

新年度
スタート!

新しいこと、始めてみませんか?

コミュニティセンターなどでは、たくさんの **サークル** ・ **講座** で市民が学び合っています

☎スポーツ・生涯学習課 ☎58-0186


施設の表記

- 南▶南コミュニティセンター
- 東▶東コミュニティセンター
- 西▶西コミュニティセンター
- ト▶市民交流プラザ「タワーレ」
- 悠▶沢田悠学館
- 文▶市民文化センター
- 図▶市民図書館
- と▶地域交流センター「とわふる」
- ※▶問い合わせ先に確認してください

check!

市民の
学びのガイド

◆活動内容など、詳しくは市ホームページでも確認できます。
※掲載されていないサークル・講座もあります。



◆開始時間は、施設の予約状況によって変更する場合があります。
詳しい内容や申し込みは、問い合わせ先に確認してください。

分野・内容	団体名・講座名	施設・開始時間	問い合わせ先
スカウト	ガールスカウト青森県第10団	ト 月2回(出)か(回)9時30分	岩間祐子 23-5131
地域活動	青森県防災士会十和田支部	ト 不定期	小林閣則 090-5235-4855
	Happy Children	東 第1(火)10時	新藤幸子 090-5597-5682
	大町桂月を語る会	※ 不定期	谷川妙子 090-7327-6343
自主学習	十和田あすなる会	ト 第3(木)13時	阿部憲悦 23-6330
	とわだ古文書の会	文 第1・3(金)13時	樋川裕子 20-1607
教育	シュタイナーに学ぶAOIもり	東 不定期9時30分	川崎直美 080-5736-7538
	十和田チャールズ会	東 第2・4(土)13時	土田研二 22-6450
絵画	マルディ絵画教室	東 毎週(火)13時	大浪洋二 090-6657-4456
	青森国際写真集団	東 第1(木)18時30分	佐藤幸一 22-5428
写真	絵手紙サークル吾赤紅	ト 月3回(木)10時	大久保礼子 22-0998
書道	かな書道教室	南 第2・4(月)13時	山本登美子 24-2323
茶道	表千家茶道クラブ	東 第1・3(火)14時	杉沢好子 22-1555
	お抹茶クラブ	南 毎週(金)10時	秋田美智子 22-5408
	「茶道のファン」倶楽部	東 第1～3(金)13時	東静 22-5721
	親子茶道体験教室	文 月2回(土)13時30分 ト 月2回(土)18時	竹内宗境 28-3815
華道	青山御流いけばな教室	東 第2・4(木)19時	田中伸子 080-5566-6989
	小原流お花に親しむ会	文 第2・4(水)9時30分	米田敏子 22-3129
	木村則華池坊いけばな教室	東 第1・3(水)19時	木村則子 090-7939-8294
	池坊いけばな南教室	南 第2・4(金)19時	
	十和田・花あそび親子教室	ト 月2回(土)18時	
着付け	らくらく着方くらぶ	南 第2(水)9時30分	村岡紀代子 090-1374-8706
	前結び着付けサークル	南 毎週(火)10時	熊谷信子 22-1030
水引細工	水引研究会	ト 月4回(土)10時	村岡清子 22-0234
切り絵	十和田新切り絵クラブ	南 第1・3(水)10時	岡本保夫 23-0710
陶芸	十和田やきものクラブ	東 毎週(火)18時 毎週(木)・(土)9時	奥山紘 080-6003-1737
	陶芸水曜クラブ	東 毎週(水)9時	小野寺功 23-8483
染物	十和田むらさき保存研究会	南 第3(日)9時	高田靖子 28-3048
さき織	十和田湖さき織研究会	悠 不定期	中道福子 73-2651
洋裁	手作り愛好会	悠 月4回(木)9時30分	下川原敏子 080-1820-6017
	簡単ソーイング&リフォーム	東 第1・3(月)9時30分	浜田ゆり子 090-7063-4856
アロマクラフト	アロマとハーブのクラフト手づくり講座	南 不定期	沼内美加子 25-0578
マジック	十和田マジッククラブ	南 第2・4(火)18時30分	畑山喜代人 23-2531
アマチュア無線	アマチュア無線十和田クラブ	南 不定期	古館正樹 22-8094

分野・内容	団体名・講座名	施設・開始時間	問い合わせ先
料理	私が伝えたい料理教室	東 第2(水)・第4(土)9時30分	矢部聖子 090-4552-9451
	伝統食文化	十和田発酵食文化協会	東 月1～2回不定期
盆栽	十和田盆栽会	文 第2(土)13時30分	上川原弘三 080-6045-7722
	川柳	十和田ヒメマス川柳会	ト 偶数月の5日13時30分 ※5日が(土)・(日)・休日の場合は翌平日
短歌	十和田短歌会	ト 第3(日)13時30分	中里茉莉子 22-1467
	十和田湖ろまん短歌会	西 第3(土)13時30分	外山國雄 72-2511
俳句	新樹俳句会	ト 第3(土)13時	佃正子 25-3473
	すばる俳句会	ト 第1・3(水)9時30分	中村しおん 090-9741-1618
俳画	俳画クラブ	ト 第2・4(水)10時	
民話	十和田・民話語りべ「わの会」	南 第2(火)10時	一本松きよ 22-0786
百人一首	十和田百人一首愛好会	文 第1(月)10時	久保督子 24-2496
紙しばい	紙しばい倶楽部とわだ	東 月3回(月)10時	鳥山幸子 23-3311
	紙芝居ひろば・ひょうしぎの会	図 4～11月 第2(木)13時	野月たか子 090-7562-5708
英会話	ABC英会話クラブ	南 毎週(火)18時30分	円子正良 080-9638-3978
手話	十和田手話サークルおいらせ	ト 月4回(木)19時	齋藤裕美 090-7327-4445
読書	お話し会十和田	図 第1(土)14時30分	小野寺功 23-8483
	おはなしサークルちゅんちゅん	図 第2(日)11時	深瀬郁子 090-7331-5592
	親子読書会「わっこの会」	図 第3・5(土)10時30分	木村明美 090-7324-8742
	語りの会こま草	図 第2(土)10時30分 第4(土)①10時30分 ②14時	阿部智留恵 080-6036-6355
詩吟	八戸岳風会第五教場十和田会	悠 月4回(木)10時	太田みち子 73-2131
	日本國風流十和田吟詠会	文 毎週(水)13時30分	小山田京子 22-3580
箏(琴)	箏愛好会	南 月4回(日)13時	苔米地徳子 23-8401
ハーモニカ	十和田ハーモニーズ	東 月4回(月)13時	福沢勝義 22-7722
ピアノ	ピアノサークル・ドルチェ	南 月4回(水)9時	金沢静子 090-4633-9563
マンドリン	十和田マンドリンクラブ	文 月3回(金)13時30分	藤原寿子 22-2285
吹奏楽	クレール ウインド オーケストラ	文 月4回(水)18時	山下一成 090-7329-4964
	十和田フィルハーモニー管弦楽団	文 月2～3回(日)13時	堤優生 090-7525-6541
オーケストラ	ジュニアオーケストラ十和田	文 月4回(土)13時30分	豊川光子 22-7257
カラオケ	カラオケ愛好会	南 4～10月 毎週(木)18時30分 11～3月 毎週(木)13時	村館正美 73-2414

分野・内容	団体名・講座名	施設・開始時間	問い合わせ先
ボイストレーニング	ボイストレーニング研究会	東 不定期18時30分	古賀隆也 090-1494-6828
	とわだ混声合唱団	南 毎週(水)19時	奥山紘 080-6003-1737
合唱	十和田湖コーラス愛好会	西 毎週(月)19時	菩提寺正巳 72-2036
	コールアゼリア	文 毎週(木)10時	成田靖子 23-4958
	コーラス四季	南 第1・4(水)9時45分 東 第2・3(水)9時45分	藤島レツ 22-2651
	ポピュラーコーラス十和田	文 第1・3(土)14時	加賀沢和子 080-1830-0610
舞踊	楽踊会	南 月4回(月)9時	竹ヶ原ひろ子 22-3088
	大黒舞企画やまの会	ト 月4回(月)13時	山田すが子 090-3750-0251
	ナニヤヤラとリズム体操・エクササイズ	ト 第1(水)、第2・3(月)13時	
	舞悠会	悠 不定期	新屋敷京子 73-2701
能楽	十和田宝生会	文 月3回不定期	高井哲史 25-8023
	花柳流花すず会	文 月4回(土)13時	花柳寿々美岳 090-5394-0502
日舞	十和田親子ふれあい文化教室	ト 第1・3(土)17時	花柳美好 24-1206
	十和田市子ども劇団育成会	南 毎週(金)19時	大久保すえ 080-1834-5134
レクダンス	レクリエーションダンス「虹」	文 月3・4回(木)10時	工藤きよ 090-7069-9022
	レクリエーションダンス「みなみ」	南 月3回(火)10時	成田千津子 090-2273-4027
	健康体操ダンスクラブ	文 第1・3(土)10時	東恵美子 080-1675-9042
社交ダンス	ダンスクラブベスター	東 初級：毎週(木)19時 中級：毎週(火)19時	附田竹子 090-2791-9606
	楽しい社交ダンス	東 月4回(土)10時	佐々木文男 24-0662
	十和田ダンススポーツクラブ	東 月4回(水)19時	小沢秀司 23-2074
	南社交ダンス愛好会	南 月4回(土)18時30分	竹ヶ原良栄 23-9307
	ダンスクラブスマイル	ト 月4回(火)19時	佐々木勇一 090-7328-2057
	ダンスクラブα(アルファ)	東 毎週(金)13時	津吉通正 090-1068-5027
フラダンス	ボラリス フラ	文 月4回(水)13時 西 月4回(木)13時	下山恭美子 23-1715
	十和田モキハナフラサークル	ト 月2回(木)10時30分	米内山康 090-9639-3903
ハワイアンダンス	ピリアロハ オフラ愛好会	南 月2回(火)①14時 ②19時15分	十枝内美和 090-2369-8476
	フィオカマレイ オハイアライ フラストアジオ	文 月2～3回(火)13時30分	三浦静子 090-2362-6934

分野・内容	団体名・講座名	施設・開始時間	問い合わせ先
ベリーダンス	Guzel Oriental Dance	東 月4回(木)18時30分	鈴木志穂 080-1676-4708
フォークダンス	十和田フォークダンスクラブ	南 月1回(日)10時	工藤祐享 22-5012
ヒップホップダンス	YDK65	と 毎週(金)15時	中原正俊 090-3369-1625
Yosakoi	馬花道	※ 毎週(木)・(日)19時 ※ 毎週(火)19時	對馬亜古 090-7328-7291
	スポーツ吹矢	スポーツ吹矢駒っことわだ とわだいきいき吹矢会	文 月3回(火)9時 南 月4回(月)9時
健康体操	体を整える健康教室	東 毎週(金)①9時30分 ②11時	佐々木佳史 25-1840
	グッド案3B体操教室	東 月4回(金)10時	佐藤佐智子 090-7668-5437
	3B体操クラブ	南 月4回(水)10時	有馬美千子 22-6574
	リズムフィットネスクラブ	南 月4回(水)10時	鳥山幸子 23-3311
	健康体操	東 月4回(木)①9時30分 ②10時20分 ※ 月4回(月)19時	加藤智子 090-8580-9169
からだ整え隊	初級：月2回(金)9時30分 中級：月2回(金)8時40分	ト	
	エアロビクス	エアロビクス愛好会	南 月4回(火)19時
ピラティス	女性のためのピラティスタイム	東 月3回(月)10時	松倉史子 080-5035-9460
空手	子供空手教室	東 月4回(水)17時	木村勝善 090-1066-5427
太極拳	南太極拳クラブ	南 毎週(月)10時	相馬敏光 23-0872
	十和田太極拳愛好会	南 第2・4(金)18時30分	小原実 23-7967
	健康太極拳サークル	南 月4回(木)19時	高淵康子 22-5708
	太極拳中央くらぶ	文 毎週(月)・(土)9時50分	武井さつ子 25-6095
ヨガ	ゆったり太極拳教室	東 毎週(月)10時	野月雅子 090-9539-0645
	ヨガ愛好会	文 月4回(水)9時 ト 月4回(月)9時	田茂明子 090-5591-7484
	昼のリラックスヨガ	東 月4回(木)13時30分	
	夜のリラックスヨガ	ト 月4回(火)18時30分	古間木栄美子 090-7211-7829
マギーヨガ	ゆるくてやさしいヨガ愛好会	ト 月4回(水)18時30分	後沢純子 090-9032-3270
	囲碁	囲碁愛好会	南 毎週(月)～(土)13時
将棋	十和田将棋サークル	南 月4回(日)13時	松嶋千宜 24-2239