

市民文化センター、各公民館の サークル・講座をお知らせします

※詳しい内容は、問い合わせ先に確認してください。また、活動日の時間は開始時間です。

■市民文化センター ☎25200 西三番町2番1号

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
編み物	つむぎの会	第1・3(木)13:00	伊沢キイ☎1020
生け花	青山御流いけはな愛好会	第2・4(木)10:00	藤原寿子☎2285
	青山御流いけはな教室	第1・3(木)10:00	清川絵眉☎2828
	青山御流いけはな教室	第2(木)10:00	高木淑子☎2885
	青山御流いけはな教室	第2・4(木)19:00	
青山御流子どもいけはな教室	第2・4(木)10:00・18:30	米田敏子☎3129	
小原流お花に親しむ会	第2・4(木)9:00		
英会話	スマイル英会話クラブ	毎週(金)10:00	大久保礼子☎20998
演劇	十和田市子ども劇団育成会	毎週(金)19:00	大久保すえ☎080-1834-5134
小倉百人一首	十和田百人一首愛好会	第1(月)10:00	久保智子☎2496
オーケストラ	十和田フィルハーモニー管弦楽団	不定期(土)8:00(日)13:00	宮内尚☎26470
	ジュニアオーケストラ十和田	毎週(土)13:30	豊川光子☎090-4042-9920
絵画	十和田チャールズ会	毎週(土)13:00	石田博☎1971
カントリーダンス	カントリーラインダンス愛好会	毎週(木)18:00	上村鮎子☎2945
健康体操	健康体操ダンスクラブ	第1・3(土)10:00	井端セツ☎5851
コーラス	コーラス四季	毎週(水)10:00	日時明子☎5629
	コールアゼリア	毎週(金)9:30	浜田登美子☎0137
	ポピュラーコーラス十和田	第1・3(火)19:00	杉本修蔵☎6138
茶道	表千家子ども茶道教室	毎週(土)13:00	玉掛靖☎6026
詩吟	岳風流みちのく吟詠会十和田第一教場	毎週(火)13:00	成田孝吉☎8839
	日本国風流十和田吟詠会	毎週(水)18:00 12月以降は13:30	小山田京子☎3580
社交ダンス	寿大学社交ダンス愛好会	毎週(月)13:00	姥名道子☎0314
	ダンスクラブスマイル	毎週(火)19:00	佐々木勇☎090-7328-2057
書道	乙女クラブ	第1(金)9:30	西村美恵子☎2551
自主学习	十和田あすなろ会	第3(木)13:30	阿部憲悦☎6330
	とわだ古文書の会	第1・3(金)13:30	樋川裕子☎1607
	歴史ドラマを楽しむ会	第3(日)13:00	大沼智☎5274

■十和田湖公民館 ☎2102 大字奥瀬字下川目126番地

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
生け花	生け花愛好会	月3回(木)17:30	福井元子☎3010
楽器演奏	とわだ音楽愛好会	不定期	小笠原城司☎2160
コーラス	十和田湖コーラス愛好会	毎週(月)19:00	菩提寺正巳☎2036
自主研修	大町桂月を語る会	不定期	谷川妙子☎5260
珠算	とわだ珠算研究学会	毎週(月)・(金)13:00	太田和彦☎4287
珠算・学習	川上総合学習スクール	毎週(木)・(木)13:00	川上あき子☎0727
手話	手話おさらい会	月2回(火)18:00	柳沢博子☎2512

■沢田悠学館 ☎2012 大字沢田字下洗21番地1

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
アジア結び	アジア結びと手縫い愛好会	毎週(木)10:00	黄慧英☎3008
書道	沢田書道愛好会	毎週(月)18:30	高橋清治☎2421
新舞踊	舞悠会	毎週(木)18:30	新屋敷京子☎2701
よさこい	FOR ALL	毎週(土)19:00	太田修身☎090-1936-7101

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
吹奏楽	クレール ウインド オーケストラ	不定期18:00	山下一成☎090-7329-4964
水墨画	十和田水墨画同好会	月3回(木)13:00	太田諭☎3674
スポーツ吹矢	スポーツ吹矢駒ことわだ支部	月2回不定期	寺下良次☎6169
太極拳	中央太極拳愛好会	毎週(月)・(土)10:00	武井さつ子☎6095
大正琴	大正琴みちのく同好会	第1・3(火)10:00	中村縫子☎8302
チェロ	チェロサークル十和田	第3(木)19:00	中野渡明美☎8037
俳句	すばる俳句会	第1・3(火)9:30	中村しおん☎0536
ピアノ	ピアノサークルドルチェ	毎週(火)9:30	岩城聖子☎9594
フラダンス	ビリアロハ オ フラ	第1・3(火)4:00・19:15	立崎敬子☎6404
	オハイ アリイ フラ スタジオ	第2・4(木)10:00	姥名満喜子☎090-5832-8048
	ボラリス フラ	毎週(水)13:00	下山恭美子☎1715
	カトレア会愛好会	毎週(水)9:00	姥名道子☎0314
7777アレンジメント	フラワーアレンジメント	毎週(水)13:30	土橋和子☎090-8355-3340
舞踊	せせらぎ会	毎週(金)13:00 第3(金)10:00	平館和子☎2335
	花柳流花すず会日舞教室	第1・3(土)13:00	花柳寿々美☎090-5394-0502
	舞踊華の会第一	第1・2・3(月)19:00	杉沢あさ☎5846
ボランティア活動	精神保健福祉ボランティア「駒の会」	第1(土)10:00	佐藤鈴子☎2140
盆栽	十和田盆栽会	第2(土)13:30	藤原寿子☎2285
マンドリン	十和田マンドリンクラブ	毎週(木)18:30	藤原寿子☎2285
モダンバレエ	終ダンス&バレエ	不定期	上野智子☎090-4888-8835
謡曲・仕舞	十和田宝生会	不定期(月3回)	盛田駿造☎2903
洋裁	ドレスメイトの会	毎週(水)9:00	小川瑞喜子☎1468
ヨガ	アロマヨガ	毎週(火)・(土)10:30	斎藤香☎090-7192-4550
	ヨガ愛好会	毎週(水)・(木)9:30	吉田正子☎49278
レクリエーションダンス	レクリエーションダンスサークル虹	毎週(金)10:00	工藤きよ☎090-7069-9022
和太鼓	十和田水神雷太鼓	毎週(火)・(木)19:00	古谷浩明☎090-1497-2325

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
短歌	十和田湖ろまん短歌会	月1回(金)18:30	外山國雄☎2511
ダンス	レクリエーションダンス観覧「ビギナーズ」	毎週(水)19:00	工藤きよ☎2776
地域活動団体	十和田湖まちづくり協議会	不定期	小笠原今朝雄☎2847
陶芸	釉の会	毎週(水)18:30	上坂光也☎090-5230-4609
フラダンス	ボラリス フラ	毎週(水)13:00	下山恭美子☎1715
和太鼓	十和田水神雷太鼓	不定期	古谷浩明☎2034



■南公民館 ☎4416 西六番町5番10号

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
アロマクラフト	アロマクラフト手づくり講座	第2(木)10:00・19:00	沼内美加子☎0578
生け花	池坊いけばな木村教室	第2・4(木)19:00	木村則子☎1637
	華道サークル(小原流)	第2・4(木)18:30 第2・4(土)13:30	気田洋子☎5614
	青山御流いけばな教室	第2・4(木)10:00	佐々木イシ☎9144
囲碁	十和田市囲碁愛好会	毎週(土)・(日)13:00	佐々木主計☎2433
	十和田市シルバー囲碁クラブ	毎週(火)金13:00	山田芳勝☎2213
エアロビクス	エアロビクス愛好会	毎週(火)19:00	繫斗至子☎3228
音楽(ピアノ)	初心者のためのピアノ	毎週(木)10:00	三浦央子☎8625
カラオケ	シルバーカラオケ愛好会	毎週(土)19:00	立崎孝生☎9666
合唱	とわだ混声合唱団	毎週(水)19:00	奥山紘☎26240
	前結び着付けサークル	第2・3・4(木)10:00	熊谷信子☎1030
着付け	らくらく着方クラブ	第1・2・3(木)10:00	村岡紀代子☎0178-28-7730
切り絵	十和田切り絵愛好会	第1・3(火)10:00	中村旗子☎8516
劇団	十和田市子ども劇団	毎週(金)19:00	大久保すえ☎080-1834-5134
コーヒー	コーヒーを楽しむ	不定期	富樫孝則☎2916
国際理解	ABC英会話クラブ	毎週(月)19:00	円子正良☎080-9638-3978
	北園Cカレッジ英会話講座	第1・3(木)11:00	大平寛☎3588
呼吸法	インド呼吸法の会	月1~2回	川崎直美☎080-6021-7623
茶道	お抹茶クラブ(表千家)	毎週(金)10:00	秋田美智子☎5408
	桔梗会(裏千家)	第2・3(木)13:00	大塚勝子☎6444
	誠徳会	第1(金)13:30 第2・4(金)18:30	前田早苗 090-7329-2052
	3B体操	3B体操クラブ	毎週(水)10:00
詩吟	みちのく吟詠会十和田南教場	毎週(土)14:00	築田春子☎4073
七宝焼き	南七宝クラブ	第3(土)13:00	乙供亮子☎090-4885-7014
社交ダンス	社交ダンス愛好クラブ	毎週(月)19:00	馬場悦子☎6228
	南社交ダンス愛好会	毎週(土)18:30	竹ヶ原良栄☎9307
	リフレッシュダンス愛好会	毎週(金)19:00	畑山励司☎2456
写真	フォト五月会	第2(火)18:00	神玲子☎0158
	全日写真十和田写真「光陰」	第3(木)13:30	国分光明☎1686
将棋	十和田将棋サークル	毎週(日)13:00	日野口悦照☎5051
書道	かな書道教室	第2・4(木)14:00	山本登美子☎2323
	篆刻講座南教室	第2・4(木)14:00	山本和照☎2323
新舞踊	ひまわりの会	毎週(火)13:00	畑山テル☎3259
	楽踊会	毎週(月)19:00	竹ヶ原ひろ子☎3088
水墨画	輪踊会	毎週(月)19:00	沼宮内良子☎2611
	南公民館水墨画クラブ	第2・4(木)13:30	武内敏夫☎2497
川柳	十和田かばちえっぴ川柳吟社	毎月5日13:00	水野成弘☎8327
箏(琴)	生田流お箏教室	毎週(水)13:00	鎌田美保☎0178-45-3943
	箏愛好会	毎週(日)13:00	苔米地徳子☎8401
創作ジュエリー	彫金教室	毎週(土)10:00	三澤麻美☎090-2995-2259
染物	むらさき保存研究会	第3(日)9:00	石橋恵美子☎3528
太極拳	南太極拳クラブ	毎週(月)10:00	相馬敏光☎30872
	十和田太極拳愛好会	毎週(木)18:30	大西良雄☎28248
エアロビクス	リズムフィットネスクラブ	毎週(水)10:00	鳥山幸子☎3311
短歌	まひるの青森十和田会	隔月第2回(日)13:30	大山祐子☎38396
	十和田フォークダンスクラブ	月1~2回	工藤祐享☎5012
ダンス	レクリエーションダンス「みなみ」	月3回(火)10:00	小山田万亀子☎2321
ちぎり絵	和紙ちぎり絵の会	第2・4(金)13:00	今野千恵子☎24544
日本舞踊	旭流十和田玉光会	毎週(火)18:00	漆戸和子☎2787
パッチワーク	キルトクラブ	第2・4(木)19:00	田中まり子☎22225
パソコン講習	シニアパソコンクラブ	毎週(月)9:30	沼山隆男☎9735
パンづくり	手づくりパン教室	第3(木)13:00	富樫トメ☎090-2979-0710
フラダンス	ピリアロハ オ フラ	毎週(火)4:00・19:15	立崎敬子☎6404
	オハイ アリイ フラ スタジオ	第3(火)10:00	帷子文子☎3895
フリートーク	FT会	第2・4(火)13:30	天間喜久治☎3049
ボーイスカウト	日本ボーイスカウト十和田第1団	第2休日9:00	苔米地俊廣☎8355
マジック	十和田マジッククラブ	第2・4(火)18:30	畑山喜代人☎2531
民話	十和田・民話語り「わの会」	第2(火)10:00	一本松きよ☎20786
ヨガ	リフレッシュヨガ	毎週(木)9:10・10:40	新山奈穂☎090-3537-4602
	ママヨガアネモネ	月3回程度9:10	若木加奈子☎090-9535-4568

■東公民館 ☎9000 大字三本木字里ノ沢1番地240

分野・内容	団体名・講座名	活動日	問い合わせ先
生け花	いけばな小原流	第1・3(金)10:00	小野啓子☎080-6001-7499
	木村則華池坊いけばな教室	第1・3(木)19:00	木村則子☎090-7939-8294
	青山御流いけばな教室	第2・4(木)19:00	高木淑子☎2885
エアロビクス	健康体操	月4回(木)10:00	加藤智子☎1509
	ストレッチボール&エアロビクス	毎週(月)10:00・18:00	千葉裕香☎090-8254-2416
英会話	楽しい英会話	毎週(火)10:00	下田康子☎2266
	英会話教室	毎週(金)10:00	プロワークス十和田☎8067
	英会話愛好会	毎週(水)19:00	福沢純子☎1561
押し花	押し花(5月~11月)	第2・4(火)13:00	北上保子☎8955
ガールスカウト	ガールスカウト青森県第10団	不定期	新井田祐子☎5131(岩間方)
紙しばい	紙しばい倶楽部とわだ	第2・4(月)10:00	鳥山幸子☎3311
空手	空手道教室	月4回(金)18:00	橋嶋謙也☎090-8257-4217
	空無道空手とわだ愛好会	毎週(木)18:00	木村武士☎090-4476-9322
着付け	らくらく着方クラブ	第1・2・3(木)13:00	川村慶子☎8850
教養	身近なアロマとパーソナルカラー	第2・4(月)13:00	岡本浩子☎080-5568-2437
クラフト	ソーカービング&フルーツカービング	第2・4(火)9:00・18:00	佐伯知美☎080-1815-1867
語学	ハングルクラブ	毎週(水)19:00	佐藤友美☎2468
	韓国語教室	第2・4(火)10:00	十和田国際交流協会事務局・平野090-7663-0132
国際交流	世界の料理教室(7月~12月)	第4(月)9:00	
茶道	大日本茶道学会茶道教室	第1・2・3(金)13:00	小野寺和子☎1272
3B体操	3世代が楽しめる3B体操教室	月4回(金)10:00	佐藤佐子☎090-7668-5437
七宝焼き	七宝教室	第3・4(木)13:00	高橋靖子☎090-9034-3757
社交ダンス	楽しい社交ダンス	月4回(土)10:00	佐々木文男☎0662
写真	青森国際写真集団	第1(木)19:00	佐藤幸一☎25428
書道	瑠光書道教室	月4回(月)13:00	圓瑠光☎090-5184-4236
	くらしの書の講座	月4回(水)9:30	中村文子☎090-8782-3680
吹奏楽	クレール ウインド オーケストラ	不定期18:00	山下一成☎090-7329-4964
箏(琴)	生田流お箏教室	第2・4(日)10:00	田中裕美子☎090-3750-2245
太極拳	ゆったり太極拳教室	月4回(月)10:00	野月雅子☎090-9539-0645
大正琴	大正琴教室	第1・3(火)9:30	今泉キミエ☎3385
ダンス	十和田ダンススポーツクラブ	毎週(水)19:00	小沢秀司☎2074
	ダンスクラブ a(アルファ)	毎週(金)14:00	米内山かおる☎4069
	ダンスクラブ ベスター	毎週(火)・(木)19:00	佐々木哲☎0179
手編み	十和田ダンス・フレンド	毎週(土)18:00	向山精吉☎29349
	ニットサークル ひまわり	第1・2・3(木)13:00	浪岡紀子☎7579
陶芸	火曜陶芸教室	毎週(火)19:00	奥山紘☎26240
	十和田やきものクラブ	毎週(木)・(土)9:00	小野寺功☎8483
粘土	陶芸水曜クラブ	毎週(水)9:00	
ハーモニカ	粘土工芸(サン・クラフト・ドール)	第1・2・3(火)9:30	藤田睦子☎090-1066-5344
美術	十和田ハーモニカ	毎週(月)12:30	福沢勝義☎7722
	美術教室ふおるむ	月4回(火)13:00	日野口晃☎0646
	初心者のための日本画講座	月1回(日)13:00	松倉史子☎080-5035-9460
ピラティス	ピラティス タイム	毎週(月)10:00	
舞踊	南部大黒舞の会	月4回(金)18:00	山田すか子☎5802
	みなして踊るべしナヤドヤラ	毎週(火)13:00	
	舞踊華の会第一	第4(月)19:00	杉沢あさ☎5846
フラダンス	フラダンスで心も体も健康に	月4回(火)10:30	柳沢ちせ子☎32891
7777アレンジメント	花談の会7777アレンジメント	第2・4(月)19:00	豊川智美☎090-1374-7151
	7777アレンジメント教室Green Rose	第2(土)14:30	榎木ゆみ☎090-4883-1756
	ヨーロッパ・7777アレンジメント フェリエ	毎週(火)5:00・18:30	荒河郁子☎090-2888-7990
ペン字	ペン字なんでも講座	第2・4(月)19:00	山本登美子☎2323
ボイストレーニング	ボイストレーニング研究会	毎週(火)18:30	古賀隆也☎090-1494-6828
モダンバレエ	終ダンス&バレエ	毎週(土)13:00	上野智子☎090-4888-8835
ヨガ	簡単ソーイング&リフォーム	第2・4(月)9:30	浜田ゆり子☎017-766-8616
	ご当地ヨガ(ベビーヨガ)	第4(土)	