(ふみ)の手紙が広まって、心と心のつながり、和と輪となって幸福になれるよう、心のあり方を一番大切に、をモットーに学んでいます。年数回作品展開催。義援活動も行っています。

|      |                        |    |               |
|------|------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 草花や果物、行事などの季節感を味わう絵を学ぶ |    |               |
| 場所   | 西部ふれあいセンター             |    |               |
| 日時   | 毎月第2金曜日 午前9時30分～12時    |    |               |
| 連絡先  | 今村 美里                  | 電話 | 090-8676-3993 |

## リアル関

対象者/どなたでも  
(行事に参加し長く継続できる方)

私たちは写真文化の発展と会員の親睦並びに写真技術の向上を図り写真を通して社会に貢献する事を目的としています。そして全日本写真連盟に所属しその催しに積極的に参加しながら作品を作り、年数回の写真展と写真の撮影会を行っております。これからは各自テーマを持って作品を作っていく計画です。



|      |                                    |    |               |
|------|------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 全日本写真連盟に所属。同撮影会に参加、月1回の研修会と写真展を開催。 |    |               |
| 場所   | 関市文化会館 第一会議室                       |    |               |
| 日時   | 毎月第2金曜日 午後1時30分～                   |    |               |
| 連絡先  | 廣田 昭男                              | 電話 | 090-7034-9081 |

## 手芸・工芸



### 陶炎会

対象者/どなたでも

手づくりの器、花生、織部焼志野瑠璃細など中心とした陶器陶器制作活動、グループ展、研修旅行。



|      |               |    |              |
|------|---------------|----|--------------|
| 活動内容 | 人間関係を育てる楽しい時間 |    |              |
| 場所   | 指導者宅          |    |              |
| 日時   | 水曜日 午後2時～4時   |    |              |
| 連絡先  | 岡田 春海         | 電話 | 0575-22-9276 |

### ボード織りの会・手織りの会・手編みの会

対象者/成人、高齢者

手織りはポータブルで持ち運びができます。ボード織りは段ボール板に自分サイズでピンとゴムで止めて縦・横・バイヤスで糸を張り織ります。手編みは小物からセーター等を作ります。年に1回から3回展示会をしています。

|      |                                                                |    |              |
|------|----------------------------------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 各自好きなものを作ります                                                   |    |              |
| 場所   | 倉知ふれあいセンター                                                     |    |              |
| 日時   | (手織り)第2木曜日 午後1時～4時 (ボード織り)第2・4木曜日 午後1時～4時 (手編み)第2・4金曜日 午後1時～3時 |    |              |
| 連絡先  | 玉村 かな                                                          | 電話 | 0575-28-3236 |

### トールペイントサークル

対象者/どなたでも

家庭で使う日用雑貨やガーデニング用品等に、薔薇を中心に花の絵を主に描いていきます。毎日の生活が楽しく感じられる様な作品を、みなさんでいろいろ話しをしながら作っています。

|      |                    |    |               |
|------|--------------------|----|---------------|
| 活動内容 | アクリル絵具で生活雑貨に絵を描く   |    |               |
| 場所   | 富岡ふれあいセンター         |    |               |
| 日時   | 第2・4水曜日 午後2時～4時15分 |    |               |
| 連絡先  | 長谷川 初美             | 電話 | 090-1753-8291 |

### 和裁教室 衣の会

対象者/どなたでも

仕立てたいものを持参仕上げる、マンツーマンの指導体に合う着やすい仕上りをモットーに楽しく着付も指導致します。写真者の方大歓迎。一度見学にお出かけ下さい。

|      |                                                                             |    |               |
|------|-----------------------------------------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 和服仕立、着付                                                                     |    |               |
| 場所   | 本町1丁目ふれあいサロン                                                                |    |               |
| 日時   | 毎週火曜日 午前10時～12時、午後1時30分～3時30分、午後7時～9時、毎週木曜日 午前10時～12時、午後1時30分～3時30分、午後7時～9時 |    |               |
| 連絡先  | 平林 絹子                                                                       | 電話 | 080-4205-4721 |

### みやび

対象者/どなたでも

作りたいものを自分で決めることができ、楽しんで手芸作りができるあつまりです。

|      |                         |    |               |
|------|-------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 木目込み人形、つまみ細工、つるし飾り、手芸全般 |    |               |
| 場所   | 指導者宅                    |    |               |
| 日時   | 毎週火曜日 午前10時～12時、午後2時～4時 |    |               |
| 連絡先  | 足立 幸枝                   | 電話 | 090-1759-4135 |

### 木彫りグループ 萌

対象者/どなたでも  
(低学年は対象外)

木の持つ素朴さ、温かさを生かしながら生活に役立つ、身のまわりに置いて使い楽しめる作品です。時間をかけてじっくり作り上げます。鏡、盆、マガジンラック、状差し、茶托など。一度見学にお越しください。各地の教室で、出張1日教室も開いています。

|      |                            |    |               |
|------|----------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 木型に彫刻刀で模様を彫り、色付けなどをして仕上げます |    |               |
| 場所   | わかさ・プラザ(学習情報館)2階 創作実習室     |    |               |
| 日時   | 毎月 第2・4水曜日 午後1時30分～3時30分   |    |               |
| 連絡先  | 金城 淑子                      | 電話 | 090-7034-9642 |

### 関市甲冑制作同好会

対象者/どなたでも

戦国期の甲冑(当世具足)を製作し、着用して種々のイベントに参加します。市内では、春祭り行列、秋の刃物祭り、いきいきフェスタでは試着体験。内容によっては市外・県外での活動もあります。



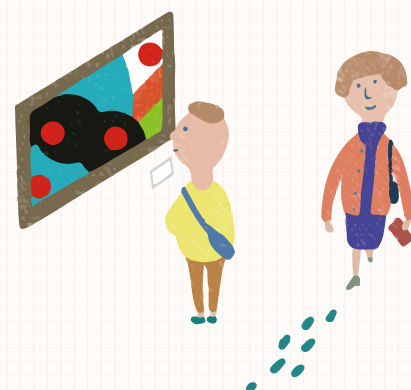
|      |                    |    |              |
|------|--------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 甲冑の製作とイベント参加       |    |              |
| 場所   | 小川精機製作所・旧建屋(関市小迫間) |    |              |
| 日時   | 毎週日曜日 午後           |    |              |
| 連絡先  | 酒井 雅敏              | 電話 | 0575-22-1600 |

### 工房ぱおぱお

対象者/どなたでも

エコクラフト、ビーズ、押し絵、かな習字、つまみ細工等、趣味の教室を開催しています。イベントに出品したり、出店もしています。

|      |                             |    |             |
|------|-----------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 趣味の教室を多数開催、イベントに出品・出店       |    |             |
| 場所   | ヨウタハウス                      |    |             |
| 日時   | 月1回の教室、集いが多数。不定期でバザー、イベント等。 |    |             |
| 連絡先  | 包子 芙美江                      | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |



## 茶道・華道・陶芸



### 華道教室（華道石田流） 対象者/どなたでも

茶華道の文化に携わってきたことに誇りを持ち、一生懸命守り継承するために頑張っています。男性や若い方など初心者大歓迎。丁寧に指導させていただきます。一度お出かけ下さい。

|      |                                             |    |               |
|------|---------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | いけ花の指導、茶華道部の花展へ出品                           |    |               |
| 場所   | 本町1丁目ふれあいサロン                                |    |               |
| 日時   | 毎週木曜日 午前10時～12時、午後1時30分～3時30分、午後7時30分～9時30分 |    |               |
| 連絡先  | 平林 絹子                                       | 電話 | 080-4205-4721 |

### （社）全日本小品盆栽協会 岐阜銘品会 対象者/どなたでも

日本固有の伝統芸術“盆栽”立体的な生けるアート“bonsai”の緑を慈しみ育て、自身の感性で素材の長所・短所を見極め小さな器に大樹の相をデッサンし、後世に受け継がれるような作品を目指します。次世代に引き継がれる平和な「盆栽の心」を通じて心豊かな社会の形成と世界の平和に貢献したいです。

|      |                              |    |               |
|------|------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 日本固有の伝統芸術 “盆栽”道の普及と緑アートの啓蒙活動 |    |               |
| 場所   | 事務局宅（関市前町） 関市文化会館など          |    |               |
| 日時   | 毎月第3日曜日 午後1時～4時、展示会：5・10月    |    |               |
| 連絡先  | 粟倉 敏夫<br>（公認講師・事務局）          | 電話 | 080-2054-9717 |

### （社）日本盆栽協会 岐阜中濃支部 対象者/どなたでも

日本固有の伝統芸術“盆栽”立体的な生けるアート“bonsai”の緑を慈しみ育て、自身の感性で素材の長所・短所を見極め小さな器に大樹の相をデッサンし、後世に受け継がれるような作品を目指します。次世代に引き継がれる平和な「盆栽の心」を通じて心豊かな社会の形成と世界の平和に貢献したいです。

|      |                                               |    |               |
|------|-----------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 日本固有の伝統芸術 “盆栽”道の向上普及活動、身近な素材を盆栽に育てる技術と培養管理の指導 |    |               |
| 場所   | 事務局宅（関市前町） 関市文化会館など                           |    |               |
| 日時   | 毎月第4日曜日の午後1時～5時、展示会：5・10・11月                  |    |               |
| 連絡先  | 粟倉 敏夫<br>（公認講師、会長）                            | 電話 | 080-2054-9717 |

### フラワー教室 対象者/どなたでも

小笠原流の生け花を中心に、いろいろなアレンジを取り入れています。少人数なのでアットホームな雰囲気で行っています。花が好きな方なら誰でも参加できます。

|      |                  |    |             |
|------|------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 生け花やアレンジメント      |    |             |
| 場所   | 中池体育館 和室         |    |             |
| 日時   | 毎月第4火曜日 午後7時30分～ |    |             |
| 連絡先  | 浅野 和子            | 電話 | （生涯学習課に問合せ） |

### 草月流 虹の会 対象者/どなたでも（男性・ジュニア可）

伝統的な基本いけ花から工夫して暮らしの中に飾るいけ花を活けてます。男女・年齢問わず大歓迎です。身近な花を飾って心豊かにしませんか。仲間をお待ちしています。



|      |                   |    |               |
|------|-------------------|----|---------------|
| 活動内容 | いけ花               |    |               |
| 場所   | わかくさ・プラザ（学習情報館）   |    |               |
| 日時   | 第1・3木曜日 午前10時～12時 |    |               |
| 連絡先  | 佐藤 水奈             | 電話 | 090-4116-3722 |

### 関山草会 対象者/どなたでも

山野草を通して会員相互の親睦交流を図ります。地域文化の普及、向上に協力、貢献します。春、秋の展示会を文化会館ホワイエにて行っています。ぜひご覧下さい。

|      |                       |    |              |
|------|-----------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 展示会、会員への指導育成 出前講座 親睦会 |    |              |
| 場所   | 旭ヶ丘ふれあいセンター           |    |              |
| 日時   | 毎月第1日曜日 午前10時～12時     |    |              |
| 連絡先  | 鈴木 幸一                 | 電話 | 0575-22-6107 |

### 関寄せ植えサークル 対象者/どなたでも

家の周りを花で飾り、毎日の水やり、手入れをしながら生活にうおいを与え、地域の見守りもできます。



|      |                       |    |               |
|------|-----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 関市内の各施設での作品展示、体験教室開催  |    |               |
| 場所   | 関市内（倉知ふれあいセンターなど）     |    |               |
| 日時   | サークルの活動予定に従い年10回程度の活動 |    |               |
| 連絡先  | 塚原 栄里子                | 電話 | 090-7030-5206 |

### なつめ会 対象者/成人、高齢者

伝統文化の茶道の勉強ですので、楽しく真面目に勉強する。茶道を勉強することは人間形成ですので、それを自覚して勉強すること、楽しく勉強することは第一です。お菓子を食べてお抹茶を頂きますと色々な事が勉強できて、相手に対しての心構えを学べまして最高の学び場所だと思います。

|      |                               |    |               |
|------|-------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 自宅にて茶道指導、関市のボランティア活動・イベントへの出展 |    |               |
| 場所   | 自宅、わかくさ・プラザ（学習情報館）和室          |    |               |
| 日時   | 毎週水・木・土曜日（個人の時間にあわせて）         |    |               |
| 連絡先  | 井川 秀子                         | 電話 | 090-9224-1029 |

### 茶道教室（裏千家） 対象者/どなたでも

暮らしの中で役立つお茶を、楽しくおいしく頂きます。

|      |           |    |             |
|------|-----------|----|-------------|
| 活動内容 | 抹茶・菓子の頂き方 |    |             |
| 場所   | 本町2丁目 孫六庵 |    |             |
| 日時   | 月4回（随時決定） |    |             |
| 連絡先  | 藤吉 宗智     | 電話 | （生涯学習課に問合せ） |

## 家庭・子育て



### 岐阜友の会 対象者/女性（成人、高齢）

赤ちゃんから始まる子どもの生活、入園入学のあとも家庭に託される朝と夕方から夜までの生活が子ども達の心と身体の成長の場となるように。また、中・高年の健康な生活が保たれるように環境の事も考えた毎日の食生活を主とした知恵と技術を勉強し合ったり家計簿で暮らしをステップアップできるコソなどを一緒にどうぞ。

|      |                           |    |              |
|------|---------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 幼児から高齢者まで心豊かな家庭生活の実践を学び合う |    |              |
| 場所   | 岐阜友の家（関市山田）               |    |              |
| 日時   | 午前10時～午後3時（土日を除く）         |    |              |
| 連絡先  | 田島 喜美子                    | 電話 | 0575-28-4556 |

### 食推進ネットワーク「いきいき」 対象者/どなたでも

食育について、セミナー等で、楽しくわかりやすく学んでいきます。みそ作りや親子で参加できる楽しいウインナーづく等の料理教室も年に何回か行います。時には、関市健康体操も行いますよ。食育から始まる、一人ひとりの健康づくりを始めてみませんか。

|      |                         |    |              |
|------|-------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 食育を目指したセミナーや料理教師の開催     |    |              |
| 場所   | 西本郷公民センター、旭ヶ丘ふれあいセンターほか |    |              |
| 日時   | 毎月1回程度                  |    |              |
| 連絡先  | 小坂 君子                   | 電話 | 0574-24-6308 |

### 親子リトミック きりんさんクラブ♪ 対象者/未就園児 親子

ピアノの音に体で反応・表現します。親子で手遊び・リズム遊び・造形・読み聞かせなど行います。皆さんお気軽にご参加下さいね。

|      |                         |    |               |
|------|-------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 親子リトミック                 |    |               |
| 場所   | わかくさ・プラザ（学習情報館）音楽室      |    |               |
| 日時   | 第1・3木曜日 午前10時30分～11時30分 |    |               |
| 連絡先  | 広瀬 美也子                  | 電話 | 090-7046-6899 |

### 育児サークル TonTon 対象者/どなたでも

みんなで楽しくおしゃべりしながらパン作りをしています。焼きたてのパンは最高です。

|      |                |    |               |
|------|----------------|----|---------------|
| 活動内容 | パン・料理作りで子育て応援  |    |               |
| 場所   | 富岡ふれあいセンター 調理室 |    |               |
| 日時   | 2ヶ月に1回         |    |               |
| 連絡先  | 藤村 真理          | 電話 | 090-6586-6459 |

### とことこ 対象者/子ども

絵本の読み聞かせと一緒に、わらべうたで遊ぶお話し会をしています。0才から親子で楽しめます。少し大きなお子様は、わらべうたで手遊びも楽しいですよ。もちろん、絵本や紙芝居、ときどきは人形劇もあります。



|      |                        |    |              |
|------|------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | わらべうたと絵本の読み聞かせ         |    |              |
| 場所   | 関市立図書館、市内保育園           |    |              |
| 日時   | （図書館）毎月第3・4木曜日、（保育園）随時 |    |              |
| 連絡先  | 松井 純子                  | 電話 | 0575-24-7397 |





## 音楽（歌唱）



### 芳謡会

対象者/どなたでも

①600年以上脈々と受け継がれた能の一部である謡曲を研究し、自分との出会いを発見する。②腹から発声することにより、ストレスを発散し体調を整える。③能楽の愛好者、理解者を広める。謡曲の成果発表会は、年1回。

|      |                 |    |              |
|------|-----------------|----|--------------|
| 活動内容 | 謡曲の練習と成果の発表     |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館) |    |              |
| 日時   | 毎週水曜日 午後1時～5時   |    |              |
| 連絡先  | 香村 武            | 電話 | 058-242-3886 |

### 関男声合唱団

対象者/成人(男性)

合唱祭、洋楽祭、出前コンサートなどの演奏を目標として練習。また毎週の練習も楽しめるように、音楽を生活の中に位置づけるように努力しています。

|      |                             |    |              |
|------|-----------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 男性による合唱を通じて仲間づくりと地域への貢献をめざす |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(音楽室)、旭ヶ丘ふれあいセンター   |    |              |
| 日時   | 毎週木曜日 午後1時30分～              |    |              |
| 連絡先  | 河合 紀久                       | 電話 | 0575-22-1638 |

### 関女声合唱団

対象者/成人(女性)

「合唱を楽しみ、学び、その活動が音楽文化の普及と街づくりの一端になる」ことを願い歌い続けています。市や県の行事にも積極的に参加し、練習しています。歌うことが大好きな仲間です。

|      |                      |    |               |
|------|----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | いろいろなジャンルの合唱曲の練習及び発表 |    |               |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)音楽室   |    |               |
| 日時   | 毎週水曜日 午後2時～4時        |    |               |
| 連絡先  | 白石 知美                | 電話 | 090-6597-4555 |

### クール・Ami

対象者/成人(女性)

主婦のアカペラコーラスグループです。月1度ほどの指導を受けながら、ミサ曲からJPOPまで色々なジャンルの歌を楽しく練習しています。



|      |                    |    |             |
|------|--------------------|----|-------------|
| 活動内容 | アカペラ曲の練習と発表        |    |             |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)音楽室 |    |             |
| 日時   | 毎週水曜日 午前9時30分～12時  |    |             |
| 連絡先  | 恩田 敦子              | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### コーラスわかくさ

対象者/成人、高齢者

声楽家の渡辺美季先生の指導・指揮によりなつかしい童謡からポップス・ジャズ・歌謡曲・民謡と幅広いジャンルの歌を楽しみたい会員相互の親睦を図っています。又市文化祭等にも参加します。会員の年代は50代から70代で和気あいあい、本当に楽しい仲間の会です。男性の方もぜひ参加してみてくださいは？



|      |                          |    |               |
|------|--------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 合唱を通じ皆で謳う喜びを共有し、会員の親睦を図る |    |               |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)          |    |               |
| 日時   | 毎月第1・3木曜日 午後1時～3時        |    |               |
| 連絡先  | 加藤 裕子                    | 電話 | 080-3622-9888 |

### スウィートエコ-せき

対象者/どなたでも

歌うことが好きな仲間が集い、童謡、唱歌、流行歌と世界の名曲を、男性と女性の混声二部合唱で楽しんでいます。会員の歌唱力の向上と、相互の親睦を大切に、合唱練習と施設でのボランティア発表を行っています。

|      |                           |    |              |
|------|---------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 童謡、唱歌の合唱練習とボランティア発表       |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)音楽室        |    |              |
| 日時   | 毎月第2・4金曜日 午後2時～3時30分(月2回) |    |              |
| 連絡先  | 清水 哲夫                     | 電話 | 0575-22-3623 |

### コーラスかわせみ

対象者/どなたでも(男性可)

心がほっこりするような懐かしい童謡、唱歌、歌謡曲などジャンルが広く、アットホームな雰囲気の中での練習はとても楽しいひとときです。会員は60歳代から80歳代と和気あいあいです。見学の上入会してみてください。

|      |                          |    |              |
|------|--------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 感動の歌 思い出の歌をうたって楽しく親睦を深める |    |              |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)          |    |              |
| 日時   | 毎月第2・4土曜日 午前10時～12時      |    |              |
| 連絡先  | 酒向 悦子                    | 電話 | 0575-22-7172 |

### ナ歌喜(なかよし)

対象者/どなたでも

懐かしい歌や、会員の歌いたい歌を歌います。年1回、地域文化祭に参加することを目標に練習しています。斉唱がメインなので、自分の健康づくり、発声維持を目的にされる方に最適です。



|      |                      |    |               |
|------|----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 懐かしい歌を地域文化祭で発表する     |    |               |
| 場所   | 安桜ふれあいセンター           |    |               |
| 日時   | 毎月第1・3水曜日 午後3時～4時15分 |    |               |
| 連絡先  | 酒井 とよ子               | 電話 | 090-8556-2465 |

### 武芸川歌声サークル

対象者/高齢者

懐かしい童謡、唱歌を中心に好きな曲を歌います。気軽に楽しく歌っています。60歳以上の方ぜひどうぞ。



|      |                  |    |              |
|------|------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 童謡、唱歌の合唱。集会などで歌う |    |              |
| 場所   | 武芸川福祉センター        |    |              |
| 日時   | 第2・4金曜日 午後1時30分～ |    |              |
| 連絡先  | 近藤 保江            | 電話 | 0575-46-3147 |

## 音楽（演奏）



### 箏曲長沼会

対象者/どなたでも

どなたでも楽しく演奏することができます。日本の伝統音楽である箏の魅力をより広くわかりやすく知っていただくため演奏会など行っております。また幼稚園、保育園、小、中学校などでも演奏、鑑賞会、指導を行っています。



|      |         |    |               |
|------|---------|----|---------------|
| 活動内容 | 箏(琴)の演奏 |    |               |
| 場所   | 指導者の自宅  |    |               |
| 日時   | 随時      |    |               |
| 連絡先  | 長沼 喜代子  | 電話 | 090-7032-5339 |

### 琴修会

対象者/どなたでも

大正琴の哀愁ある音色は心を癒してくれます。童謡・ポップス・クラシック・演歌・懐メロまであらゆるジャンルの演奏ができます。関市の文化祭、発表会、そして地域の行事、ボランティア、演奏旅行なども行っています。手を使うので、脳の活性化になります。

|      |                              |    |               |
|------|------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 楽しく大正琴を学びながら、文化祭やボランティア活動をする |    |               |
| 場所   | ふれあいセンター、関市勤労会館              |    |               |
| 日時   | 午後1時30分～ 午後7時30分～            |    |               |
| 連絡先  | 元林 ふじ子                       | 電話 | 090-7601-9789 |

### 楽しい箏の音楽会

対象者/どなたでも

箏の演奏でみんなで歌おう。箏を交えた読み聞かせを行います。ふれあいを大切にしたい参加型グループです。普段の稽古は、一人ひとりを大切にしたい個人レッスンです。

|      |              |    |              |
|------|--------------|----|--------------|
| 活動内容 | 読み聞かせ、箏の演奏   |    |              |
| 場所   | 指導者宅、依頼のある会場 |    |              |
| 日時   | 随時           |    |              |
| 連絡先  | 関戸 鈴子        | 電話 | 0575-23-9081 |

### 大正琴むぎっこ

対象者/どなたでも

ソプラノ、アルト、テナー、ベースと4種類の楽器で音域の広い合奏曲に取り組んでいます。私たちの最も大切にしている「和」の精神を忘れないよう、老いも若きもより一層の向上を目指して練習に励んでいます。

|      |                                 |    |             |
|------|---------------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 大正琴の合奏曲練習・発表                    |    |             |
| 場所   | 洞戸生涯学習センター                      |    |             |
| 日時   | 毎月第1・3金曜日 午後7時～9時 毎週水曜日 午後7時～9時 |    |             |
| 連絡先  | 古田 二三子                          | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### 武芸川琴修会

対象者/どなたでも

大正琴はだれでも簡単に弾ける楽器です。色々なジャンルの曲を楽しく練習しています。地域の文化祭や、ボランティア演奏にも積極的に参加して活動の場を広げていきたいと思っています。

|      |                                 |    |              |
|------|---------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 大正琴                             |    |              |
| 場所   | 武芸川生涯学習センター                     |    |              |
| 日時   | 毎月第2・4水曜日、木曜日 午後1時～2時30分(ほか応相談) |    |              |
| 連絡先  | 杉山 弥生                           | 電話 | 0575-46-2395 |

### 尺八・箏・三絃 三曲合奏グループ

対象者/どなたでも

伝統ある尺八・箏・三絃、三曲の合奏の保存・振興を図るとともに、次世代に伝承していくために、練習・合奏および発表会を実施いたします。

|      |              |    |              |
|------|--------------|----|--------------|
| 活動内容 | 尺八・箏・三絃 三曲合奏 |    |              |
| 場所   | 指導者宅         |    |              |
| 日時   | 随時           |    |              |
| 連絡先  | 吉田 せい子       | 電話 | 0575-23-0266 |

| 三味線 奏の会 対象者/どなたでも                                                                                                                      |                    |    |               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----|---------------|
| <p>私たち「三味線 奏の会」は、三味線の音色を愛し、これを奏することを喜びとし、日本古来の楽器を楽しむ、術の向上と会員相互の親睦を目的とし、地域との親交を深めながら、楽しんで毎日を送っております。興味のある方は一度見学に来てみてください。お待ちしております。</p> |                    |    |               |
| 活動内容                                                                                                                                   | 三味線・民謡など           |    |               |
| 場所                                                                                                                                     | 安桜ふれあいセンター、岐阜市、笠松町 |    |               |
| 日時                                                                                                                                     | 土曜日 午前10時～午後4時     |    |               |
| 連絡先                                                                                                                                    | 服部 千歳              | 電話 | 090-7858-9525 |

| 武芸川太鼓 対象者/どなたでも                                                                                                                                             |                     |    |                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----|---------------------------|
| <p>自分達の勉強のためにも、市の文化祭や各地域でのイベントへ参加したり福祉施設などに訪問し、和太鼓のすばらしさを伝え皆様に元気を届け、郷土にいつまでも残る太鼓にしようと楽しく練習に励んでいます。現在の演奏曲は6曲です。メンバー募集中。親子で演奏はどうでしょうか。一度見学に来てみて下さい、待ってます！</p> |                     |    |                           |
| 活動内容                                                                                                                                                        | 和太鼓の演奏              |    |                           |
| 場所                                                                                                                                                          | 武芸川生涯学習センター ホール     |    |                           |
| 日時                                                                                                                                                          | 毎週水曜日 午後7時30分～9時30分 |    |                           |
| 連絡先                                                                                                                                                         | 山本 香織               | 電話 | hurusatonihbike@gmail.com |

| ビッグ・スウィング・ジャズ・オーケストラ (BSJO) 対象者/どなたでも (サックス、トランペット、トロンボーンを所有している方)                                                        |                                      |    |             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|----|-------------|
| <p>結成は平成24年2月で、初心者中心に年齢層は40才代から60才代以上までいます。みんなで楽しく演奏することをモットーに毎週練習に励んでいます。見学もOKです。お気軽に参加ください。お待ちしております。楽しくスウィングしましょう！</p> |                                      |    |             |
| 活動内容                                                                                                                      | ビッグバンドジャズ演奏                          |    |             |
| 場所                                                                                                                        | 岐阜市北東部コミセン、関市文化祭洋楽祭をはじめ市内外のイベントなどへ出演 |    |             |
| 日時                                                                                                                        | 練習 毎週日曜日 午前9時～午後1時、その他各イベントへの出演      |    |             |
| 連絡先                                                                                                                       | 津坂 博幸                                | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

| さくらウィンドオーケストラ 対象者/成人                                      |                                   |    |               |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------|----|---------------|
| <p>関市内を中心に活動しています。一緒に音楽を楽しめる方を募集しています。お気軽にお問い合わせください。</p> |                                   |    |               |
| 活動内容                                                      | 吹奏楽の演奏                            |    |               |
| 場所                                                        | わかくさ・プラザ 学習情報館 音楽室                |    |               |
| 日時                                                        | 週1度土日のどちらか 土曜 午後6時～9時 日曜 午前9時～12時 |    |               |
| 連絡先                                                       | 原田 貴章                             | 電話 | 090-2578-3928 |

| 関孫六太鼓保存会 対象者/どなたでも(年長以上)                                                                                |                                                 |    |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----|---------------|
| <p>昭和55年より関孫六太鼓保存会として発足しました。会員は小学生～60歳代まで在籍しています。和太鼓に興味のある方、一緒に楽しみませんか。4月には関まつり、10月には刃物まつりで演奏しています。</p> |                                                 |    |               |
| 活動内容                                                                                                    | 和太鼓練習・演奏・指導                                     |    |               |
| 場所                                                                                                      | 西部ふれあいセンター別館                                    |    |               |
| 日時                                                                                                      | (年長～小学生) 毎週水曜日 午後6時～7時<br>(中学生以上) 毎週水曜日 午後7時～9時 |    |               |
| 連絡先                                                                                                     | 加藤 雅代                                           | 電話 | 090-7604-9098 |

| 関おはやし会 対象者/どなたでも                                                                                                                              |                             |    |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----|---------------|
| <p>盆踊りシーズンになると活動開始。各地区の夏祭り又施設に慰問。20代から70代と年齢問わず。浴衣入会時貸します。また、踊り教室を毎月第1日曜日19時30分～(8・9月は休み) 田原小学校で開催(無料・参加自由)。おはやしと一緒に練習しています。60名ほど参加しています。</p> |                             |    |               |
| 活動内容                                                                                                                                          | 盆踊り曲、関、郡上、白鳥おどりを演奏          |    |               |
| 場所                                                                                                                                            | 田原小学校体育館                    |    |               |
| 日時                                                                                                                                            | (10月～7月) 毎週火、木、土曜日 午後7時30分～ |    |               |
| 連絡先                                                                                                                                           | 高井 章                        | 電話 | 090-4864-4822 |

| いきいきピアノ 対象者/成人、高齢者                                                                                  |                      |    |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----|---------------|
| <p>ピアノを弾いて楽しむ事で、「心の健康」「身体の健康」「脳の活性化」に効果があると言われています。アットホームな雰囲気ピアノを弾くのが初めてでも楽譜が読めなくても安心して参加して下さい。</p> |                      |    |               |
|                  |                      |    |               |
| 活動内容                                                                                                | 大人になってから始めるピアノ       |    |               |
| 場所                                                                                                  | 西部ふれあいセンター           |    |               |
| 日時                                                                                                  | 毎月第2・4水曜日 午後1時30分～3時 |    |               |
| 連絡先                                                                                                 | 池之端 久子               | 電話 | 090-1759-1837 |

| luanaアンサンブル 対象者/どなたでも                                                                     |                                                              |    |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----|---------------|
| <p>ウクレレによる合奏を楽しんでいます。ハワイアン～クラシックまで様々な曲に挑戦しています。各自のレベルに合わせたパートで演奏するため、初心者でも安心して参加できます。</p> |                                                              |    |               |
| 活動内容                                                                                      | ウクレレ演奏                                                       |    |               |
| 場所                                                                                        | アビセ・関                                                        |    |               |
| 日時                                                                                        | (講師レッスン) 第2・4金曜 午後7時30分～9時10分<br>(自主練習) 第1・3金曜 午後7時30分～9時10分 |    |               |
| 連絡先                                                                                       | 亀山 香織                                                        | 電話 | 090-1726-0793 |

## その他



| 関ギター・マンドリンクラブ 対象者/どなたでも                                              |                           |    |              |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------|----|--------------|
| <p>ギター・マンドリンによる合奏を楽しんでいます。現在は毎年敬老会や種々の団体のイベント、研修会などに招かれて演奏しています。</p> |                           |    |              |
| 活動内容                                                                 | ギター、マンドリン合奏練習、発表、ボランティア演奏 |    |              |
| 場所                                                                   | 大門会館(関市大門町1丁目)            |    |              |
| 日時                                                                   | 毎週月曜日 午後7時30分～9時 第3月曜は休み  |    |              |
| 連絡先                                                                  | 大塚 雅之                     | 電話 | 0575-22-0788 |

| 武儀ギター・マンドリンクラブ 対象者/どなたでも                                                                                                           |                      |    |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----|---------------|
| <p>現在会員9名。楽器を持って日の浅い初心者が大半です。マンドリンもギターも基礎が大事と練習方法を模索しながら取り組んでいます。一曲一曲レパートリーを増やして、いつかは演奏会を開くのが目標です。ご一緒にいかがですか？興味のある方一度見に来てください。</p> |                      |    |               |
| 活動内容                                                                                                                               | ギターとマンドリンの練習、童謡などの合奏 |    |               |
| 場所                                                                                                                                 | 武儀生涯学習センター           |    |               |
| 日時                                                                                                                                 | 毎月第1・3土曜日 午後1時30分～   |    |               |
| 連絡先                                                                                                                                | 森田 喜久実               | 電話 | 090-4117-3075 |

| ニューモラルを考える会 (たんぼぼクラブ) 対象者/どなたでも(特に女性)                                                                      |                                     |    |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----|--------------|
| <p>いろいろな活動を通して心遣いの勉強をしています。「今日だけカフェ」は、調理師に協力頂いて美味しい食事を格安で提供します。他にも楽しい活動を行います。興味がおありでしたらお気軽にお問い合わせください。</p> |                                     |    |              |
| 活動内容                                                                                                       | 道徳で人と社会を幸せにする勉強会、「今日だけカフェ」、チャリティバザー |    |              |
| 場所                                                                                                         | 関モラロジー事務所(関市鋳物師屋)                   |    |              |
| 日時                                                                                                         | 第2または第4土曜日 午前9時～11時、午前11時30分～午後3時   |    |              |
| 連絡先                                                                                                        | 早川 のり子                              | 電話 | 0575-22-2895 |

| 関市社会教育視聴覚協議会 対象者/成人、高齢者                             |                               |    |              |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------|----|--------------|
| <p>視聴覚教材・教材の利用推進及び普及。くらしの情報処理学習に！あなたをおまちしております。</p> |                               |    |              |
| 活動内容                                                | 視聴覚教材の上映、行事の動画記録。スマートフォン研修。   |    |              |
| 場所                                                  | わかくさ・プラザ(学習情報館)2階 視聴覚研修室・関市内外 |    |              |
| 日時                                                  | その都度                          |    |              |
| 連絡先                                                 | 岩田 謙一                         | 電話 | 0575-24-0277 |

| マンドリンアンサンブル ラセット 対象者/成人 (経験者大歓迎)                                                                                    |                             |    |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----|---------------|
| <p>マンドリン合奏で音楽を楽しみ、心を豊かにする。文化祭その他で演奏し、地域の皆様に喜んでもらう。色々なジャンルの曲5～6曲を半年くらいかけて練習し、技術的なことはもとより、音楽的なことを深く追求し、完成度を高めている。</p> |                             |    |               |
|                                  |                             |    |               |
| 活動内容                                                                                                                | マンドリンとギター、コントラバスとの合奏練習、演奏活動 |    |               |
| 場所                                                                                                                  | 富野ふれあいセンター(多目的室)            |    |               |
| 日時                                                                                                                  | 毎週火曜日 午後2時～4時               |    |               |
| 連絡先                                                                                                                 | 美濃羽 昌子                      | 電話 | 090-7600-9304 |

| 長良川ギター・アンサンブル 対象者/成人(経験者)                                                                                  |                      |    |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----|--------------|
| <p>良いと思う曲は、1人で演奏できなくても、2人で重奏にすれば楽しむ事ができます。クラシックから歌謡曲まで、聴いていただく方の一時の心のデザートになれば幸いです。もちろん、自分たちが満足できてことです。</p> |                      |    |              |
| 活動内容                                                                                                       | 全ジャンルの音楽をギター重奏で楽しむ活動 |    |              |
| 場所                                                                                                         | アビセ・関                |    |              |
| 日時                                                                                                         | 基本的に毎週土、日曜日のいずれか半日   |    |              |
| 連絡先                                                                                                        | 高橋 司                 | 電話 | 0575-22-5758 |

| 一般社団法人関青年会議所 対象者/成人                                                                                                        |                     |    |              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----|--------------|
| <p>私たち関青年会議所は「社会的、国家的、国際的な責任を自覚し、志を同じくする者相集い、力を合わせ青年としての英知と勇気と情熱をもって明るい豊かな社会を築きあげよう」という理念のもと、次代の担い手たる責任感をもって日々活動しています。</p> |                     |    |              |
| 活動内容                                                                                                                       | 青少年育成事業、講演会、まちづくり運動 |    |              |
| 場所                                                                                                                         | わかくさ・プラザ(学習情報館)     |    |              |
| 日時                                                                                                                         | 毎月1日 午後6時30分～9時     |    |              |
| 連絡先                                                                                                                        | (一社)関青年会議所 事務所      | 電話 | 0575-22-2205 |

| 関モラロジー事務所 対象者/どなたでも                                                    |                            |    |             |
|------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----|-------------|
| <p>心遣いのあり方を勉強しつつ先人への恩恵に感謝報恩、明るく温かい家庭づくり、心豊かな秩序ある社会づくりのお手伝いをさせてもらう。</p> |                            |    |             |
| 活動内容                                                                   | 心の生涯学習セミナー、クリーンキャンペーン、勉強会他 |    |             |
| 場所                                                                     | モラロジー事務所 各会員宅 わかくさ・プラザ     |    |             |
| 日時                                                                     | 毎月4日ほか随時行う                 |    |             |
| 連絡先                                                                    | 大塚 定成                      | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |



**睦(ムツミ)ハムクラブ** 対象者/どなたでも  
(特にアマチュア無線免許のある人)

アマチュア無線をハムともいいます。海外や国内にハムは沢山います。北海道から沖縄のハムと交信ができます。全然知らなかった人と友達になれ世界が少し広がります。

|      |                  |    |                                     |
|------|------------------|----|-------------------------------------|
| 活動内容 | 家と車からアマチュア無線を楽しむ |    |                                     |
| 場所   | 会員の住居、自動車        |    |                                     |
| 日時   | 日中               |    |                                     |
| 連絡先  | 亀山 進             | 電話 | 0575-22-8461<br>morin2777@gmail.com |

**関市レクリエーション協会** 対象者/どなたでも

遊び、レクリエーションを通して、仲間づくり、生きがいづくり、健康づくりを目指します。子供向けの遊び場づくりや、高齢者の介護予防セミナーなど、さまざまな取り組みをしています。遊びや文化交流に興味のある方、どなたでもぜひ一緒に活動しましょう。



|      |                     |    |              |
|------|---------------------|----|--------------|
| 活動内容 | レクリエーション活動の普及、協力、援助 |    |              |
| 場所   | わかさ・プラザなど           |    |              |
| 日時   | 随時                  |    |              |
| 連絡先  | 小椋 優作               | 電話 | 0575-24-2211 |

**ふどうの森里山クラブ** 対象者/どなたでも

里山の森を手入れするとともに、四季折々の森や田からの恵みを楽しむ。歩道整備、樹林の手入、野鳥や植物の観察、シイタケ栽培、山歩きと山菜試食、棚田でもち米・黒米栽培と餅つき、炭焼きなど1年を通して活動。



|      |                          |    |                                      |
|------|--------------------------|----|--------------------------------------|
| 活動内容 | 迫間ふどうの森を整備し里山の恵みを楽しむ     |    |                                      |
| 場所   | 関市迫間ふどうの森(大岩不動尊周辺の里山と田地) |    |                                      |
| 日時   | 毎月第1・4土曜日(自然観察会)         |    |                                      |
| 連絡先  | 田中 高行                    | 電話 | 090-5101-1274<br>morin2777@gmail.com |

**手話サークル・いるかの会** 対象者/どなたでも

手話を学ぼうとしている健聴者の方が、聴覚障がい者の方と会話をしながら楽しく学んでいる和やかなサークルです。気兼ねなくサークルを覗いてみて下さい。

|      |                             |    |               |
|------|-----------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 手話を学びながら手話で交流しています          |    |               |
| 場所   | わかさ・プラザ(総合福祉会館)2階 ボランティア研修室 |    |               |
| 日時   | 毎週水曜日 午前10時30分～12時          |    |               |
| 連絡先  | 扇本 隆雄                       | 電話 | 090-1752-2655 |

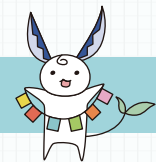
**関ホタルの会** 対象者/どなたでも

ホタルの生息環境を通じて、川の大切さ水環境の大切さを子どもたちに教えたい。

|      |              |    |               |
|------|--------------|----|---------------|
| 活動内容 | ホタル保護育成、河川清掃 |    |               |
| 場所   | 関川(上流部)、寺田川  |    |               |
| 日時   | (原則) 毎月第2日曜日 |    |               |
| 連絡先  | 平田 和雄        | 電話 | 090-7305-6911 |



## 総合型地域スポーツクラブ



**一般社団法人 せき西部ふれあいSC** 対象者/小学生～成人

スポーツ教室を多く開講しています。仲間づくり、健康づくり、生きがいづくりの大人向けの教室から、小学生からの競技スポーツ教室など、スポーツをすることの楽しさを感じて頂ける教室、サークルを用意しています。詳しい内容はホームページをご覧ください。

|      |                                             |    |                                                     |
|------|---------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------|
| 活動内容 | スポーツを通じて、会員の健康と生活の質の向上を目指し、地域のひととの繋がりを広げる活動 |    |                                                     |
| 場所   | 西部ふれあいセンター 小田中学校体育館 ほか                      |    |                                                     |
| 日時   | 教室、サークル毎に毎週定期開講                             |    |                                                     |
| 連絡先  | 山田・天野                                       | 電話 | 0575-28-3037<br>https://www.sekiseibu-fureai-sc.com |

**上之保ほほえみスポーツクラブ** 対象者/上之保・武儀地域住民

スポーツ活動を通じて「健康で活力ある」地域を目指して『気軽に・楽しく・つながる・上之保』を合言葉にスポーツ教室やイベントなどを開催しています。自治会や上之保ふれあいのまちづくり推進委員会と連携して、イベント・軽スポーツ大会・スポーツ講習会などを開催し、多くの参加者がスポーツを体験しながら交流しています。一人でも多くの方に参加してもらい、楽しかったと言ってもらえるように、活動をしています。

|      |                                                                                                                                 |    |              |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 剣道、ソフトバレーボール、グラウンドゴルフ、太極拳、卓球、カローリング、ノルディックウォーキング、3B体操、詩吟、書道、バッチワーク、トルベント、ギター、篠笛、城山登山、卓球、カローリング、ボルダリング、ボッチャ、スポーツおもしろイベント(ゆず祭り協賛) |    |              |
| 場所   | 地域内の体育施設 小集会場施設 ほか                                                                                                              |    |              |
| 日時   | 不定期                                                                                                                             |    |              |
| 連絡先  | 河合文雄                                                                                                                            | 電話 | 0575-47-2225 |

**せきスポーツクラブ** 対象者/ジュニア部門:小学4年生～中学3年生  
シニア部門:高齢者 レディース部門:女性 成人部門:成人

運動好きな市民を増やし、健康で明るいまちづくりを目指します。運動の技能は、各スポーツの基本(初級)とゲームが出来るようになる中級を目指します。スポーツの基本「安全で、仲良く、マナー、ルールを守る」を活動の中心において進めています。



|      |                                               |    |               |
|------|-----------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 卓球、バドミントン、テニス、ソフトバレー、バスケットボール、太極拳、ヨガ、フォークダンス他 |    |               |
| 場所   | アテナ工業アリーナ 中池体育館 ほか                            |    |               |
| 日時   | ジュニア・レディース・シニア:毎週土曜日 成人:毎週火曜日<br>いずれも午前9時～11時 |    |               |
| 連絡先  | 額額 明                                          | 電話 | 090-7605-2794 |

**NPO法人 キウイスportsクラブ** 対象者/主に洞戸地域とその隣接する地域の住民

『だれもが どこでも いつでも いつまでも』キウイスportsクラブは、地域住民に対して、生涯スポーツ活動の振興を図り、健康づくりとコミュニティづくりに寄与することを目的として活動しています。社会人のスポーツ活動を支援し、小・中学生の休日のスポーツ活動に指導者を派遣するなどして、洞戸とその隣接する地域における社会体育の一端を担っています。また、地域住民やクラブ会員を対象にイベントを開催し、地域のコミュニティの場を創造しています。

|      |                                                      |    |                                     |
|------|------------------------------------------------------|----|-------------------------------------|
| 活動内容 | 地域住民のスポーツ活動の支援、クラブ会員の親睦のためのイベントの開催、小中高生・一般のスポーツ活動の支援 |    |                                     |
| 場所   | 関市洞戸                                                 |    |                                     |
| 日時   | 通年                                                   |    |                                     |
| 連絡先  | 松田 詩乃                                                | 電話 | 0581-58-8686(月曜日と祝日の翌日を除く午前9時～午後5時) |

**中部学院大学 スポーツカレッジ** 対象者/子どもから高齢者までの地域住民

大学等の資源(優れたアスリートや指導者、施設)を活用したスポーツ教室やスポーツイベントの開催をはじめ、学校や地域の活動に対し指導者派遣等を実施することにより、地域スポーツと大学トップスポーツとの連携を促し、地域の豊かなスポーツ環境の実現のために貢献してまいります。

|      |                                |    |                                                                  |
|------|--------------------------------|----|------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | スポーツ教室・スポーツイベント・指導者、講師の派遣・学校支援 |    |                                                                  |
| 場所   | 中部学院大学                         |    |                                                                  |
| 日時   | 通年                             |    |                                                                  |
| 連絡先  | 事務局                            | 電話 | 0575-29-3003<br>FAX:0575-24-9432<br>sportscollege@chubu-gu.ac.jp |

**倉知スポーツクラブ** 対象者/小学生から高齢者

運動不足による健康二次被害予防に市民誰もが「気軽に出来」、「手軽」なグラウンド・ゴルフを通じ仲間づくりを進め、明るく健やかな市民生活ができる環境を目指しています。継続して大会を開催することで老若男女のスポーツ習慣を会得し、健康・体力の維持増進を応援しています。定期開催のグラウンドゴルフは400円/回です。

|      |                                                                        |    |               |
|------|------------------------------------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | ①グラウンドゴルフ、ゲートボール、脳トレPC教室、ウォーキング、レクリエーション、ゴルフ教室<br>②地域住民のスポーツ活動支援ボランティア |    |               |
| 場所   | ①片倉グラウンド、庄中公園、倉知小学校、倉知ふれあいセンター、中池公園<br>②クアオルト関の道(板取・安桜山)、百年公園          |    |               |
| 日時   | ①一般市民対象グラウンド・ゴルフ定期開催毎月第1・4木曜日<br>②クラブ会員6種目毎に、定期開催                      |    |               |
| 連絡先  | 春見 隆                                                                   | 電話 | 090-2265-0444 |



## 登山



### みのハイキングクラブ関支部 対象者/登山のできる健康な方

山の仲間とともに県内を主とした山域で、楽しい山行を行っています。安全登山をめざして、登山技術の習得や理論などを例会や山行の際に学んでいます。自然に触れて心身のリフレッシュをしてみませんか。



|      |                                 |    |             |
|------|---------------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 登山、岩登り、沢登り                      |    |             |
| 場所   | わかくさ・プラザ(学習情報館)                 |    |             |
| 日時   | 登山(月2回以上、主として日曜日)、例会(月1回、最終水曜日) |    |             |
| 連絡先  | 松尾 千敏                           | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |



## 球技



### BB・LABO 対象者/小学1年生～6年生

各学年カテゴリーに合わせたバスケットボールの基礎技術を使って楽しく活動しています。対外試合はなく、中学に向けての育成に重点をおき、運動能力の向上を目指しています。興味がある方は、見学・体験いつでもお待ちしております。

|      |                     |    |               |
|------|---------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バスケットボール            |    |               |
| 場所   | 金竜小学校               |    |               |
| 日時   | 毎週日曜日 午後6時30分～8時30分 |    |               |
| 連絡先  | 古田 洋志               | 電話 | 090-1987-4747 |

### 関市 Jr.バスケットボールクラブ 対象者/女子中学生1年生～3年生

色々な中学校の子が集まって練習しています。初心者、経験者様々です。通っている中学校にバスケットボール部がない子も一緒に練習ができます。和気あいあいと活動していますので、興味のある方お待ちしております。

|      |                                                               |    |               |
|------|---------------------------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バスケットボール(女子)                                                  |    |               |
| 場所   | 桜ヶ丘中学校(日曜日)、緑ヶ丘中学校(火曜日)、<br>武芸川中学校(水曜日)、下有知中学校(土曜日・午前、日曜日・午後) |    |               |
| 日時   | 午後6時30分～9時、午前9時～12時、午後1時～5時                                   |    |               |
| 連絡先  | 山田 耕太郎                                                        | 電話 | 090-7862-7809 |

### 関ミニバスケットボールクラブ 対象者/小学1年生～小学6年生

低学年から高学年まで、それぞれのレベルに合った指導を受けられます。土日だけでもOKで、自分のペースで通っていただけます。バスケットに興味のある方、見学、体験いつでも大歓迎!会費は2,500円/月です。

|      |                                      |    |                                      |
|------|--------------------------------------|----|--------------------------------------|
| 活動内容 | ミニバスケットボール                           |    |                                      |
| 場所   | 南ヶ丘小学校 桜ヶ丘中学校 金竜小学校 倉知小学校            |    |                                      |
| 日時   | 毎週月・水・土・日曜日<br>(曜日ごとに時間帯が異なり、男女別で開催) |    |                                      |
| 連絡先  | 男子/土岐正明<br>女子/山田耕太郎                  | 電話 | 男子/090-4851-8880<br>女子/090-7862-7809 |

### 関卓球協会(関卓クラブ) 対象者/どなたでも

卓球の技術を向上させるために練習しています。20～30年位の経験者が多くいます。若者や女性也大歓迎です!会費は5,000円/年です。

|      |                    |    |              |
|------|--------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 卓球練習及び各大会に参加       |    |              |
| 場所   | 緑ヶ丘中学校体育館          |    |              |
| 日時   | 月・水・金曜日 午後7時30分～9時 |    |              |
| 連絡先  | 山下 昭博              | 電話 | 0575-22-9057 |

### 下有知卓球同好会 対象者/老若男女経験問わず

いろんな人(年代、経験、性別など)たちが、卓球を通して交流し、楽しめる会を目指しています。教えあったり、試合形式で練習したりして、レベルアップを目指し、地元の大会にも参加しています。興味がある方は、一度連絡をください。見学だけでもOKです。会費は2,000円/年です。

|      |                  |    |                                |
|------|------------------|----|--------------------------------|
| 活動内容 | 卓球               |    |                                |
| 場所   | 下有知中学校体育館2F      |    |                                |
| 日時   | 毎週水曜日 午後7時～9時30分 |    |                                |
| 連絡先  | 小林 雅明            | 電話 | 080-5566-3986<br>(連絡はショートメールで) |

### NPO法人 フォレストスポーツコミュニティ 対象者/幼児～中学生

サッカーを中心に作られたクラブです。サッカーの競技力向上・普及促進、各種スポーツや学術・文化・芸術活動の普及促進に努め、地域に根ざしたスポーツコミュニティとして、気軽にスポーツとふれあい、交流を深める場を提供しています。活動や会費などクラブに関する詳細はHP。

|      |                                            |    |                                            |
|------|--------------------------------------------|----|--------------------------------------------|
| 活動内容 | サッカークラブ・サッカースクール                           |    |                                            |
| 場所   | 下有知グラウンド、下有知中学校グラウンド・体育館、下有知小学校体育館         |    |                                            |
| 日時   | 毎週火・水・金曜日（午後7～9時）<br>毎週土・日曜日（午前中または午後の3時間） |    |                                            |
| 連絡先  | 清本 英嗣                                      | 電話 | 090-2181-5251<br>fc.foresta.seki@gmail.com |

### 関市地域クラブ サッカー部 対象者/関市内中学校在中の生徒

関市内中学校在学中の部活動に代わり、週末を中心に10人のコーチが担当チームの練習、公式戦(中体連、新人戦、4部リーグ、サッカーフェスティバル、遠征などの活動)に励んでいます。在籍する選手数に合わせ結成するチーム数は変動しますが、合同練習など全体での活動、交流を行い、学業とサッカーの両立を目指し学校と連携しながら選手の成長を目標としています。在籍する中学校のサッカー部の有無に関わらず入部可能です。活動費は年会費1万円程度のみです(ユニフォームは除く)

|      |                      |    |               |
|------|----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 11人制サッカー競技           |    |               |
| 場所   | 桜ヶ丘中学校、小金田中学校、中池公園   |    |               |
| 日時   | 毎週土日(それぞれ午前または午後)3時間 |    |               |
| 連絡先  | 木村 龍己                | 電話 | 080-3630-0006 |

### 関ヤングバレー女子 対象者/中学生女子(小学校高学年も可)

公式戦での勝利を目標に厳しいながらもアットホームな雰囲気練習しています。基礎から丁寧に教えてもらえるので、初心者也大歓迎です。もちろん経験者もめきめき上達し、楽しくプレーできる環境です。市内全域の中学生が集まっているので、交流が広がります。会費は1,500円/月です。

|      |                       |    |               |
|------|-----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バレーボール                |    |               |
| 場所   | アテナ工業アリーナ 中池体育館       |    |               |
| 日時   | 毎週金曜日 午後7時00分～午後9時30分 |    |               |
| 連絡先  | 石原 辰二                 | 電話 | 080-3077-0368 |

### ウエタク 対象者/小学生、中学生

卓球初心者の方から全国大会上位を目指す小中学生が集うクラブです。強くなりたいという熱意のある選手が在籍しています。

|      |                                                            |    |              |
|------|------------------------------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 卓球                                                         |    |              |
| 場所   | ウエタク練習場(アテナ工業アリーナ、中池体育館の場合もあり)                             |    |              |
| 日時   | 平日:前半/午後5時40分～7時10分 後半/午後7時15分～9時15分<br>土日:試合または練習(休みは不定期) |    |              |
| 連絡先  | 上野 みゆき                                                     | 電話 | 0575-25-1366 |

### 一般社団法人 FC ジョカトーレ関 対象者/子ども(小～中学生の男女)

Enjoy and be a creative player. 見ていて楽しい想像力豊かな選手になってくれることを願って指導しています。また、地域社会活動への参加、清掃活動をし、地域に愛されるチームを目指します。



|      |                                                    |    |                                           |
|------|----------------------------------------------------|----|-------------------------------------------|
| 活動内容 | サッカー、フットサル、サッカースクール                                |    |                                           |
| 場所   | 肥田瀬第2グラウンド、中池かわせみスタジアム、<br>武儀生涯学習センター(フットサル)       |    |                                           |
| 日時   | 毎週火・水・木曜日 午後7時～9時、<br>毎週土曜日 午前9時～12時、毎週日曜日 午後1時～4時 |    |                                           |
| 連絡先  | 松葉 智也                                              | 電話 | 090-8864-7740<br>freedom1979719@gmail.com |

### 関市バウンドテニス協会 対象者/小学生以上

現在40～80代までが和気あいあいと楽しんで活動しています。年に数回、県下の各種競技大会や他県への遠征試合にも参加しています。会費は100円/月です。日頃の運動不足を実感して見える方はぜひ体験にお出かけください。道具は常備されているので、いつでも大歓迎です!

|      |                                             |    |              |
|------|---------------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | バウンドテニス                                     |    |              |
| 場所   | アテナ工業アリーナ内                                  |    |              |
| 日時   | 土、日、祝日など午前9時30分～12時<br>(午後1時～午後4時30分の場合もある) |    |              |
| 連絡先  | 高橋 京子                                       | 電話 | 0575-22-0195 |

### 鳳(オオトリ) 対象者/成人

20代から60代までのバレーボールが大好きなメンバーが集まり、週一で和気あいあいと練習を行っています。やっと以前のように大会に参加できるようになり、チーム一丸となって熱く、楽しく、勝つという気持ちを持って頑張っています。チーム活性化のためにメンバーを募集中です。

|      |                       |    |               |
|------|-----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バレーボール                |    |               |
| 場所   | 小金田中学校 2階             |    |               |
| 日時   | 毎週金曜日 午後7時30分～午後9時30分 |    |               |
| 連絡先  | 後藤 好美                 | 電話 | 090-2343-9241 |



## 瀬尻バレーボールクラブ

対象者/子ども

小・中学校を対象としたバレーボールクラブです。仲間作りと運動を楽しむ事が目的であり、初心者には基礎から、経験者は応用的な練習を行っています。学年の違いを超えて皆で仲良くなれます。



|      |               |    |               |
|------|---------------|----|---------------|
| 活動内容 | バレーボール        |    |               |
| 場所   | 瀬尻小学校体育館      |    |               |
| 日時   | 毎週土曜日 午後1時～4時 |    |               |
| 連絡先  | 久世 俊二         | 電話 | 090-3385-8855 |

## 関旭ヶ丘 ジュニアバレーボール

対象者/小学1年生～6年生  
(関市内小学生)

低学年から高学年まで男子・女子共に楽しく、真剣にバレーボールに取り組んでいます。中学、高校、あるいはその後も長く続けてもらえるよう、楽しさと、体づくりを中心に活動しています。

|      |                                           |    |               |
|------|-------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バレーボール                                    |    |               |
| 場所   | 旭ヶ丘小学校体育館                                 |    |               |
| 日時   | 土曜日と日曜日の午前8時30分～午後12時30分又は午後1時30分～午後4時30分 |    |               |
| 連絡先  | 古田 一法                                     | 電話 | 080-6538-2417 |

## TSVCバレーボールクラブ

対象者/どなたでも

コロナで活動が停止してしまい、メンバーが集まらなくなってしまいました。今は月に一度の活動ですが、メンバーが集まったら、毎週活動していきたいと考えています。現状、硬いボールを使用していますがソフトバレーボールに変更する予定です。

|      |                     |    |               |
|------|---------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バレーボール              |    |               |
| 場所   | 富岡小学校               |    |               |
| 日時   | 火曜日(月1回) 午後8時～9時30分 |    |               |
| 連絡先  | 山田 俊之               | 電話 | 090-9028-1754 |

## VolleyBall club Lilie(リーリエ)

対象者/関市在住の20代男女バレー経験があり、月に2,3回参加できる方

私達Lilie(リーリエ)は2022年1月より男女混合チームとして発足し、週に一度集まって練習をしています。年齢層は25歳前後が多く、社会人が主軸ながらも時に中学生～大学生など若い世代も参加しています。気になる方は一度ご連絡ください。

|      |                                        |    |               |
|------|----------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 男女混合バレーボール                             |    |               |
| 場所   | 奇数月 小金田中学校 偶数月 金竜小学校                   |    |               |
| 日時   | 奇数月 毎週土曜日 午後6時～9時<br>偶数月 毎週日曜日 午後6時～9時 |    |               |
| 連絡先  | 清水 完多朗                                 | 電話 | 090-6390-3893 |

## 中濃ソフトバレーボール連盟

対象者/どなたでも

現在、最年少が25歳で最年長が65歳で活動しており、非常に楽しい雰囲気です。参加料は一回目は無料で、それ以降も継続して参加できる方は、年間3,000円集めています。チームとしてはまだまだですが、親睦は結構深めています！

|      |               |    |               |
|------|---------------|----|---------------|
| 活動内容 | ソフトバレーボール     |    |               |
| 場所   | 旭ヶ丘小学校 体育館    |    |               |
| 日時   | 毎週土曜日 午後1時～5時 |    |               |
| 連絡先  | 安田吉孝          | 電話 | 090-3562-0448 |

## バドミントンクラブ (木)

対象者/高校生以上

初心者から中級者レベルの者が中心です。会員数が多くなるとお断りする場合があります。入会金は1,000円で、会費は500円/月になります。

|      |                  |    |              |
|------|------------------|----|--------------|
| 活動内容 | バドミントン           |    |              |
| 場所   | 緑ヶ丘中学校体育館        |    |              |
| 日時   | 毎週木曜日 午後7時30分～9時 |    |              |
| 連絡先  | 坂口 和憲            | 電話 | 0575-29-0778 |

## チームミラクル

対象者/小学生～どなたでも

コーチが各選手の力量に合わせたノック練習やパターン練習を毎回2～3種目実施しています。ゲーム練習はあまりやりません。指導のテーマは「強くするのは難しいが上手くするのは簡単です」。県大会及び全日本大会にて活躍している選手もいます。

|      |                                     |    |               |
|------|-------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バドミントン                              |    |               |
| 場所   | 倉知小学校体育館他(他の場所で活動する場合あり)            |    |               |
| 日時   | 毎週水曜日 午後7時～9時30分<br>(他の曜日に活動する場合あり) |    |               |
| 連絡先  | 民谷 憲二                               | 電話 | 090-9220-9119 |

## 武儀バドクラブ

対象者/子ども、成人  
(原則小学4年生以上)

バドミントンは、経験者はもちろん初心者の方でも十分に楽しめるスポーツです。メンバーは小学生から50歳代まで幅広く、みんなでゲームを楽しんでいます。

|      |                                 |    |               |
|------|---------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | バドミントンを通じてスポーツの交流、ジュニアの育成及び普及活動 |    |               |
| 場所   | 津保川中学校体育館                       |    |               |
| 日時   | 毎週金曜日 午後7時30分～9時30分             |    |               |
| 連絡先  | 丹羽 晃成                           | 電話 | 090-8739-2757 |

## 陸上

### 中池ジュニア陸上クラブ

対象者/  
小学3年生～6年生まで

小学3年生は100mをしっかり走る走力を付け、学年が上がるたびに種目を広げ、走る・跳ぶ・投げる力を養っていきます。5,6年生では競技力を高め全国大会への出場を目指すこともできます。経験豊富な指導者が、ゼロから丁寧に指導します。月会費：2,500円/月(小学3年生は2,000円/月)

|      |                                        |    |               |
|------|----------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 陸上競技                                   |    |               |
| 場所   | 中池かわせみスタジアム 洞戸運動公園                     |    |               |
| 日時   | 毎週土・日曜日 午前8時30分～11時30分<br>(小学3年生は日曜のみ) |    |               |
| 連絡先  | 山田 耕太郎                                 | 電話 | 080-1382-8564 |

## 武道

### 関市なぎなた協会

対象者/どなたでも

古い歴史を持つ古武道「なぎなた」を楽しむお稽古しながらも、礼儀を重んじ相手を尊ぶ心を養います。(入会金500円、会費1,000円/月)



|      |                                                   |    |               |
|------|---------------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | なぎなた(連盟) 直心影流薙刀術(古流)                              |    |               |
| 場所   | 安桜小学校 体育館                                         |    |               |
| 日時   | 毎週火・土曜日 午後7時30分～9時<br>第1・3金曜日 午後7時30分～9時(直心影流薙刀術) |    |               |
| 連絡先  | 一色 喜代子                                            | 電話 | 090-5457-3527 |

### 新極真会 関道場

対象者/5歳以上

新極真会空手は、フルコンタクト制の空手です。現在小学生～大人までの幅広い世代の方が在籍しており、稽古中は真剣に取り組めますが、OFFの時は和やかな雰囲気です。まずは気軽に見学・体験にお越しください。押忍。

|      |                                |    |               |
|------|--------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 空手                             |    |               |
| 場所   | 緑ヶ丘中学校体育館1F(武道場)               |    |               |
| 日時   | 毎週火・土曜日 午後7時30分～午後9時00分(祝日は休み) |    |               |
| 連絡先  | 栗本 幸生                          | 電話 | 090-7955-3353 |

### 極真会館 長谷川道場 関支部

対象者/4歳以上

極真空手史上初の世界大会3連覇を達成した嶺南卓真が直接指導をしています。最新のスポーツ理論や科学を取り入れた稽古で、どんなスポーツでも活躍出来るような体作りをしています。「極真世界王者嶺南のYouTube道場」を検索していただければ道場や指導者の雰囲気を気軽にご覧いただけます。

|      |                                         |    |               |
|------|-----------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 空手                                      |    |               |
| 場所   | 旭ヶ丘中学校武道場                               |    |               |
| 日時   | 毎週金曜日 1部 午後6時45分～7時35分<br>2部 午後7時45分～9時 |    |               |
| 連絡先  | 嶺南 卓真                                   | 電話 | 090-9898-2889 |

### 日本空手協会 関支部

対象者/4歳以上

現在、年中さんから大学生まで活躍中!優しく指導いたしますので、未経験者も大歓迎です!毎年楽しいクリスマスイベントもあります!一カ月体験もできますので気軽にいらしてください!

|      |                 |    |               |
|------|-----------------|----|---------------|
| 活動内容 | 空手              |    |               |
| 場所   | 桜ヶ丘中学校武道場       |    |               |
| 日時   | 毎週火・金曜日 午後7時～9時 |    |               |
| 連絡先  | 河村 憲            | 電話 | 080-5102-5382 |



## 若草合気道クラブ

対象者/どなたでも

公益財団法人合気会登録、岐阜県合気道連盟（岐阜県スポーツ協会加盟団体）加盟道場として、小さなお子様から大人の方まで、日々稽古に励んでおります。合気道に興味のある方はいつでもお越しください。ホームページ（若草合気道クラブにて検索）もありますので、よろしければ見てください。1回300円、入会金無し。

|      |                         |    |               |
|------|-------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 合気道                     |    |               |
| 場所   | アテナ工業アリーナ               |    |               |
| 日時   | 毎週日曜日 午後5時5分～7時45分(二部制) |    |               |
| 連絡先  | 前田 弥生                   | 電話 | 070-8335-6722 |

## 合気道直心会

対象者/幼児～一般

合気道を通して心と身体の一を体得し、徳性の高い人間を創ることを目的としています。  
指導：元慶応大学合気道会師範

|      |                               |    |              |
|------|-------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 合気道                           |    |              |
| 場所   | アテナ工業アリーナ 川辺町海洋センター 富加町海洋センター |    |              |
| 日時   | 土曜日 午後2時30分～5時 日曜日 午前9時～12時   |    |              |
| 連絡先  | 川村 超世                         | 電話 | 0574-29-1379 |

## 戸山流居合道 孫六剣友会

対象者/小学校低学年～  
※16歳未満は保護者同伴

刃物まつり、関祭り等の各種イベントでの形演武及び真剣による試し切りを行います。いつもは模擬刀にて形を中心とした稽古をしています。気になる方はお気軽に見学、体験に来てください。

|      |               |    |               |
|------|---------------|----|---------------|
| 活動内容 | 日本刀を使った居合道    |    |               |
| 場所   | アテナ工業アリーナ武道場  |    |               |
| 日時   | 毎週木曜日 午後7時～9時 |    |               |
| 連絡先  | 長谷川 尚彦        | 電話 | 090-2612-7619 |

## 太極拳



### 太極拳関サークル

対象者/どなたでも

太極拳は、心地良い音楽に合わせ、ゆったりとした動きと呼吸を学ぶ健康的な運動です。体力に関係なく、若い人から年配の人まで無理なく筋力アップやバランス感覚を養える効果は大です。まずは、見学から始めてはいかがでしょうか。準備運動のストレッチと呼吸だけでも新鮮な充実感を満喫できます。体験もありますよ。ぜひ!!



コロナに負けないさくらの練習風景(関市勤労会館)

| 活動内容    | 活動曜日と時間             | 場所           | 代表者    | 連絡先          |
|---------|---------------------|--------------|--------|--------------|
| さくら     | 毎週 月曜日 9:30～11:30   | 関市勤労会館       | 野村 かほる | 0575-23-9225 |
| アビセ     | 毎週 水曜日 19:30～21:30  | アビセ・関        | 河村 保男  | 0575-22-3585 |
| わかくさ教室  | 毎週 木曜日 9:30～11:30   | アテナ工業アリーナ武道場 | 後藤 和嘉子 | 0575-24-7359 |
| せき西サークル | 毎週 木曜日 14:00～16:00  | 西部ふれあいセンター   | 荒木 修二郎 | 0575-28-2554 |
| 武芸川教室   | 毎週 金曜日 19:30～21:30  | 武芸川生涯学習センター  | 井藤 純子  | 0575-46-2521 |
| 上之保     | 第1・3土曜日 13:00～15:00 | 上之保生涯学習センター  | 河合 都史子 | 0575-47-2225 |
| 富野教室    | 第2・4土曜日 13:30～15:30 | 富野ふれあいセンター   | 村山 真知子 | 0575-29-0465 |

### 太極拳関サークル あさくら

対象者/どなたでも

太極拳は、心身をリラックスして、ゆっくり柔らかに行う運動です。老若男女どなたでも参加することができます。楽しく身体を動かして、全身バランスよく、足腰を鍛えてくれる健康スポーツです。

|      |                |    |               |
|------|----------------|----|---------------|
| 活動内容 | 太極拳練習          |    |               |
| 場所   | ワーク・プラザ        |    |               |
| 日時   | 毎週月曜日 午後7時30分～ |    |               |
| 連絡先  | 丹羽 修           | 電話 | 090-7911-0630 |

### 太極拳関サークル もくれん

対象者/どなたでも

太極拳の練習は、心身をリラックスしてゆっくり柔らかに行います。老若男女どなたでも参加することができて、楽しく体を動かしている間に全身バランスよく、足腰を鍛えてくれる健康スポーツです。

|      |                  |    |              |
|------|------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 太極拳練習            |    |              |
| 場所   | アビセ・関            |    |              |
| 日時   | 毎週木曜日 午後1時～2時30分 |    |              |
| 連絡先  | 岡田 恒子            | 電話 | 0575-22-2778 |

### 太極拳ふれあいサークル

対象者/どなたでも

楽しみながら太極拳の技能を習得するとともに、心身の健康の増進、体力の維持向上および会員相互の親睦を図る。地域行事へ参加して太極拳の普及を図ります。

|      |                                           |    |             |
|------|-------------------------------------------|----|-------------|
| 活動内容 | 太極拳・太極剣などを学びながらの健康づくり                     |    |             |
| 場所   | ①西部ふれあいセンター ②桜ヶ丘ふれあいセンター ③鮎之瀬ふれあいセンター     |    |             |
| 日時   | 毎週①木曜日(午後7時30分～) ②土曜日(午後2時～) ③水曜日(午前10時～) |    |             |
| 連絡先  | 川上 功                                      | 電話 | (生涯学習課に問合せ) |

### 太極拳ふれあいサークル 桜ヶ丘教室

対象者/どなたでも

この会は平成18年10月から始めました。表演会、検定試験、平安神宮奉納演武、文化祭等に参加して太極拳を楽しんでいます。太極扇も練習しています。

|      |                  |    |              |
|------|------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 太極拳の練習           |    |              |
| 場所   | 桜ヶ丘ふれあいセンター      |    |              |
| 日時   | 毎週土曜日 午後2時～3時30分 |    |              |
| 連絡先  | 西増 洋一            | 電話 | 0575-22-0631 |





## ダンス・エクササイズ



### 関市老連フォークダンス部

対象者/関市在住で  
65歳から

65歳から93歳までの方が楽しくやっています。体(手、足、腰)の調子が悪くても、皆で声を掛け合って少しでも気持ちが楽になってもらえるよう接しています。会費は基本500円/月ですが、2, 4, 6, 8, 10, 12月には1000円集金します。

|      |                        |
|------|------------------------|
| 活動内容 | フォークダンス                |
| 場所   | アテナ工業アリーナ サブアリーナ       |
| 日時   | 毎月第1・3金曜日 午前9時～11時     |
| 連絡先  | 高橋 光子 電話 090-5605-9426 |

### ダンスクラブコスモス

対象者/どなたでも

音楽に合わせて身体を動かす事で脳の活性化を図りいつまでも若々しく年を重ねていく事を目的とする。競技会に出場を目指す方、パーティで楽しく交流を図りたい方、目的に合わせて指導致します。

|      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| 活動内容 | ダンススポーツ                               |
| 場所   | 木曜日:西本郷公民センター、火曜日:富岡公民センター            |
| 日時   | 毎週火曜日 午後1時30分～3時、<br>毎週木曜日 午後7時30分～9時 |
| 連絡先  | 林 民子 電話 090-2267-7880                 |

### メレモエ フラ サークル

対象者/女性のみ

ハワイアンで踊るフラは、心身ともに健康になります。地域のイベントや施設ボランティアで披露できる喜びは格別です。関市の成人学級から出発したグループです。幼児から80代までが和気あいあいと楽しんでいます。



|      |                                                                                                                                                 |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | フラダンスの練習とボランティア・イベント活動                                                                                                                          |
| 場所   | ①保戸島公民センター<br>各ふれあいセンター(②桜ヶ丘③下有知④西部⑤旭ヶ丘)                                                                                                        |
| 日時   | ①第1・3火曜日 午後1時30分～3時 ②第2・4水曜日 午前10時～11時30分、<br>午後7時30分～9時 第1・3金曜日 午後7時30分～9時<br>③第2・4水曜日 午後1時30分～3時 ④第2・4木曜日 午前10時～11時30分<br>⑤第2・4木曜日 午後7時30分～9時 |
| 連絡先  | 片田 尚美 電話 090-1276-2160                                                                                                                          |

### Dance Climax

対象者/子ども(年中～小学生)

アクロバットを織り込んだダンスが特徴です。がんばる事で運動能力がアップし可能性が広がります。みんなで仲よく楽しくアイドルみたいに活躍しましょう!

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 活動内容 | ダンスと体操技の練習、発表           |
| 場所   | 安桜小学校 体育館               |
| 日時   | 毎週土曜日 午前9時～11時30分       |
| 連絡先  | 日比野 由起 電話 090-6613-1850 |

### 関スコティッシュ カントリーダンスクラブ

対象者/どなたでも

スコティッシュランドで生まれたダンスです。音楽に合わせてグループで踊り社交的な要素をもったダンスです。とても楽しく心も体も健康になると思います。どなたでも踊れますのでお気軽に参加してください。

|      |                       |
|------|-----------------------|
| 活動内容 | ダンスを楽しむ               |
| 場所   | 安桜ふれあいセンター            |
| 日時   | 毎週水曜日 午後7時15分～9時      |
| 連絡先  | 清水 妙子 電話 0575-22-3617 |

### 関かわせみ ダンススポーツサークル

対象者/どなたでも

健康体操や楽しくダンスが踊れるためのレッスンを行っています。

|      |                                                              |
|------|--------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | 楽しくダンスが踊れるレッスン                                               |
| 場所   | ①東新公民センター ②元警察署道場                                            |
| 日時   | ①毎週火曜日午後7時～9時<br>②毎週水曜日午後2時～4時                               |
| 連絡先  | 月曜:土屋 恵美子<br>水曜:兼松 滋 電話 土屋:090-2578-8479<br>兼松:090-9022-4393 |

### オリ アロハ アイナ

対象者/子ども、成人(女性)

フラダンスが好きなメンバーが集まり練習をしています。市内、県内の催し物への参加をしています。メンバー仲良くアットホームな雰囲気です。親子で一緒に楽しむこともできます。音楽に合わせて体を動かすことで心身の健康を育てます。古典フラ(カヒコ)もやっています。

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 活動内容 | フラダンスの練習、活動              |
| 場所   | 市内カルチャー・ふれあいセンターなど       |
| 日時   | 木曜日 午後18時～、午後19時～、土曜午後など |
| 連絡先  | 古山さなえ 電話 090-5864-8331   |

### 岐阜関レア新体操クラブ

対象者/年長～シニア  
(大学生)

新体操は5種目手具を使って、音楽に合わせ演技します。基礎に重点を置くためや、リズム感・柔軟性・跳躍力・平衡感覚などを身につけていくとともに、感謝の気持ちを学ぶことで技術面以外でも素敵な心を育てられる。

|      |                                                                          |
|------|--------------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | 新体操練習及び各大会、発表等に参加出場                                                      |
| 場所   | わかくさ・ブラザ                                                                 |
| 日時   | 毎週土、日曜日<br>午後6時～7時(年長～小3) 午後7時～8時(小4～シニア)<br>午後8時10分～9時30分(大会出場練習【選手強化】) |
| 連絡先  | 谷口 かすみ 電話 070-9024-1260<br>090-1338-0077<br>sekirarerg@gmail.com         |

### スタジオスクエア ダンスチーム

対象者/子ども  
(年中～)、大人

日々のレッスンを続けていく事でできなかった事ができるようになり、その喜びが自信へとつながり、心も体も成長していきます!初心者大歓迎☆  
みんなでダンスを楽しみましょう!



|      |                                                                                                              |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | 基礎から楽しく学べて、発表会等で披露します                                                                                        |
| 場所   | スタジオスクエア                                                                                                     |
| 日時   | ホームページに詳しく記載してあります。以下からご確認ください。<br><a href="https://www.studio-square.net">https://www.studio-square.net</a> |
| 連絡先  | 富田 章子 電話 0575-24-1561                                                                                        |

### ルーシー・ヨガ・プラス

対象者/どなたでも

自分の身体の声を聞きながら、無理なく身体を動かしましょう。血液循環を活発にする呼吸法で、身体の内側から体温を上げます。力を自分で制限しながらじっくりと筋肉に刺激を与えましょう。

|      |                                        |
|------|----------------------------------------|
| 活動内容 | タイ式ヨガを中心としたエクササイズ                      |
| 場所   | ①富野ふれあいセンター、②わかくさ・ブラザ総合体育館武道場          |
| 日時   | ①毎週木曜日 午後1時45分～3時<br>②毎週水曜日 午後1時45分～3時 |
| 連絡先  | 清水 純子 電話 090-4866-5920                 |

### ビューティーピラティス & ヨガサークル

対象者/どなたでも

簡単な筋力トレーニングと簡単に誰でも無理なくできるストレッチをおこないます。体も心もリフレッシュでき、肩こり腰痛の予防にもとても効果的です。ぜひ一度で体験お待ちしております。

|      |                                                    |
|------|----------------------------------------------------|
| 活動内容 | 優しいピラティス・ヨガ                                        |
| 場所   | 富岡ふれあいセンター、下有知南部公民センター                             |
| 日時   | (富岡) 毎週水曜日 午前10時～10時45分、<br>(下有知) 毎週月曜日 午後8時15分～9時 |
| 連絡先  | 前川 由美子 電話 090-7854-1413                            |

### バランスボール

対象者/どなたでも

2019年からスタートのビギナーのサークルです。バランスボールで体幹を鍛えて脳トレをします。運動不足を解消しましょう。

|      |                                                                |
|------|----------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | バランスボールで弾んで有酸素運動                                               |
| 場所   | 田原ふれあいセンター                                                     |
| 日時   | (月1回・朝コース) 第2日曜日 午前9時～10時、<br>(月1回・夜コース) 第2・4木曜日 午後7時30分～8時30分 |
| 連絡先  | 松田 啓子 電話 080-3656-2231                                         |

### スタジオスクエア フィットネス

対象者/どなたでも

初めての方も大歓迎!!多種多様なレッスンを都度払いでご参加いただけるスタジオです。自身のライフスタイルに合わせて、お好きなレッスンで楽しく体を動かし、健康で美しい身体を手に入れますよう!



|      |                                                                                                              |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | 姿勢改善・バランスボール・エアロビクス・ヨガ等                                                                                      |
| 場所   | スタジオスクエア                                                                                                     |
| 日時   | ホームページに詳しく記載してあります。以下からご確認ください。<br><a href="https://www.studio-square.net">https://www.studio-square.net</a> |
| 連絡先  | 富田 章子 電話 0575-24-1561                                                                                        |

### Dance studio NICO NICO HAPPY

対象者/どなたでも

スタジオの名前の通り、ダンスを通して心身元気で笑顔になることを目標として活動しています。ダンスは年齢関係なく楽しむダンス。振り付けを進める速さによってクラス分けをしているので自分のペースで楽しめます。



|      |                                                                            |
|------|----------------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | ダンス                                                                        |
| 場所   | 安桜ふれあいセンター                                                                 |
| 日時   | 毎週金曜日 午後4時10分～4時40分(初心者)<br>午後7時30分～8時30分(経験者)<br>毎週土曜日 午後5時30分～6時30分(初心者) |
| 連絡先  | 小川 俊江 電話 090-2617-6077                                                     |

### ASEN (エーセン)

対象者/どなたでも

幼児・児童は、遊びの中から楽しく身体を動かし運動能力を伸ばします。大人向けには、体幹トレーニング(コアトレ)とストレッチを中心に体を動かします。身体や健康が気になる方、一度試してみませんか。

|      |                                                                                                                    |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 活動内容 | 子ども・大人向け運動教室(体幹トレーニング、ストレッチなど)                                                                                     |
| 場所   | 堅仙房公民センター、安桜ふれあいセンター                                                                                               |
| 日時   | 毎週水曜日 午後1時30分～2時30分(大人)、午後7時30分～8時30分(大人)、<br>午後4時30分～5時30分(幼児)、午後6時～7時(児童)<br>毎週木曜日 午後6時～7時(児童)、午後7時30分～8時30分(大人) |
| 連絡先  | 長尾 宏 電話 (生涯学習課に問合せ)                                                                                                |

### ホリデイエアロビクス

対象者/子ども  
(中学生以上)、成人

楽しく体を動かし心地よい汗をかき、運動不足を解消して身体能力を上げる。いきいきとした人生を過ごしていつまでも介護の必要なく自分の事は出来る様、頭と身体を動かし仲間と楽しく家に引きこもらない生活を目指す。

|      |                       |
|------|-----------------------|
| 活動内容 | 音楽に合わせて楽しく体を動かしています   |
| 場所   | 倉知ふれあいセンター            |
| 日時   | 土曜日の午前 ※月4回程度         |
| 連絡先  | 服部 登世子 電話 (生涯学習課に問合せ) |

## 健康体操



# ピーターパン

対象者/どなたでも

"運動したいけどチャンスと場所がない。  
再スタートのきっかけがほしい。  
肩こり、腰痛、便秘などの悩み  
そんな方、ぜひご参加ください。  
体験、初心者の方も大歓迎です!"

|      |                                            |    |               |
|------|--------------------------------------------|----|---------------|
| 活動内容 | エアロビクス・ヨガ・バレトン・スモールボール                     |    |               |
| 場所   | アテナ工業アリーナまたは桜ヶ丘中学校                         |    |               |
| 日時   | 水・木曜日 午後7時30分～8時30分<br>木曜日 午前10時30分～11時30分 |    |               |
| 連絡先  | 小栗 里子                                      | 電話 | 080-3068-5676 |

|                                                                 |  |           |  |
|-----------------------------------------------------------------|--|-----------|--|
| (公社)日本 3B 体操協会<br>岐阜県支部                                         |  | 対象者/どなたでも |  |
| 健康長寿をのばすために、音楽に合わせて楽しく体操をしましょう。<br>みんなと一緒に、また家でもできるように工夫されています。 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |
|                                                                 |  |           |  |

| 健康表現体操                                                      |                                             | 対象者/中高年、高齢者 |               |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------|---------------|
| 音楽の刺激を受け、心・身体・頭の三位一体となった健康体操です。<br>これからの健康づくり、仲間づくりに役立て下さい。 |                                             |             |               |
|                                                             |                                             |             |               |
|                                                             |                                             |             |               |
|                                                             |                                             |             |               |
|                                                             |                                             |             |               |
| 活動内容                                                        | 中高年の懐メロ健康体操                                 |             |               |
| 場所                                                          | 安桜ふれあいセンター                                  |             |               |
| 日時                                                          | 第1・3水曜日(夜間)、第2・4火水曜日(昼間)、<br>第1・3金曜日(昼) 月2回 |             |               |
| 連絡先                                                         | 村山 千秋                                       | 電話          | 090-7619-8202 |

| やさしいヨガサークル                                                                                     |                      | 対象者/成人、高齢者     |                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------|-----------------------------|
| 足裏マッサージ、骨盤リセットヨガ、椅子ヨガ、タイ式自己整体ヨガのルーシーダットン、ピラティスを取り入れたレッスンです。男性クラスも開設中です。初心者、体の硬い人ほど参加をお待ちしています。 |                      |                |                             |
| 活動内容                                                                                           | ヨガで姿勢改善・転倒・介護予防をサポート |                |                             |
| 場所                                                                                             | 関市立安桜小学校             |                |                             |
| 日時                                                                                             | 毎週火曜日                | 女性クラス<br>男性クラス | 午前9時30分～10時30分<br>午前11時～12時 |
| 連絡先                                                                                            | 鈴木 明美                | 電話             | 090-6806-2810               |

## 若返り体操

|                                                                                                       |                                                                                                                                      |    |               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------|
| 椅子やゴム、ボール等の道具を使い、筋力向上と転倒予防を目的とした体操を行っています。音楽に合わせて気持ち良く動きます。<br>月5回レッスンに参加でき、①～⑧どの会場でもレッスンを受けることができます。 |                                                                                                                                      |    |               |
| 活動内容                                                                                                  | 65歳以上を対象とした体操サークル                                                                                                                    |    |               |
| 場所                                                                                                    | ① 堅仙房公民センター      ② 安桜ふれあいセンター<br>③ 田原ふれあいセンター      ④ 桜ヶ丘ふれあいセンター<br>⑤ 倉知ふれあいセンター      ⑥ 旭ヶ丘ふれあいセンター<br>⑦ いちようの家      ⑧ 西本郷公民センター     |    |               |
| 日時                                                                                                    | ① 月 午後2時～3時      ② 火 午前10時～11時      ③ 火 午後2時～3時<br>④ 水 午後2時～3時      ⑤ 木 午前10時～11時      ⑥ 木 午後2時～3時<br>⑦ 金 午前10時～11時      ⑧ 金 午後2時～3時 |    |               |
| 連絡先                                                                                                   | 井上 伸子                                                                                                                                | 電話 | 090-3588-5911 |

## すこやか チェア・ピクス

|                                                                                          |                |    |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----|---------------|
| エアロの曲に合わせてイスに座って有酸素運動を行ったあとは今話題のロコモ体操で筋肉、骨、関節などの人が動くには欠かせない運動機能にスポットをあててゆっくり身体を動かしてゆきます。 |                |    |               |
|                                                                                          |                |    |               |
| 活動内容                                                                                     | 健康寿命をのばす介護予防運動 |    |               |
| 場所                                                                                       | 安桜ふれあいセンター     |    |               |
| 日時                                                                                       | 毎週金曜日          |    |               |
| 連絡先                                                                                      | 石川　とき江         | 電話 | 090-9895-2971 |

## ヨーガさつき会

|                                                                     |                   |    |               |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------|----|---------------|
| サークル設立から31年続いています。呼吸法を主にゆったり、スローのポーズがメインですので、シニアの女性会員が長く続けられておられます。 |                   |    |               |
|                                                                     |                   |    |               |
| 活動内容                                                                | ヨーガを通して心と身体の健康づくり |    |               |
| 場所                                                                  | 関市文化会館            |    |               |
| 日時                                                                  | 月4回 毎週木曜日 午後1時～3時 |    |               |
| 連絡先                                                                 | 山西 絹子             | 電話 | 090-3255-1837 |

## サロン トム・ジェリ

|                               |                      |    |               |
|-------------------------------|----------------------|----|---------------|
| 高齢者の筋力向上とフレイル予防を目的として活動しています。 |                      |    |               |
|                               |                      |    |               |
|                               |                      |    |               |
|                               |                      |    |               |
|                               |                      |    |               |
| 活動内容                          | フレイル予防のためのロコトレ体操     |    |               |
| 場所                            | 倉知ふれあいセンター           |    |               |
| 日時                            | 毎週金曜日 午後1時30分～3時ごろまで |    |               |
| 連絡先                           | 山田 みどり               | 電話 | 090-4468-5814 |

## 金曜ロコトレサークル

|                                                                                                      |                                           |    |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----|---------------|
| 2本のポール(杖)を使用して、きれいな姿勢で歩くために必要な体操とノルディックウォークを楽しむ介護予防サークルです。道具は無料で貸し出します。椅子で30分、残りは立って体操や歩行トレーニングをします。 |                                           |    |               |
| 活動内容                                                                                                 | ロコモ予防体操とノルディックウォーク                        |    |               |
| 場所                                                                                                   | せきしんふれ愛アリーナ(メインアリーナ・サブアリーナ)、中部集会場(いちようの家) |    |               |
| 日時                                                                                                   | 毎週金曜日(祝日除く) 午後1時30分～3時30分                 |    |               |
| 連絡先                                                                                                  | 井上 伸子                                     | 電話 | 090-3588-5911 |

## 鮎の瀬ロコトレサークル

|                                                                                                           |                   |    |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----|---------------|
| イスに座ったり、音楽に合わせて踊ったり様々な動きで退社を高めます。<br>骨密度、筋肉量の増加を目指し、幅広い年齢層に響く体操。月2回です<br>が、ボール、スポーツリング、ゴムを使って楽しく時間を過ごします。 |                   |    |               |
|                                                                                                           |                   |    |               |
| 活動内容                                                                                                      | ロコトレ体操 楽しく体を動かそう! |    |               |
| 場所                                                                                                        | 鮎の瀬ふれあいセンター       |    |               |
| 日時                                                                                                        | 第2・4木曜日(月2回)      |    |               |
| 連絡先                                                                                                       | 富田 章子             | 電話 | 090-6354-0206 |

## 西部ロコトレサークル

|                                                                                                           |                      |    |               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----|---------------|
| イスに座ったり、音楽に合わせて踊ったり様々な動きで退社を高めます。<br>骨密度、筋肉量の増加を目指し、幅広い年齢層に響く体操。月2回です<br>が、ボール、スポーツリング、ゴムを使って楽しく時間を過ごします。 |                      |    |               |
|                                                                                                           |                      |    |               |
|                                                                                                           |                      |    |               |
|                                                                                                           |                      |    |               |
|                                                                                                           |                      |    |               |
| 活動内容                                                                                                      | ロコトレ体操 楽しく体を動かそう!    |    |               |
| 場所                                                                                                        | 西部ふれあいセンター           |    |               |
| 日時                                                                                                        | 月2回火曜日 午後1時30分～2時30分 |    |               |
| 連絡先                                                                                                       | 富田 章子                | 電話 | 090-6354-0206 |





関市スポーツ少年団加盟団一覧



| 種目                                                                                        | 団名                  | 入団資格                            | 練習日           | 練習時間                                           | 練習場所                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------|---------------|------------------------------------------------|---------------------------------------|
| <br>軟式野球 | 安桜野球                | 関市内小学校全学年<br>ただし、<br>1年生は保護者が帯同 | 土・日、祝日        | 午前8時30分～12時<br>または午後1時～4時30分                   | 安桜小グラウンド・稲口グラウンド 他                    |
|                                                                                           | 関中央フェニックス           | 小学校全学年                          | 土・日           | 午前8時～午後4時                                      | 旭ヶ丘・桜ヶ丘小グラウンド                         |
|                                                                                           | 金竜野球                | 金竜小学校全学年                        | 土・日           | 午前8時30分～12時                                    | 金竜小グラウンド・小屋名グラウンド・<br>白金グラウンド・植野グラウンド |
|                                                                                           | 関さくら野球              | 田原小・南ヶ丘小<br>全学年                 | 土・日・祝日        | 午前8時30分～午後3時30分                                | 田原グラウンド・南ヶ丘小グラウンド                     |
|                                                                                           | 富岡野球                | 入団希望の小学生                        | 土・日           | 午前8時～午後5時<br>各学年半日練習                           | 富岡小グラウンド・肥田瀬グラウンド                     |
|                                                                                           | 倉知野球                | 倉知小全学年                          | 土・日           | 午前8時30分～12時30分<br>午後1時～5時 どちらか4時間              | 倉知小グラウンド・体育館                          |
|                                                                                           | 関東スピリッツ野球           | 小学校全学年                          | 土・日           | 午前8時30分～12時                                    | 富野農村グラウンド・富野小グラウンド・<br>富野中学校グラウンド     |
|                                                                                           | 下有知野球               | 入団希望の<br>すべての小学生                | 土・日・祝         | 午前8時～12時<br>午後1時～5時                            | 下有知小グラウンド・体育館・<br>下有知グラウンド            |
| ソフトボール                                                                                    | 武芸川クラブ<br>少年野球      | 小学校全学年                          | 土・日・祝         | 土：午前8時30分～午後3時<br>日・祝：午前8時30分～12時              | 南ふれあいの広場                              |
|                                                                                           | 関ソフトボールクラブ          | 関市・美濃市<br>小学生                   | 土・日・水<br>(夜間) | 土・日：午前8時30分～12時<br>水：午後6時30分～7時30分             | 安桜小運動場・本郷グラウンド                        |
| バレーボール                                                                                    | 関富岡ヴィクトリーズ          | 関市・近隣市在住<br>小学生                 | 土・日           | 土：午前8時30分～12時<br>日：午前8時30分～午後5時                | 富岡小体育館                                |
|                                                                                           | 金竜バレーボール            | 関市内在住<br>小中学生                   | 木・日           | 木：午後7時～9時<br>日：午前9時～午後3時                       | 木：小金田中体育館<br>日：金竜小体育館                 |
|                                                                                           | 関旭ヶ丘ジュニア<br>バレーボール  | 市内在住小学生                         | 土・日           | 土：午後1時30分～4時30分<br>(夏季は変更)<br>日：午前8時30分～12時30分 | 旭ヶ丘小体育館                               |
|                                                                                           | 田原バレーボール            | 関市内在住の<br>小学生                   | 水・日           | 水：午後7時～8時30分<br>日：午前9時～12時                     | 田原小体育館                                |
|                                                                                           | 洞戸ジュニア<br>バレーボール    | 小学校全学年                          | 木・土           | 木：午後7時～9時<br>土：午後2時～5時                         | 洞戸小体育館                                |
|                                                                                           | 武芸ジュニア<br>バレーボールクラブ | 小学校全学年                          | 火・土           | 午後7時～9時                                        | 武芸小体育館                                |

| 種目     | 団名               | 入団資格                        | 練習日                      | 練習時間                                                                                                               | 練習場所                                          |
|--------|------------------|-----------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| テニス    | 関硬式テニス           | 小中学生                        | 日                        | 午前9時～12時                                                                                                           | 中池公園テニスコート・<br>本郷テニスコート                       |
| ソフトテニス | 関ソフトテニス          | 市内小学校<br>2年生以上              | 日                        | 午前8時～12時(夏季)<br>午前9時～12時(冬期)                                                                                       | 小金田中テニスコート                                    |
| 水 泳    | 関水泳              | 関市近郊の<br>小中学生               | 月2回 土<br>アテナ工業<br>プール月3回 | 4～6月、10～3月<br>・土：午前8時～9時30分<br>(月2回) コパン関<br>・土・日：午前12時50分～<br>(月1回)<br>アテナ工業アリーナ<br>温水プール<br>7～9月<br>・毎週土 中池市民プール | 中池市民プール(夏季) コパン関・<br>アテナ工業アリーナ温水プール           |
| サッカー   | 孫六旭ヶ丘サッカー        | 旭ヶ丘・富岡小<br>全学年              | 火・水(夜間)<br>土・日(昼間)       | 火：午後6時～8時<br>水：午後7時～9時<br>土・日：午前9時～12時<br>午後1時～4時                                                                  | 旭ヶ丘小・富岡小・<br>片倉グラウンド・肥田瀬北グラウンド                |
|        | 孫六安桜サッカー         | 安桜小学校全学年                    | 土・日                      | 全学年：第1・3・5土午前<br>4～6年：第2・4土午前<br>全学年：毎週日午前                                                                         | 安桜小グラウンド・片倉グラウンド                              |
|        | 孫六瀬尻サッカー         | 瀬尻・倉知小学校<br>全学年             | 土・日・水<br>(夜間)            | 低学年 土：午後1時～4時<br>日：午前9時～12時<br>高学年 土：午後1時～4時<br>日：午後1時～4時<br>毎週水：午後7時～9時                                           | 片倉グラウンド・瀬尻小グラウンド・<br>瀬尻小体育館                   |
|        | 関さくらサッカー         | 桜ヶ丘・田原・<br>南ヶ丘小校区<br>年長と小学生 | 土・日・火<br>(夜間)            | 土・日：午前9時～12時(3時間)<br>火：午後6時15分～7時30分                                                                               | 田原小グラウンド・田原小体育館                               |
|        | 金竜サッカー           | 金竜小校区在住<br>年長と小学生           | 土・日<br>(第1土は<br>休み)      | 毎週土・日：午後1時～4時<br>フットサル練習<br>毎週月：午後7時～9時                                                                            | 金竜小学校運動場・体育館                                  |
|        | 下有知F Cサッカー       | 下有知小全学年<br>(園児年長以上も可)       | 土・日                      | 土：午前8時30分～11時30分<br>日：午後1時～午後4時                                                                                    | 下有知グラウンド                                      |
|        | 武儀F Cサッカー        | 年長～小学生                      | 水・土                      | 水：午後7時～9時<br>土：午後1時30分～4時<br>(夏季：午後4時～6時)                                                                          | 水：武儀生涯学習センターアリーナ<br>土：旧関有知高校中濃校舎グラウンド・<br>体育館 |
| ラグビー   | 関ラグビースクール        | 幼児(年中～)・<br>小・中学生           | 4～9月：日<br>10～3月：<br>土・日  | 午前9時～12時(3時間)                                                                                                      | ふる里農園(小学部)・<br>稲口ランド(中学部)                     |
| バドミントン | 武儀ジュニア<br>バドミントン | 関市内在住<br>小学3年生～高校生          | 金                        | 午後7時30分～9時30分                                                                                                      | 津保川中体育館                                       |
| 剣 道    | 関剣道              | 幼・小中学生                      | 月・水                      | 午後7時～9時00分                                                                                                         | 旭ヶ丘中体育館(武道場)                                  |
|        | 下有知剣道            | 小中学生<br>(未就学児要相談)           | 月・水・土                    | 午後6時30分～8時30分                                                                                                      | 下有知中体育館(武道場)                                  |

| 種目    | 団名        | 入団資格                | 練習日           | 練習時間                                                                                                  | 練習場所                                |
|-------|-----------|---------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| 剣道    | 緑ヶ丘剣道     | 小学生～中学生             | 月・水・土         | 午後7時～9時                                                                                               | 緑ヶ丘中体育館                             |
|       | 孫六剣道      | 幼児(年少～)、<br>小中学校全学年 | 月・木・土         | 月・木:午後7時～9時<br>土:午後6時30分～9時                                                                           | 月、土:桜ヶ丘中<br>木:桜ヶ丘小                  |
|       | 上之保剣道     | 関市内在住<br>幼保小中学生     | 水・土           | 水:19時30分～21時<br>土:19時15分～21時                                                                          | 上之保体育館・上之保小体育館                      |
| なぎなた  | 関なぎなた     | 小中学校全学年・<br>高校全学年   | 火・土           | 午後7時30分～8時30分                                                                                         | 安桜小体育館                              |
| 空手    | 金竜空手      | 年齢 学年<br>問わず        | 月・火・水・<br>木・土 | 月・火:午後7時30分～9時<br>小金田中<br>水:午後7時30分～9時<br>西部ふれあいセンター<br>木:午後7時30分～9時<br>金竜小<br>土:午前9時30分～12時<br>千疋体育館 | 金竜小体育館・小金田中体育館・<br>西部ふれあいセンター・千疋体育館 |
|       | 武芸川空手     | 園児以上<br>年齢問わず       | 月・金           | 午後7時30分～9時                                                                                            | 月:博愛小体育館<br>金:武芸川生涯学習センター 武道場       |
| ボウリング | 関ボウリング    | 小中学校全学年             | 火・木・土         | 火:午後6時～<br>3ゲーム自主練習<br>月1回土:午後4時30分～6時<br>木:午後4時30分～6時・<br>6時30分～<br>3ゲーム自主練習会                        | 関ボウリングセンター                          |
| リーダー会 | 関ヤングリーダー会 | 中学・高校全学年            | 不定期           | 会合 午後7時～9時<br>各種スポーツ少年団研修会・<br>イベント                                                                   | 会合 アテナ工業アリーナ                        |

■照会先／関市スポーツ協会(アテナ工業アリーナ内) ☎(0575)23-8525



## ボランティア



### 関市ボランティア・ 市民活動連絡協議会

対象者/どなたでも

せきボラ協の活動のPR、ボランティア交流会、講演会等を開催し、会員の拡大、ボランティア市民活動の発展に取り組んでいます。福祉のまち関に向け、皆さんと一緒に活動したいと考えています。せきボラ協へのご加入をお待ちしています。

|      |                                |    |                 |
|------|--------------------------------|----|-----------------|
| 活動内容 | ネットワークづくりやボランティア・市民活動の発展に関する活動 |    |                 |
| 場所   | 関市内                            |    |                 |
| 日時   | 随時                             |    |                 |
| 連絡先  | 加藤 輝夫                          | 電話 | (関市社会福祉協議会に問合せ) |

### わらべうたの会ぽんぽこ

対象者/どなたでも

わらべうたを歌いながら、お子様と触れ合っています。時間はとても楽しいですよ。一緒に活動してみませんか。

|      |                                      |    |              |
|------|--------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | 未就園児の親子を対象にわらべうた人形劇などで、一緒にふれあい遊びをする。 |    |              |
| 場所   | 市内各地域のすくすく、子育てサークル、児童センターなど          |    |              |
| 日時   | 随時                                   |    |              |
| 連絡先  | 朝日 千恵子                               | 電話 | 0575-22-1323 |

### あやめ会

対象者/どなたでも

会員年齢40～70歳代の女性の集まりで、現在19名で活動しています。ボランティア活動に関心のある方、ほんの少しの時間をさいて一緒に活動してみませんか。

|      |                                         |    |                 |
|------|-----------------------------------------|----|-----------------|
| 活動内容 | ・高齢者施設でのボランティア ・託児ボランティア<br>・その他イベント支援等 |    |                 |
| 場所   | 関市内                                     |    |                 |
| 日時   | 延べ回数 月15～16回                            |    |                 |
| 連絡先  | 山岡 津由子                                  | 電話 | (関市社会福祉協議会に問合せ) |

### せき防災の会

対象者/どなたでも

防災ボランティア活動に興味・関心のある方、ぜひ、お問合せください。

|      |                       |    |               |
|------|-----------------------|----|---------------|
| 活動内容 | 防災ボランティア活動及び啓発活動、防災講演 |    |               |
| 場所   | 関市内(サロンや小学校、自治会など)    |    |               |
| 日時   | 月1回程度定例会、行事の行われる日(随時) |    |               |
| 連絡先  | 朝倉 勝美                 | 電話 | 090-2614-2333 |

### 関市健康づくり 食生活改善推進協議会

対象者/どなたでも

市主催「健康づくり教室」の修了生がメンバーの全国的な組織です。健康づくりや食育について学習したことを地域に伝え、市民の健康づくりを願って活動しています。ぜひ一緒に活動しませんか。

|      |                                        |    |              |
|------|----------------------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | ・食生活活動(料理講習会など)<br>・生活習慣病予防活動(料理講習会など) |    |              |
| 場所   | 関市内                                    |    |              |
| 日時   | 随時                                     |    |              |
| 連絡先  | 関市保健センター                               | 電話 | 0575-24-0111 |

### 津軽三味線JAN

対象者/どなたでも

参加人員の多少、音響設備の有無に関わらずお伺いします。お気軽にお声がけください。

|      |                                                     |    |                 |
|------|-----------------------------------------------------|----|-----------------|
| 活動内容 | 自治会や介護施設等で行われるイベントにおいて、より効果的な催しになるよう三味線演奏でご協力しています。 |    |                 |
| 場所   | 関市及び隣接市部                                            |    |                 |
| 日時   | 随時                                                  |    |                 |
| 連絡先  | 長谷川 正和                                              | 電話 | (関市社会福祉協議会に問合せ) |

### 関六ツ星会

対象者/どなたでも

市内の視覚に障がいがある方へ、生活情報を点訳により提供(郵送)しています。希望される方はぜひご連絡ください。また、点字に興味のある方は、毎年実施している「点訳講座」を受講してみませんか。

|      |                                                       |    |                 |
|------|-------------------------------------------------------|----|-----------------|
| 活動内容 | 視覚障がい者の方に「広報せき」「社協だより」「消防便り」などの生活に必要な情報を点訳により提供しています。 |    |                 |
| 場所   | わかくさ・プラザ 関市総合福祉会館1階ボランティア活動室                          |    |                 |
| 日時   | 主に19:00～21:30 月10日程度                                  |    |                 |
| 連絡先  | 加藤 輝夫                                                 | 電話 | (関市社会福祉協議会に問合せ) |

### MOA山月

対象者/どなたでも

1本のお花を手にした時、とてもいいなと思う。いけられた花を目にした時、きれいだなあと心が潤う。自分で和紙などで花器を作りながら昔の子ども頃の思い出を思い出し、なつかしくて心がキュンとなる。忙しい日々の中で人と人の会話を楽しみながら、あなたもこんな花とふれあう時間を持つてみませんか。

|      |                           |    |              |
|------|---------------------------|----|--------------|
| 活動内容 | ボランティア活動、和紙等で作った花器に花をいけます |    |              |
| 場所   | 各学校のクラブ活動支援               |    |              |
| 日時   | 年間15回位(学校カリキュラムに基づく)      |    |              |
| 連絡先  | 小坂 君子                     | 電話 | 0575-24-2373 |





主なスポーツ大会



| イベント名                                 | 内容                             | 期日・回数                 | 定員      | 対象                 | 会場                | 問合せ先                                                    |
|---------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|---------|--------------------|-------------------|---------------------------------------------------------|
| 刃物のまち関シティマラソン                         | ハーフマラソン、<br>10km、<br>ジョギングの3種目 | 3月<br>第3日曜日           | 約3,000人 | 一般                 | 中池かわせみ<br>スタジアム発着 | 刃物のまち関<br>シティマラソン実行委員会<br>(スポーツ推進課内)<br>電話 0575-23-7766 |
| 関市駅伝競走大会                              | 6区間                            | 1月<br>第3日曜日           | —       | 中学生以上              | 中池かわせみ<br>スタジアム発着 | スポーツ推進課<br>電話 0575-23-7766                              |
| 中濃駅伝大会                                |                                | 2月頃                   | —       | 中学生以上              | 未定                |                                                         |
| せきサイクル・ツーリング                          | 市民参加型<br>自転車ツーリング              | 春及び秋                  | —       | 未定                 | 未定                | せきサイクル・ツーリング<br>実行委員会<br>(スポーツ推進課内)<br>電話 0575-23-7766  |
| 自然と冒険スポーツ村<br>板取カップバイクトライアル<br>かぶどん大会 | 初心者から上級者まで<br>楽しめます            | 9月中旬頃                 | —       | 小・中・<br>高校生・<br>一般 | 板取地域内             | 自然と冒険スポーツ村<br>実行委員会<br>(板取事務所内)<br>電話 0581-57-2111      |
| かみのほ元旦ジョギング大会                         | Aコース:1.7km<br>Bコース:2.4km       | 1月1日                  | —       | 一般                 | 上之保生涯学習<br>センター周辺 | かみのほ元旦ジョギング大会<br>実行委員会<br>(上之保事務所内)<br>電話 0575-47-2001  |
| 関市民スポーツ大会                             | 総合開会式とイベント                     | 5月<br>第4日曜日           | —       | 市民                 | 中池かわせみ<br>スタジアム発着 | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8525                         |
| 関市町内対抗野球大会                            |                                | 6月<br>第2日曜日<br>～8月14日 | —       | 市内在住者              | 河上薬品<br>スタジアム     |                                                         |
| 関市自治会対抗<br>ソフトボール大会                   |                                | 4月～5月<br>日曜日          | —       | 市内在住者              | 河上薬品<br>スタジアム     |                                                         |
| 関市自治会対抗<br>バレーボール大会                   |                                | 9月<br>日曜日             | —       | 市内在住者              | アテナ工業<br>アリーナ     |                                                         |
| 関市自治会対抗<br>グラウンドゴルフ大会                 |                                | 11月<br>日曜日            | —       | 市内在住者              | 中池公園<br>多目的広場     |                                                         |
| 関市職域野球大会                              | 官公庁、金融機関、<br>一般企業、事業所対象        | 8月～10月<br>日曜日         | —       | 市内在勤者              | 河上薬品<br>スタジアムほか   |                                                         |
| 関市民友好職域<br>バレーボール大会                   | 官公庁、金融機関、<br>一般企業、事業所対象        | 9月下旬～<br>水曜日          | —       | 市内在勤者              | アテナ工業<br>アリーナ     |                                                         |
| 関市シニアゲートボール大会                         |                                | 9月下旬頃                 | —       | 一般                 | 未定                |                                                         |
| 関市民ゴルフ大会                              |                                | 2月<br>第4日曜日           | 200人    | 市内在住、<br>在勤の方      | 岐阜関<br>カントリークラブ   |                                                         |



| イベント名                     | 内容                                 | 期日・回数                    | 定員        | 対象                                             | 会場                     | 問合せ先                                    |
|---------------------------|------------------------------------|--------------------------|-----------|------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------|
| 関市民元旦サッカー大会               | 11月～12月中に予選、<br>元旦に決勝戦             | 11月～<br>1月1日             | —         | 市内在住者                                          | グリーン・<br>フィールド中池<br>ほか | <br><br>(一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8525 |
| カローリング<br>日本平成村カップ        | 氷上のスポーツ<br>「カローリング」を<br>床の上で行う     | 7月<br>第1日曜日              | 36<br>チーム | 小学生以上                                          | 武儀生涯学習<br>センター         |                                         |
| カローリングジャパンカップ             | 氷上のスポーツ<br>「カローリング」を<br>床の上で行う     | 11月<br>第2日曜日             | 72<br>チーム | 小学生以上                                          | 武儀生涯学習<br>センター         |                                         |
| リレー de マラソン大会             | チームで力を<br>合わせて走ろう                  | 夏                        | —         | 市内在住・<br>在勤・在学                                 | 中池かわせみ<br>スタジアム        |                                         |
| 関市学童陸上記録会                 |                                    | 春・秋                      | —         | 市内在学<br>小学生                                    | 中池かわせみ<br>スタジアム        |                                         |
| 中濃体育大会                    | 3市対抗                               | 7月<br>第1日曜日<br>総合<br>開会式 | —         | 関市・<br>美濃市・<br>郡上市<br>在住・在勤・<br>在学             | 関市・<br>美濃市・<br>郡上市     | 岐阜県スポーツ協会<br>電話 058-297-2567            |
| 岐阜県民スポーツ大会                | 郡市代表43種目、<br>フリー参加33種目、<br>交流体験2種目 | 9月総合<br>開会式              | —         | 岐阜県民                                           | 岐阜県内                   |                                         |
| 市民スキー大会                   |                                    | 1月～2月                    | —         | 小学生以上                                          | ひるがの高原<br>スキー場         | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8525         |
| 市民テニス大会(春季・秋季)            | ダブルス／一般男女・<br>45歳以上男女の部            | 5～6月<br>(予定)<br>9月(予定)   | —         | 市内在住・<br>在勤・在学<br>中学生以上<br>テニス協会<br>加盟<br>クラブ員 | 中池<br>テニスコート           | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8526         |
| 中濃地区学童水泳記録会<br>兼関市児童水泳記録会 |                                    | 8月<br>第1日曜日              | —         | 市内小学生                                          | 中池市民プール                | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8527         |
| 中濃地区体育大会水泳競技会             |                                    | 8月<br>第1日曜日              | —         | 市内在住・<br>在勤<br>18歳以上<br>(学生除く)                 | 中池市民プール                | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8528         |
| 中濃地区水泳選手権大会               | 1人1種目<br>(リレーを除く)                  | 8月<br>第1日曜日              | —         | 市内在住・<br>在学・在勤<br>中学生以上                        | 中池市民プール                | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8529         |
| 市民卓球大会(春季・秋季)             |                                    | 4月・10月                   | —         | 市内在住・<br>在学・在勤<br>小学生以上                        | 未定                     | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8530         |
| 市民バドミントン大会                |                                    | 秋                        | —         | 市内在住者                                          | アテナ工業<br>アリーナ          | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8531         |
| 市民弓道大会                    |                                    | 12月                      | —         | 市内在住・<br>在勤・在学<br>小学生以上                        | 関市弓道場                  | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8532         |

※受講料・参加料がかかる場合があります



主な教室

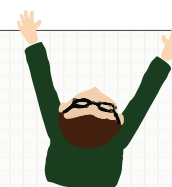


| イベント名                        | 内容                                                                      | 期日・回数                                           | 定員                  | 対象                                         | 会場                                    | 問合せ先                            |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| クアオルト健康ウォーキング                | ガイドによる<br>クアの道(2コース)の<br>ウォーキング                                         | 各コース<br>年10回<br>程度<br>※詳細<br>日程は<br>市HP         | 各15人<br>※一部<br>制限あり | 一般                                         | 安桜山<br>まちめぐり<br>コース、<br>板取株杉の<br>森コース | 市民健康課<br>電話 0575-24-0111        |
| 運動教室                         | 水中ウォーキング、<br>ヨガ、バランスボール、<br>水泳教室(各種泳法)                                  | 10月～<br>12月<br>(3ヵ月<br>1クール<br>計10回)            | 10～30人              | 16歳以上                                      | 武芸川<br>健康プール                          | 武芸川健康プール<br>電話 0575-45-0133     |
| アクアビクス教室(春・秋)                | 水の浮力や抵抗を<br>利用して有酸素運動を<br>行い、体力の向上や<br>シェイプアップを<br>目指します                | 春5月～<br>秋10月～<br>毎週1回<br>全10回<br>午前または<br>午後、夜間 | 未定                  | 高校生以上                                      | アテナ工業<br>アリーナ<br>温水プール                | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8525 |
| 親子水泳教室                       | 苦手な水泳を<br>克服して、<br>泳ぐ楽しさを<br>親子で学びます                                    | 7月下旬<br>全5回                                     | 未定                  | 小学1～3年<br>の10m程度<br>泳ぐことが<br>難しい児童<br>とその親 | アテナ工業<br>アリーナ<br>温水プール                |                                 |
| 親子わんぱく教室(春・秋)                | リトミックや道具を<br>使った遊びなど<br>親子で楽しく<br>運動します                                 | 春5月～<br>秋10月～<br>毎週1回<br>全10回                   | 25組                 | 満2～3歳<br>親子                                | アテナ工業<br>アリーナ                         |                                 |
| ジュニアスポーツ教室<br>(春・秋)(低学年・高学年) | 鉄棒、マット運動、<br>跳び箱を中心に<br>スポーツに<br>親しみましょう                                | 春5月～<br>秋10月～<br>毎週1回<br>全10回                   | 各25人                | 小学生                                        | アテナ工業<br>アリーナ                         |                                 |
| こども運動教室(春・秋)                 | 走ることや<br>ミニゲームを通し、<br>判断力・反応力・<br>変換力・バランス感覚・<br>リズム感覚を高め、<br>運動神経を鍛えよう | 春5月～<br>秋10月～<br>毎週1回<br>全10回                   | 各30人                | 小学生<br>1～4年生                               | アテナ工業<br>アリーナ                         |                                 |
| フレッシュ体操教室                    | 楽しくからだを動かし、<br>運動機能の維持・<br>増進を図りましょう                                    | 通年<br>月額<br>2,000円                              | 30人                 | 成人・シニア                                     | アテナ工業<br>アリーナ                         |                                 |
| 硬式テニス教室                      |                                                                         | 8月下旬～<br>毎週2回<br>全10回                           | 30人                 | 高校生以上                                      | 中池<br>テニスコート                          |                                 |



| イベント名                  | 内容 | 期日・回数                           | 定員           | 対象                        | 会場             | 問合せ先                            |
|------------------------|----|---------------------------------|--------------|---------------------------|----------------|---------------------------------|
| ソフトテニス教室               |    | 1月～3月<br>毎週1回<br>全9回            | 未定           | 小学生の<br>初心者<br>および<br>経験者 | アテナ工業<br>アリーナ  | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8525 |
| その他各スポーツ教室             |    | 各教室に<br>よる                      | 20～35人<br>程度 | 各教室に<br>よる                | 各教室による         |                                 |
| 市民スキー教室(バスツアー)         |    | 1月～2月                           | 40人          | 市内在住・<br>在勤・在学<br>6歳以上    | ひるがの高原<br>スキー場 | (一財)関市スポーツ協会<br>電話 0575-23-8525 |
| スキー教室                  |    | 1月～2月                           | 40人          | 6歳以上                      | ひるがの高原<br>スキー場 |                                 |
| 関市健康ボウリング教室<br>(初心者向け) |    | 6月・10月・<br>2月                   | 20人          | 20歳以上                     | 関ボウリング<br>センター |                                 |
| ジュニアボウリング教室            |    | 春休み、<br>夏休み、<br>冬休み             | 30人          | 小学生                       | 関ボウリング<br>センター |                                 |
| 初級太極拳講座                |    | 秋頃                              | —            | 市内在住者                     | アピセ・関          |                                 |
| 弓道教室                   |    | 5月～6月<br>水・土曜日<br>全10回<br>昼・夜の部 | 各30人         | 市内在住・<br>在勤・在学<br>中学生以上   | 関市弓道場          |                                 |
|                        |    |                                 |              |                           |                |                                 |

※受講料・参加料がかかる場合があります

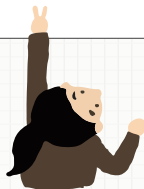


主なイベント



| イベント名                 | 内容                                                          | 期日・回数                                         | 定員 | 対象 | 会場                       | 問合せ先                       |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----|----|--------------------------|----------------------------|
| アテナ工業アリーナ<br>一般開放     |                                                             | 第1・3<br>木曜日<br>夜間<br>(月により<br>異なること<br>があります) | —  | 一般 | アテナ工業<br>アリーナ<br>メインアリーナ | スポーツ推進課<br>電話 0575-23-7766 |
| チャレンジ!!<br>ザ・スポーツ・ゲーム | 軽スポーツで遊ぼう!                                                  | 主に毎月<br>第2土曜日                                 | —  | 一般 | アテナ工業<br>アリーナ<br>サブアリーナ  |                            |
| スポーツの日<br>スペシャルイベント   | スポーツ教室や<br>軽スポーツ体験を<br>実施<br>温水プールや<br>トレーニングジムを<br>無料開放します | スポーツ<br>の日                                    | —  | 一般 | アテナ工業<br>アリーナ            |                            |
| はもみん・<br>はつらつウォーキング   |                                                             | 春夏秋冬<br>年4回                                   | —  | 一般 | 市内                       |                            |

※受講料・参加料がかかる場合があります



利用案内



皆さんの生涯学習の機会になるよう、  
多岐にわたる出前講座メニューを用意しています。  
ぜひご利用ください。



|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 使用できる方 | 原則として関市に在住、在勤または在学している10人以上で構成された団体・グループ<br>(市外の方が含まれているならば市内在住・在勤・在学の方が10人以上いること)<br><b>個人での利用はできません。</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 会場     | 受講者が関市内で会場を用意してください。<br>ただし、体験や実習をする講座など、特別な設備を必要とする場合がありますので<br>事前に講師とご相談ください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 受講時間   | 受講時間は、原則午前10時から午後9時までの間で、1講座2時間以内です。<br>講師により開催できる曜日・時間帯が異なりますので、事前に講師とご相談ください。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 受講料    | 受講料は無料です。<br>ただし、市民講師は交通費が必要な場合がありますので、事前にご相談ください。<br>体験や実習で使う材料費・教材費などは実費負担です。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 申込方法   | <p>■市民講師の場合</p> <p>受講したい講座を選択して、生涯学習課へお電話いただくか直接お越しください。<br/>講師の連絡先情報を提供しますので、直接講座の打ち合わせをしてください。<br/>開催希望日の2週間前までに「まちづくり出前講座講師派遣申請書」を<br/>生涯学習課に提出(郵送・ファックス可)してください。講師派遣許可書を送付します。<br/>受講後、1週間以内に感想(派遣許可書に同封)を生涯学習課に提出してください。</p> <p>【利用までの流れ】</p> <div><div>① 講座メニューを<br/>選択</div><div>➡</div><div>② 事前相談</div><div>➡</div><div>③ 情報提供</div><div>➡</div><div>④ 登録者と交渉</div><div>➡</div><div>⑤ 成立</div><div>➡</div><div>⑥ 申請書提出</div><div>➡</div><div>⑦ 派遣決定</div><div>➡</div><div>⑧ 講座開催</div><div>➡</div><div>⑨ 感想用紙提出</div></div> <p>生涯学習課</p> <p>■市職員講師の場合</p> <p>受講したい講座を選択して、市担当課と打ち合わせをしてください。<br/>開催希望日の2週間前までに「まちづくり出前講座講師派遣申請書」を<br/>生涯学習課に提出(郵送・ファックス可)してください。講師派遣許可書を送付します。<br/>受講後、1週間以内に感想(派遣許可書に同封)を生涯学習課に提出してください。</p> <p>【利用までの流れ】</p> <div><div>① 講座メニューを<br/>選択</div><div>➡</div><div>② 担当課と交渉</div><div>➡</div><div>③ 成立</div><div>➡</div><div>④ 申請書提出</div><div>➡</div><div>⑤ 派遣決定</div><div>➡</div><div>⑥ 講座開催</div><div>➡</div><div>⑦ 感想用紙提出</div></div> <p>生涯学習課</p> <p>※生涯学習課では講師との調整は行いませんのでご了承ください</p> |
| 注意事項   | 次に該当する場合は、講師の派遣を許可しません<br>●公共の秩序を乱し、または善良な風俗を阻害するおそれのあるとき。<br>●政治、宗教または営利を目的とした催しなどを行うおそれのあるとき。<br>●出前講座の目的に反しているとき職員による講座は、担当課の職員が行います。<br><b>説明に関する質疑や意見交換は行いますが、苦情や要望を伝える場ではないことを<br/>ご承知ください。</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |





市民講師一覧



| 詳細分類     | 講座メニュー                                 | 講話 | 体験<br>創作 | 実技<br>運動 | 氏名・団体名                | No. |
|----------|----------------------------------------|----|----------|----------|-----------------------|-----|
| 生涯学習     | 生涯学習全般について                             | ●  |          |          | 山田 富子                 | 188 |
| 郷土の文化    | 関市の神社仏閣、遺跡、石仏のルーツを探る                   | 現地 | 講話       |          | 瀬戸 充                  | 10  |
|          | 関の刃物・日本刀(伝統工芸)と円空について                  |    |          |          |                       | 11  |
|          | 岐阜の民俗について                              |    |          |          |                       | 12  |
|          | 岐阜の民俗と東西文化について                         |    |          |          |                       | 13  |
|          | 関の名所のガイドボランティアをやってみませんか?               | ●  | ●        |          | 長谷部 和子                | 193 |
| 絵画       | はがき絵で楽しむ                               |    | ●        |          | 彩日本画会                 | 73  |
|          | 絵手紙、似顔絵、水彩画                            |    | ●        |          | 森 義兼                  | 118 |
|          | 焼き絵の魅力を知りオリジナリティあふれる作品を作る              |    | ●        |          | 原 康博                  | 121 |
|          | 楽しい絵を描きしおりにする                          |    | ●        |          |                       | 128 |
|          | 点描まんだら画体験                              |    | ●        |          | 長 芳子                  | 184 |
|          |                                        |    |          |          |                       |     |
|          | アートフラワー、布花アート                          |    | ●        |          | 平野 師子                 | 8   |
|          | 木目込人形                                  |    | ●        |          | 足立 幸枝                 | 20  |
|          | 和布でつくるつるし飾り                            |    | ●        |          |                       | 21  |
|          | つまみ細工                                  |    | ●        |          |                       | 22  |
|          | 和裁                                     | ●  | ●        |          | 平林 絹子                 | 25  |
|          | パッチワークキルト講座                            |    | ●        |          | 大谷 容子                 | 32  |
|          | ペーパーマッシュの人形                            |    | ●        |          |                       | 201 |
|          | 石粉粘土を使った創作人形                           |    | ●        |          |                       | 202 |
|          | ラッピング                                  | ●  | ●        |          | 塚原 栄里子                | 65  |
|          | 消しゴムを彫って楽しくスタンプ作りをしましょう                |    | ●        |          | 河村 つぐみ                | 150 |
|          | パッチワーク                                 |    | ●        |          | 宇津 久子                 | 151 |
|          | ラメルヘンテープやヤーンを使ったバッグや小物づくり              |    | ●        |          | Venusta(ヴェヌスタ)        | 185 |
|          | フルーツ・ベジタブル・ソーブカービング                    |    | ●        |          | 流石 実佳                 | 192 |
|          | 花と香りと灯りをテーマにしたモノ作りのワークショップ             |    | ●        |          | 松川 祐夏                 | 194 |
|          | マクラメ編みブラントハンガー                         |    | ●        |          | 山口 さつき                | 198 |
| 茶道・華道・園芸 | フラワーデザイン                               |    | ●        |          | 平野 陽子                 | 56  |
|          | 子供のためのフラワーデザイン                         |    | ●        |          |                       | 101 |
|          | くらしの中のいけ花(いけばな嵯峨御流)                    | ●  | ●        |          | 塚原 栄里子                | 94  |
|          | 寄せ植えアラカルト                              | ●  | ●        |          |                       | 93  |
|          | 初めての茶道 初めての華道                          |    | ●        |          | 洗心会 藤吉 千雲             | 158 |
|          | 山野草の造形的栽培                              | ●  | ●        |          | 関山草会                  | 48  |
|          | 鉢花、山野草、花苗を寄せ植えしましょう                    |    | ●        |          | 関寄せ植えサークル             | 129 |
|          | お花の魅力を楽しむ講座                            |    | ●        |          | 西部 美香里                | 189 |
|          | ぶっくりかわいい多肉植物                           |    | ●        |          | 山口 さつき                | 197 |
|          |                                        |    |          |          |                       |     |
| 家庭・子育て   | マイナス5才顔になれるメイクレッスン                     | ●  | ●        |          | 鈴木 麻衣子                | 145 |
|          | 子どもたちのおきてるデートDV<br>～被害者にも加害者にもさせないために～ | ●  |          |          | NPO法人 手をつなぐ女たちの会      | 161 |
|          | 介護が必要になる前に、知っておきたい介護施設の選び方             | ●  |          |          | 岐阜県・愛知高齢者住まいのサポートセンター | 168 |
|          | 防災・減災講座                                | ●  |          |          | せき防災の会                | 173 |
|          | お金の不安を安心に変える♪教育費の備え方                   | ●  | ●        |          | ただくま みほ               | 174 |
|          | お金の不安を安心に変える♪家計簿不要かんたん家計管理             | ●  | ●        |          |                       | 175 |
|          |                                        |    |          |          |                       |     |
|          |                                        |    |          |          |                       |     |

| 詳細分類        | 講座メニュー                      | 講話 | 体験<br>創作 | 実技<br>運動 | 氏名・団体名                    | No. |
|-------------|-----------------------------|----|----------|----------|---------------------------|-----|
| 家庭・子育て      | お片づけ名人になろう!!                | ●  | ●        |          | 伊藤 恭子                     | 179 |
|             | 整理収納でお家と心を軽くしましょう           | ●  |          |          | 白石 知美                     | 190 |
|             | パソコン・スマホの初心者様向け講座・サポート      | ●  |          |          | 田中 祐輔                     | 195 |
|             | 広げよう里親の輪                    | ●  |          |          | 子ども家庭支援センターとも             | 196 |
|             | SDGsってなに?                   | ●  |          |          | 岩田 邦夫                     | 199 |
|             | オレオレ詐欺被害防止講演                | ●  |          |          |                           | 200 |
|             | ベビーマッサージで楽しく子育て             |    |          | ●        | Snow Drop                 | 139 |
|             | 離乳食交流会                      | ●  | ●        |          | 生活協同組合 コープ岐阜              | 181 |
| 料理          | そば・うどん「手打ち道場」               |    | ●        |          | 福田 義男                     | 41  |
|             | パン、お菓子作り教室                  |    | ●        |          | 松本 幸子                     | 47  |
|             | 手作りパンとお菓子                   |    | ●        |          | 武内 孝子                     | 74  |
|             | おいしい家庭料理を作ろう(料理の基本からプロの技まで) |    | ●        |          | 山藤 裕行                     | 177 |
|             | ガス代・電気代節約 魔法の鍋帽子            | ●  | ●        |          | 岐阜友の会                     | 96  |
|             | はやね はやおき 朝ごはん               | ●  | ●        |          |                           | 97  |
|             |                             |    |          |          |                           |     |
| 子ども向け       | 絵本の読み聞かせ、出前公演ほか             |    | ●        |          | おはなし広場『どんぐり』              | 9   |
|             | 紙芝居の上演                      |    |          | 紙芝居上演    | 孫六座                       | 143 |
|             | サイエンスショー & 科学工作を楽しもう!       |    | ●        |          | 今井 健治 サイエンスワールド・サポートQQ講師  | 142 |
|             | 1200年前にタイムスリップ 火打石で火を起こそう!  | ●  |          | ●        | 岩田 邦夫                     | 148 |
|             | アンガーマネジメントキッズ講座             | ●  |          |          | 橋本 祐理子                    | 191 |
|             |                             |    |          |          |                           |     |
| 音楽・踊り       | 男声コーラス                      |    |          | ●        | 関男声合唱団                    | 30  |
|             | かんたん箏(琴)教室                  |    | ●        |          | 長沼 喜代子                    | 17  |
|             | 楽しい箏の音楽会                    |    | ●        |          | 関戸 鈴子                     | 52  |
|             | 大正琴入門講座                     |    | ●        |          | 平野 芳男                     | 131 |
|             | 民謡                          |    |          | ●        | 関民謡研究会                    | 5   |
|             | 盆踊り、おはやしと一緒に楽しもう            |    |          | ●        | 関おはやし会                    | 123 |
|             |                             |    |          |          |                           |     |
| スポーツ・エクササイズ | 初めてのダンスエクササイズ               |    |          | ●        | 日比野 由起                    | 43  |
|             | 初めてのキッズダンス                  |    |          | ●        |                           | 44  |
|             | デトックス エクササイズ(ストレッチング)       |    |          | ●        |                           | 45  |
|             | フォークダンス                     |    |          | ●        | 川村 むつみ                    | 83  |
|             | 元気になる気孔教室、スリムになる骨盤体操        | ●  |          | ●        | 吉野 克弘                     | 127 |
|             | 日舞エクササイズ&筋トレ・ストレッチ          |    |          | ●        | 篠田 雅子                     | 135 |
|             | ヨーガ、骨盤体操、健康講座               | ●  |          | ●        | 山田 富子                     | 140 |
|             | ケガをしないための身体の使い方やストレッチを学ぼう   |    |          | ●        | TRAINING ATUDIO ウゴクー 高藤 潤 | 178 |
| 身体と心の健康     | 音読で脳を活性化                    | ●  | ●        |          | 関音読の会 しおん                 | 19  |
|             | 女性や子供の人権とドメスティックバイオレンス      | ●  |          |          | NPO法人 手をつなぐ女たちの会          | 49  |
|             | 心がらくになる 元気が出る、女性の心理学講座      | ●  |          |          |                           | 50  |
|             | 健康医学講話                      | ●  |          | ●        | 関中央病院                     | 67  |
|             | 理学療法士が、あなたに伝えたいこと           | ●  |          | ●        | 宇佐見 将太                    | 141 |
|             | かんたん足もみセルフケア                |    |          | ●        | 若石リフレクソロジスト 清水 美里         | 165 |
|             | 脳を活性化!イキイキ元気になるシナプソロジー      |    |          | ●        | (株)カノン 太田 明美              | 166 |
|             | お薬まるわかり講座+α                 | ●  |          |          | (株)カノン ふうせん薬局関店(太田 敏晴)    | 167 |
|             | 睡眠・運動・食事など心や身体の健康につながる話     | ●  |          |          | 山田 富子                     | 187 |
|             | 身につけよう「応急手当」                | ●  |          |          | 中農消防組合                    | 203 |
| 防災          | 火災を防ぐために「火災予防と初期消火」         | ●  |          |          |                           | 204 |

■問合せ先／生涯学習課 関市若草通2丁目1番地 わかくさ・プラザ学習情報館1階 ☎(0575) 23-7777

市職員講師一覧



| 市担当課           | 講座メニュー                       | 講話 | 体験<br>創作 | その他                                                  | 申込先電話番号                                     | No. |
|----------------|------------------------------|----|----------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-----|
| 企画広報課          | 関市第5次総合計画「# Smart SEKlism」   | ●  |          |                                                      | 0575-23-7014                                | 50  |
| 危機管理課          | 考えていますか?防災対策                 | ●  |          |                                                      | 0575-23-7048<br>※時間は月・火・水・木・金<br>の午前9時～午後4時 | 7   |
|                | 高齢者交通安全教室                    | ●  |          |                                                      |                                             | 8   |
|                | 児童交通安全教室                     | ●  |          |                                                      |                                             | 9   |
|                | 幼児交通安全教室                     | ●  |          | パネルシアター                                              |                                             | 10  |
| 財政課            | 関市の財政状況                      | ●  |          |                                                      | 0575-23-7709                                | 14  |
| 管財課            | 公共施設再配置計画                    | ●  |          |                                                      | 0575-23-7716                                | 73  |
| 税務課            | 市税の概要 聞いてみませんか?市税の内容         | ●  |          |                                                      | 0575-23-8893                                | 4   |
| 選挙管理<br>委員会事務局 | 選挙制度の話                       | ●  |          |                                                      | 0575-23-6803<br>(行政情報課内)                    | 16  |
| 市民協働課          | LGBT(多様な個性を認め合えるまちを)         | ●  |          |                                                      | 0575-23-7711                                | 12  |
|                | 地域委員会とは何か ～「地域のことは地域で解決しよう」～ | ●  |          |                                                      |                                             | 67  |
| 生涯学習課          | 地域ぐるみで取り組もう! 青少年健全育成         | ●  |          |                                                      | 0575-23-7777                                | 39  |
| スポーツ<br>推進課    | 体力テスト                        |    | ●        | 運動                                                   | 0575-23-7766                                | 42  |
|                | 軽スポーツ                        |    | ●        | 運動                                                   |                                             | 43  |
| 文化財<br>保護センター  | 古代遺跡探訪(弥勒寺遺跡群)               | ●  |          | 現地案内可                                                | 0575-45-0500                                | 46  |
|                | 縄文土器をつくろう!                   |    | ●        | 縄文土器創作                                               |                                             | 47  |
|                | 小瀬鵜飼の魅力と景観                   | ●  |          | 現地案内可                                                |                                             | 68  |
|                | 勾玉(まがたま)をつくろう!               | ●  | ●        | 勾玉創作                                                 |                                             | 70  |
|                | 関鍛冶の遺跡とまちの歴史                 | ●  |          | 現地案内可                                                |                                             | 80  |
| 福祉政策課          | 手話講座「手話であいさつ」                | ●  | ●        |                                                      | 0575-23-9032                                | 71  |
| 高齢福祉課          | 介護保険                         | ●  |          |                                                      | 0575-23-7730                                | 20  |
|                | 高齢者福祉サービス                    | ●  |          |                                                      | 0575-23-8127                                | 21  |
|                | はじめていますか?「介護予防」              | ●  |          | ・安桜・倉知地域の方<br>中央第1地域包括支援センター 0575-23-0660            | 56                                          |     |
|                |                              |    |          | ・旭ヶ丘・下有知地域の方<br>中央第2地域包括支援センター 0575-23-5320          |                                             |     |
|                | 身近な相談窓口「地域包括支援センター」紹介        | ●  |          | ・瀬尻・広見・千疋・小金田・保戸島地域の方<br>中央第3地域包括支援センター 0575-28-2208 | 57                                          |     |
|                |                              |    |          | ・富岡・田原・桜ヶ丘地域の方<br>中央第4地域包括支援センター 0575-24-8580        |                                             |     |
|                | 認知症サポーター養成講座                 | ●  |          | ・洞戸・板取・武芸川地域の方<br>西地域包括支援センター 0575-45-2002           | 66                                          |     |
|                |                              |    |          | ・富野・武儀・上之保地域の方<br>東地域包括支援センター 0575-40-1001           |                                             |     |
|                | 認知症講座                        | ●  |          |                                                      | 0575-23-9007                                | 76  |

| 市担当課   | 講座メニュー                           | 講話 | 体験<br>創作 | その他    | 申込先電話番号                                                     | No. |
|--------|----------------------------------|----|----------|--------|-------------------------------------------------------------|-----|
| 子ども家庭課 | 子育てサービス                          | ●  |          |        | 0575-23-7738                                                | 19  |
| 市民健康課  | 歯の健康                             | ●  | ●        | 講話のみも可 | 0575-24-0111<br>※1か月前まで<br>(実習希望の場合<br>2か月前まで)に<br>お申込みください | 22  |
|        | いきいき健康づくり                        | ●  |          |        |                                                             | 23  |
|        | 高齢者のための食生活                       | ●  | ●        | 講話のみも可 |                                                             | 24  |
|        | 食と健康                             | ●  | ●        | 講話のみも可 |                                                             | 25  |
|        | 親子で学ぶ食育                          | ●  | ●        | 講話のみも可 |                                                             | 69  |
| 保険年金課  | 知っておきたい・国民年金の話                   | ●  |          |        | 0575-23-6719                                                | 26  |
|        | 国民健康保険制度のあらまし                    | ●  |          |        | 0575-23-6729                                                | 27  |
|        | 後期高齢者医療のしくみ                      | ●  |          |        | 0575-23-6716                                                | 51  |
| 環境課    | みんなで考えよう「ゴミの減量とリサイクル」            | ●  |          |        | 0575-23-6733                                                | 31  |
|        | 環境基本計画                           | ●  |          |        |                                                             | 32  |
| 商工課    | 関市の刃物産業                          | ●  |          |        | 0575-23-6752                                                | 30  |
|        | 消費生活講座(悪徳商法の現状と防止方法について)         | ●  |          |        |                                                             | 72  |
| 観光課    | 関市の観光                            | ●  |          |        | 0575-23-7704                                                | 65  |
| 農林課    | 関市の農畜産業                          | ●  |          |        | 0575-23-7705                                                | 28  |
|        | 森林講話                             | ●  |          |        | 0575-23-9251                                                | 29  |
| 都市計画課  | 開発事業(関市開発指導要綱に基づく土地利用)           | ●  |          |        | 0575-23-7981                                                | 33  |
|        | 土地区画整理事業                         | ●  |          |        | 0575-23-7819                                                | 35  |
|        | 都市公園                             | ●  |          |        | 0575-23-7842                                                | 36  |
|        | みなさんの住宅は大丈夫ですか?<br>建築物耐震診断補強助成事業 | ●  | ●        | 診断     | 0575-23-7804                                                | 54  |
|        | 関市の公共交通                          | ●  |          |        | 0575-23-7957                                                | 63  |
|        | 関市立地適正化計画                        | ●  |          |        | 0575-23-7804                                                | 74  |
| 水道課    | 関市の水道                            | ●  |          |        | 0575-22-2043                                                | 37  |
| 下水道課   | 下水道のしくみ                          | ●  |          | 施設見学   | 0575-23-7708                                                | 78  |
|        | 関市の下水道                           | ●  |          | 施設見学   |                                                             | 79  |
| 議会事務局  | 市議会のしくみと役割                       | ●  |          |        | 0575-23-9068                                                | 49  |
|        | 市議会のしくみと役割(小中学生対象)               | ●  |          | 施設見学   |                                                             | 61  |

