

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お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 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 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

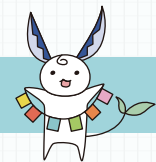
関ホタルの会 対象者/どなたでも

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 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 いずれも午前9時～11時		
連絡先	額額 明	電話	090-7605-2794

NPO法人 キウイススポーツクラブ 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』キウイススポーツクラブは、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 FAX:0575-24-9432 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 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 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 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

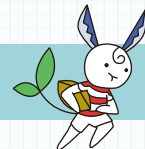
山の仲間とともに県内を主とした山域で、楽しい山行を行っています。安全登山をめざして、登山技術の習得や理論などを例会や山行の際に学んでいます。自然に触れて心身のリフレッシュをしてみませんか。



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)、 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 (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 女子/山田耕太郎	電話	男子/090-4851-8880 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 (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) 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 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 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、 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、 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 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 (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 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 (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 (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 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 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、 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 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、 午後7時30分～9時 第1・3金曜日 午後7時30分～9時 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 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 ②毎週水曜日午後2時～4時
連絡先	月曜:土屋 恵美子 水曜:兼松 滋 電話 土屋:090-2578-8479 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・プラザ
日時	毎週土、日曜日 午後6時～7時(年長～小3) 午後7時～8時(小4～シニア) 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 090-1338-0077 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。 https://www.studio-square.net
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・プ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 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、 (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、 (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!



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。 https://www.studio-square.net
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) 午後7時30分～8時30分(経験者) 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)、 午後4時30分～5時30分(幼児)、午後6時～7時(児童) 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 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

若返り体操

対象者/高齢者

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。
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 笠仙房公民センター ② 安桜ふれあいセンター ③ 田原ふれあいセンター ④ 桜ヶ丘ふれあいセンター ⑤ 倉知ふれあいセンター ⑥ 旭ヶ丘ふれあいセンター 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 ④水 午後2時～3時 ⑤木 午前10時～11時 ⑥木 午後2時～3時 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

(公社)日本 3B 体操協会 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。
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。

活動内容	健康体操の指導		
場所	① 旭ヶ丘ふれあいセンター ② 武芸川福祉センター		
日時	① 毎週水曜日 午後6時～7時30分 ② 第2・4火曜日 午後1時30分～3時		
連絡先	伊藤 典子	電話	0575-23-9456

すこやか チェア・ピクス

対象者/成人、高齢者
(足腰に自信がない方、運動経験がない方も可)

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

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。
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)、 第1・3金曜日(星) 月2回		
連絡先	村山 千秋	電話	090-7619-8202

ヨーガさつき会

対象者/成人、高齢者

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

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 午前9時30分～10時30分 男性クラス 午前11時～12時		
連絡先	鈴木 明美	電話	090-6806-2810

サロン トム・ジェリ

対象者/高齢者

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

対象者/高齢者

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

対象者/どなたでも

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。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

対象者/どなたでも

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。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
 軟式野球	安桜野球	関市内小学校全学年 ただし、 1年生は保護者が帯同	土・日、祝日	午前8時30分～12時 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・ 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 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 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 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・ 富野中学校グラウンド
	下有知野球	入団希望の すべての小学生	土・日・祝	午前8時～12時 午後1時～5時	下有知小グラウンド・体育館・ 下有知グラウンド
バレーボール	武芸川クラブ 少年野球	小学校全学年	土・日・祝	土：午前8時30分～午後3時 日・祝：午前8時30分～12時	南ふれあいの広場
	ソフトボール	関ソフトボールクラブ 関市・美濃市 小学生	土・日・水 (夜間)	土・日：午前8時30分～12時 水：午後6時30分～7時30分	安桜小運動場・本郷グラウンド
	関富岡ヴィクトリーズ	関市・近隣市在住 小学生	土・日	土：午前8時30分～12時 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 小中学生	木・日	木：午後7時～9時 日：午前9時～午後3時	木：小金田中体育館 日：金竜小体育館
	関旭ヶ丘ジュニア 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 (夏季は変更) 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 小学生	水・日	水：午後7時～8時30分 日：午前9時～12時	田原小体育館
	洞戸ジュニア バレーボール	小学校全学年	木・土	木：午後7時～9時 土：午後2時～5時	洞戸小体育館
	武芸ジュニア 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・ 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 2年生以上	日	午前8時～12時(夏季) 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 小中学生	月2回 土 アテナ工業 プール月3回	4～6月、10～3月 ・土：午前8時～9時30分 (月2回) コパン関 ・土・日：午前12時50分～ (月1回) アテナ工業アリーナ 温水プール 7～9月 ・毎週土 中池市民プール	中池市民プール(夏季) コパン関・ 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 全学年	火・水(夜間) 土・日(昼間)	火：午後6時～8時 水：午後7時～9時 土・日：午前9時～12時 午後1時～4時	旭ヶ丘小・富岡小・ 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 4～6年：第2・4土午前 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 全学年	土・日・水 (夜間)	低学年 土：午後1時～4時 日：午前9時～12時 高学年 土：午後1時～4時 日：午後1時～4時 毎週水：午後7時～9時	片倉グラウンド・瀬尻小グラウンド・ 瀬尻小体育館
	関さくらサッカー	桜ヶ丘・田原・ 南ヶ丘小校区 年長と小学生	土・日・火 (夜間)	土・日：午前9時～12時(3時間) 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 年長と小学生	土・日 (第1土は 休み)	毎週土・日：午後1時～4時 フットサル練習 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 (園児年長以上も可)	土・日	土：午前8時30分～11時30分 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 土：午後1時30分～4時 (夏季：午後4時～6時)	水：武儀生涯学習センターアリーナ 土：旧関有知高校中濃校舎グラウンド・ 体育館
ラグビー	関ラグビースクール	幼児(年中～)・ 小・中学生	4～9月：日 10～3月： 土・日	午前9時～12時(3時間)	ふる里農園(小学部)・ 稲口ランド(中学部)
バドミントン	武儀ジュニア バドミントン	関市内在住 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 (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～)、 小中学校全学年	月・木・土	月・木:午後7時～9時 土:午後6時30分～9時	月、土:桜ヶ丘中 木:桜ヶ丘小
	上之保剣道	関市内在住 幼保小中学生	水・土	水:19時30分～21時 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・ 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 問わず	月・火・水・ 木・土	月・火:午後7時30分～9時 小金田中 水:午後7時30分～9時 西部ふれあいセンター 木:午後7時30分～9時 金竜小 土:午前9時30分～12時 千疋体育館	金竜小体育館・小金田中体育館・ 西部ふれあいセンター・千疋体育館
	武芸川空手	園児以上 年齢問わず	月・金	午後7時30分～9時	月:博愛小体育館 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～ 3ゲーム自主練習 月1回土:午後4時30分～6時 木:午後4時30分～6時・ 6時30分～ 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 各種スポーツ少年団研修会・ 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 ・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) ・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