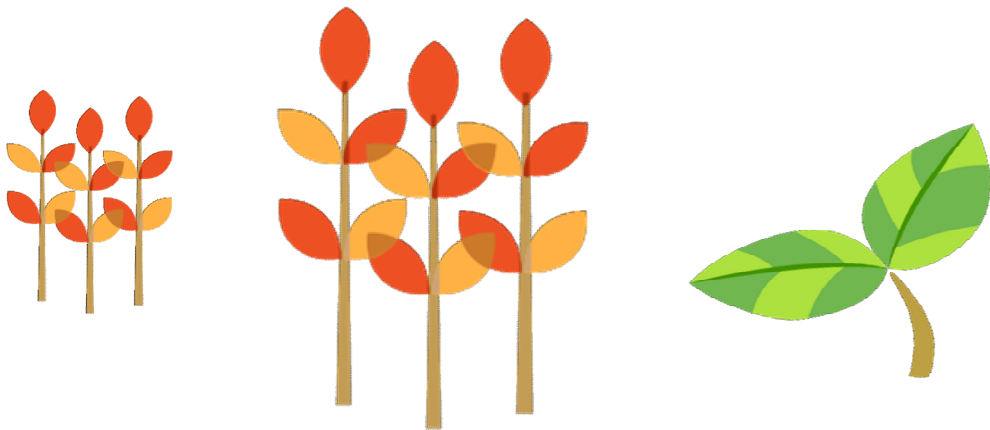


中央公民館 活動グループ 紹介冊子



見学、参加など、ご興味のある団体ございましたら
中央公民館（048 - 523 - 0895）まで
お問い合わせください

目次

歌・コーラス		俳句・川柳・短歌・エッセイ	
・熊谷少年少女合唱団	1-1	・熊谷市川柳協会	9-1
・熊谷しいのみコーラス	1-2	・熊谷短歌会	9-2
・ゼンガークライス	1-3	・群青短歌会	9-3
・コールフロイデ	1-4	・はにほへ短歌会	9-4
・おひさまコーラス	1-5	・むさしの短歌会	9-5
・「唄おうシャンソン」の会	1-6	・熊谷エッセイクラブ	9-6
・ボイトレ・淳	1-7		
楽器		囲碁	
・熊谷ギターアンサンブル	2-1	・中央公民館囲碁クラブ	10-1
・オカリーナ08	2-2	・女性囲碁クラブ	10-2
・熊谷山車屋台祭研究会「彩鼓連」	2-3	・熊谷烏鷺の会	10-3
		・箱田囲碁クラブ	10-4
詩吟・民踊		学習	
・詩吟一宿流包容崖石会	3-1	・英文クラブ	11-1
・熊谷声友会	3-2	・中国語教室	11-2
・『熊谷小唄』保存伝承者育成会	3-3	・論語を読む会	11-3
絵画		健康体操など	
・パステル画クラブ月曜会	4-1	・自彊術すぎな会	12-1
・色鉛筆金曜会	4-2	・熊谷太極拳同好会	12-2
・水曜デッサン会	4-3	・熊谷中央太極拳	12-3
・かえる会	4-4	・3Bひまわり	12-4
・中央墨友会	4-5	・さくら中央ドングリクラブ	12-5
		・わくえわくヨガ	12-6
ビデオ製作・写真		社交ダンスなど	
・シネ・ビデオ・サークル熊谷	5-1	・熊谷グリーンダンスクラブ	13-1
・熊谷写真倶楽部	5-2	・熊谷スクエアダンスクラブ	13-2
書道		・ラビットダンス愛好会	13-3
・直実市民大学かな書道クラブ	6-1	・アカシア社交ダンスクラブ	13-4
・中央祥隷会	6-2	・フラ・ガーデニア中央	13-5
・むさしの書道クラブ	6-3	・フラオハナ カプアイピ	13-6
手工芸		その他	
・絵手紙クラブ直実	7-1	・熊谷市郷土文化会	14-1
・絵手紙はづきの会	7-2	・熊谷観光ボランティアガイドの会くま	14-2
・絵手紙クラブ彩	7-3	がい探偵団	
陶芸		・熊谷市ろう者協会	14-3
・陶芸クラブ(熊陶会、陶遊会、土楽焼	8-1	・認知症とあゆむ熊谷家族の会	14-4
倶楽部、陶仲会)		・劇団 ダウト	14-5

歌・コーラス



団体名

熊谷少年少女合唱団

活動日

小学部 土曜 10:00～12:00 (月に3回)
fiore (中学生～大学生) 日曜 18:30～20:30 (月に2回)

会費

小学部 月3,000円
fiore (中学生～大学生) 月4,000円

活動内容

主に中央公民館で活動しています。

年に5回以上は大きな舞台に立てます。

ポイント

30年以上の歴史を持つ合唱団です。熊谷出身のオペラ歌手原田先生

と北先生、ピアノは宮本先生の指導の元、皆で楽しく活動して

います。国際的なオペラ歌手の皆さんと一緒に舞台に立てる

チャンスもあります。

活動写真

団体名

熊谷しいのみコーラス

活動日

毎週土曜日 午前9:30~11:30

会費

月額3,000円

活動内容

女声合唱団として市民音楽祭等へ参加し、日頃の練習
の発表をしている。

ポイント

美しいハーモニーをもとめて、日々、練習をしている。
会員の親睦を深め、楽しく活動している。

活動写真

 **2019 第64回 埼玉県合唱祭** 令和元年 6月1日(土)・2日(日)/埼玉会館
8月8日(土)・9日(日)/春日部市民文化会館
6月16日(日)/熊谷文化創造館 Photo: STAFF TES

B-219

団体名

ゼンガークライス

活動日

1976年設立 団長：森松寿夫 団員数25名

048-596-0057 Eメール morimatsu@510goto.co.jp

ホームページ：<https://kumagayamixedchorus.jimdofree.com>

会費

2,000円 / 月 (入会金無し)

活動内容

混声 (ソプラノ・アルト・テノール・バス) による合唱活動です。

過去18回定期演奏会を開催しました。年2回の市の音楽祭に参加

します。中央公民館で練習してます。

ポイント

合唱未経験の方でも歌が好きならOK。丁寧に指導いたします。

コロナ禍でも活動を継続させました。指導者 (= 音楽監督) 岩田正彦

ピアニスト：植村由香里 ヴォイストレーナー：小崎佳良子

活動写真

2021年11月の
市民音楽祭の本番風景

2022年7月の練習風景 (マスク着用です。)



団体名

コールフロイデ

活動日

毎月第2、第4日曜日（午前）

会費

月額2,000円

活動内容

6月市民合唱祭、5月江南の藤祭り参加

11月ミュージックフェスティバル その他TPO

ポイント

お若い先生方の指導のもと、親睦をはかり歌うことを

楽しんでおります。（季節によってはミニ演奏をして

くださいます）“見学どうぞ”

活動写真



江南の藤祭りにて参加

団体名

おひさまコーラス

活動日

第一・第三金曜日 午後2時～3時40分

会費

毎月の会費千円 + 年会費2千円

活動内容

池田先生の指導を受けて混声合唱の練習を行っています。熊谷市民

音楽祭やミュージックフェスティバルなどの発表会に参加しています。

ポイント

合唱は、楽譜を見ながら、周りの人の声を聴きあいながら、大きな声で

歌います。ハーモニーやリズムを感じることで全身の感性を高め、

全身で歌うことで体幹の機能や筋力を活性化させてくれます。合唱は、

高齢化社会を若々しく元気に生き抜くことに大きな力を与えてくれます。

皆様も是非見学にお越し下さい。一緒に歌いましょう。

活動写真

マスクを着けての練習風景



発表会

団体名

「唄おうシャンソン」の会

活動日

原則、1回/月 第2火曜日午前10時～11時30分

会費

1,500円/月 入会金1,000円

活動内容

シャンソン歌手の内野謙先生の指導により、
楽しく和気あいあいと練習しています。

ポイント

知っている曲も初めての曲も、先生のわかり易くユーモア

あふれる指導と「となりの人と合わせなくても大丈夫。」の言葉

に安心して気持ちよく歌えます。そして、シャンソンの魅力に

引き込まれていきます。（日本語の歌詞です。）

活動写真

団体名

ボイトレ・淳

活動日

月1回第3水曜日（午後2時～3時45分）

会費

活動参加日（500 + 100） 600円

活動内容

ボイストレーニングによる中高年の健康と会員相互の

コミュニケーションを計ります。楽しく無理ない発声で歌唱。

ポイント

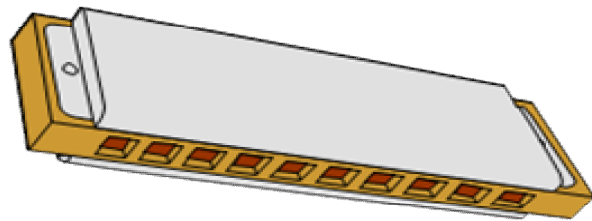
・電子ピアノに合わせて手・足を動かしながら発声練習

・皆さん一度は耳にした歌や季節の歌を先生のリードで

楽しく皆で歌います

活動写真

樂器



団体名

熊谷ギターアンサンブル

活動日

第2・4日曜日 初心者毎週水曜日

会費

年間10,000円

活動内容

クラシックギターによる合奏

ポイント

アンサンブルを楽しみます。



団体名

オカリーナ08

活動日

第1・3水曜日 午前

会費

月額2,500円

活動内容

月2回の例会で音階練習、リズム、パターン2練習等、教科書（ソロ、レパートリー、デュエット、童謡唱歌集、アンサンブル集）を使っ
ての練習

ポイント

最初は童謡・唱歌から始めて映画音楽・ポピュラー曲等が吹ける
ようになります。オカリーナは小さい物から大きい物まであって、
色々な音色が出ます。みんなで合奏が出来るとより楽しくなります。

活動写真

団体名

熊谷山車屋台祭研究会「彩鼓連」

活動日

会場予約のとれた土曜日の夜（月2回程度）」実習室

会費

無料

活動内容

熊谷囃子の練習（依頼を受けた催事の囃子演奏出演など）

ポイント

お祭りを愛しお囃子の習得意欲があり、真摯に取りくみ

出来る人。入会資格は上記の条件にて年齢問わず幼児

（保護書同席）～成人まで

活動写真



詩吟・民謡など



団体名

詩吟一宿流包容崖石会

活動日

毎週 木曜日 午後13時30分～16時

会費

1ヶ月金1,500円

活動内容

声を出して漢詩や和歌を吟じる 春と秋に詩吟 = 詩舞大会を行う

熊谷市芸能祭参加 年1回吟行会親睦旅行

礼と節を大切に

文化連合伝統文化の向上発展と活動にあふれる会に努力致したい

活動写真

団体名 熊谷声友会

活動日 毎月第二日曜日

会費 年額6,000円

活動内容 観世流謡曲を謡う

月例会の開催 文化祭への参加 出前講演

ポイント 声に出して日本語の美しさを実感

腹式呼吸による健康増進、ストレス発散

名所旧跡を訪れる疑似体験

活動写真



団体名

『熊谷小唄』保存伝承者育成会

活動日

月2回（第2・第4の土曜日）午後

会費

入会費、月謝会費等一切なし

活動内容

昭和8年熊谷市制記念事業として全国に熊谷市PRのため製作された

「熊谷おどり」「熊谷囃子」の唄と三味線を習得し伝承する方を

育成する会です。

ポイント

2曲の他、長唄「熊谷音頭」も併わせて伝習しております。

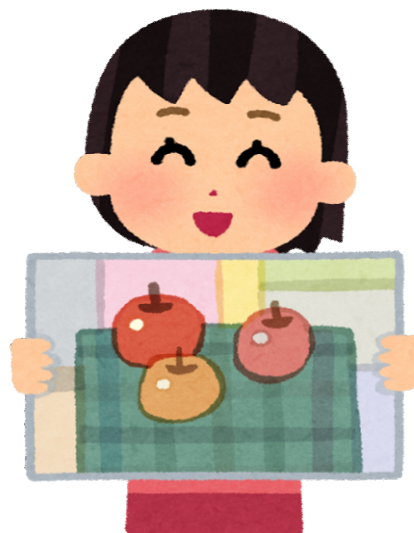
趣味、趣好、同好会的集まりではありません。記念曲を習得し

伝承・指導していただく方を育成する集まり、会です。

活動写真

（市制記念曲、PR演奏会）

絵画



団体名

パステル画クラブ月曜会

活動日

毎月第1、第4月曜日の午前中

会費

月額1,000円

活動内容

パステル画の講習

ポイント

初心者の集まりです

活動写真



団体名

色鉛筆金曜会

活動日

原則として、毎月第2 / 第4 金曜日の午後

会費

月額1,000円

活動内容

おもに色鉛筆を使用し、静物画や風景画等を描く技術

の向上と会員の親睦を図っています。

ポイント

「描いて楽しいカジュアル絵画」

色鉛筆画は色鉛筆と紙さえあればすぐに始められ、準備も後始末も簡単です。

絵を描くことは脳の活性化や精神的な安定を促すといわれていて

「脳のアンチエイジング」にもぴったりです。みんな楽しく頑張っています。

活動写真

色鉛筆金曜会 Webサイト

ホームページ <http://karapen.wp.xdomain.jp>

Instagram <https://www.instagram.com/circlekarapen/>

ホームページ



Instagram



団体名

水曜デッサン会

活動日

毎月第1、第3水曜 午後1時30分から

会費

1,000 / 月

活動内容

いろいろな濃さの鉛筆で、いろいろな大きさの画用紙に描きます。

色をつける人もいます。

ポイント

画材は先生が準備して下さったり、各自持込んだりと自由です。

隣室のギターに曲名をあてたりしてにぎやかかと思うと、

シーンとして鉛筆の音さえ聞こえそうな時間もあります。

活動写真



団体名

かえる会

活動日

各自絵画教室等で、日本画、水彩、油彩、水墨、版画等を勉強。

会費

年間2,000円

活動内容

4、5月2ヶ月間、くましん石原ロビー展。7月八木橋「夏の美術展」合同展参加。9月文連主催の熊谷市文化祭参加、公民館展示室にて。

ポイント

日本美術院、同人の日本画家、大野百樹先生と初代会長八木橋本次郎氏等が中心になり、昭和33年アマチュアの絵画グループ「かえる会」が創設され、平成5年、第2代坂田文雄会長に、そして令和2年、現第3代中村友多佳会長で創立64年の活動を行う。

活動写真

団体名

中央墨友会

活動日

毎月2回 金曜日 午後1:30~3:30

会費

月2,000円

活動内容

先生の提供する作例を手本にして、
水墨画の基本的知識と各種描法を学ぶことで、
水墨画の作品制作を目指す

ポイント

趣味として水墨画を描くことを楽しむを第一義とし、
水墨画作品の制作に必要な各種技法や技能を学ぶと共に
会員相互間の親睦を図り、会員一同ともに画力を上げる

活動写真



ビデオ製作・写真



団体名

シネ・ビデオサークル熊谷

活動日

第1月曜日 9時～12時

会費

3,000円 / 半年

活動内容

自分の作ったビデオ作品を皆に紹介し、ビデオ編集技術やパソコンについて話し合い、技術向上を計っています。

ポイント

年1回10月に公開映写会を開催しています。

(2023年は10月15日・日曜日午後)

ホームページあります。興味のある方はメール下さい。

事務局：志村登男 (cvctakao@d3.dion.ne.jp)

活動写真

公開映写会の様子



シネ・ビデオサークル熊谷

団体名	熊谷写真倶楽部
活動日	毎週第2水曜日PM6：00～2時間程度
会費	前期6,000円 後期6,000円 入会金5,000円
活動内容	写真の勉強会 各自持参したデータを撮影、先生の指導をうける
ポイント	講師、二科会写真部理事、今井寿雄先生 月の2～3回、先生による撮影会があります（有料） 例会見学は自由、初心者歓迎 問合せ 椎橋俊夫 048 - 521-3063



書道



団体名

直実市民大学かな書道クラブ

活動日

毎週第一・第三金曜日 午後1時15分～3時30分

会費

月2,000円

活動内容

渡辺継斉先生に書道の基本と面白さを学び

書を通して会員相互の親睦をはかります。

ポイント

かな書道クラブといっても、個人の好みを尊重し

「漢字」「かな」「半折」「小品」等自由に

学べます。年一回、練習の成果を作品展で発表します。

活動写真

団体名

中央祥隷会

活動日

毎月第2・第4水曜 9:00～11:00

会費

1,500円 / 月 偶数月に2ヶ月納付

活動内容

古典の書体（隷書・篆書・甲骨文字）を中心に学ぶ

年1回の成果発表の展示会を開催

ポイント

平成30年6月発足の古典を主体とした書道の会です。

依田祥道先生の指導のもと、現在13名の会員で活動中です。

本年（令和4年）は隷書「曹全碑」の臨書に挑んでいます。

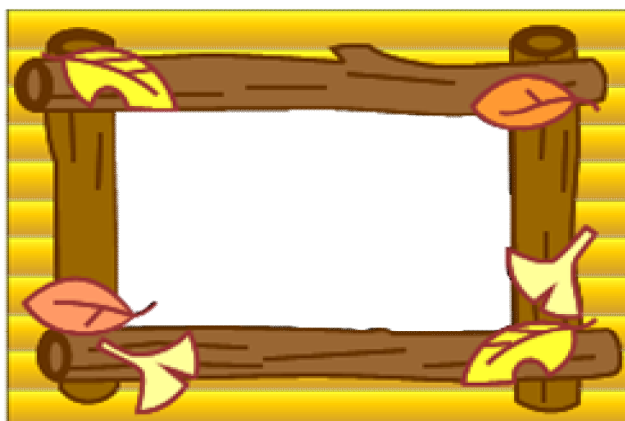
活動写真

団体名	むさしの書道クラブ
活動日	毎月第二、第四月曜日に定例の練習会 及び奇数月の第一月曜日に自主練習会
会費	2,000円/月
活動内容	書道の技量向上：テーマを定めて 練習会及び講師の先生に添削して戴きます 年初にテーマを決めて 年末に成果発表会を中央公民館展示ホールにて開催
ポイント	令和元年に開催された「直実市民大学」のクラブ活動に 集まった仲間が市民大学修了後有志により令和二年に 発足したクラブで今年で三年目になります。 「くまぴあ」を活動の拠点として現在16名の会員で 活動中です。過去二回成果発表の展示会を実施しました。

活動写真



手工芸



団体名

絵手紙クラブ直実

活動日

毎月第四水曜日 9:30~11:30

会費

4月~9月 3,000円

10月~3月 3,000円

(教材費を含む)

活動内容

画材を見て自分の感じたことや思ったことを

絵手紙に表現する

ポイント

みんなで仲良く楽しく活動する

絵のうまい下手は関係ない

花、野菜の葉他、色々な画材を使って書く

活動写真



団体名

絵手紙はづきの会

活動日

毎月第4金曜日午後1～5時

会費

月1,000円

活動内容

絵手紙の練習。十二支の土鈴の絵付や年賀状、

カレンダーの制作他色々。会員相互の交流と親睦。

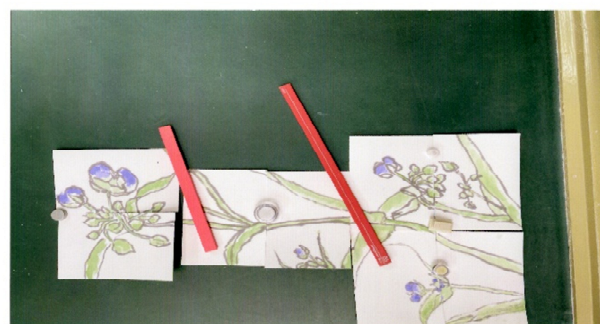
ポイント

絵手紙は「モチーフ」を見ながら書きます。絵にシンプルな言葉を

添えます。「五感を使ってよく視る」「自分の気持ちを自分の

言葉で」「自分の字」で書き表します。自分だけの一枚が出来ます。

活動写真



団体名

絵手紙クラブ彩（いろいろ）

活動日

第2水曜日（月1回）

会費

1,000円/月

活動内容

多彩な絵手紙を楽しみながら制作、描く、
親睦を兼ねてクラブ活動以外のランチ会やレクを行う

ポイント

- ・明るく楽しく和気あいあいの良い雰囲気がある
- ・ランチ会やレクなどで、交流を深めている
- ・LINEやSMSを活用し、団体内の情報が共有されている

活動写真



陶芸



団体名

陶芸クラブ（熊陶会/陶遊会/土楽焼倶楽部/陶仲会）

活動日

作陶日 2～3回/月 焼成日 4～5回/年

会費

年会費2,000円～（月会費のクラブも有）

活動内容

各クラブ毎に作陶、焼成し、

年に1回展示ホールにて合同作品展開催

ポイント

各クラブ毎に特色があり、作陶日や会費も違いますので

初心者から経験者までご希望のクラブを選択出来ます。

日々使いの茶碗皿鉢や花器を自由に作る事も又市美展等の

展示会に出品を目指しています。

活動写真

俳句・川柳・短歌 ・エッセイ



団体名

熊谷市川柳協会

活動日

毎月 第一水曜日 午後1:00より

会費

年会費8,000円

活動内容

句会と勉強会

ポイント

自分の気持ちをストレートに十七文字のリズムに乗せてみましょう。

ストレス解消間違いなしです。多作多読が上達への道です。

活動写真



団体名

熊谷短歌会

活動日

不定期

会費

年会費1,000円

活動内容

会員約110名。熊谷市民短歌大会春・秋2回開催。会報・短歌大会

作品集年2回発行。作品（色紙・短冊）展年1回開催。熊谷くらぶ

（上級クラス）毎月26日開催。添削教室（随時受付）

ポイント

春・秋の短歌大会は熊谷市及び近隣地域の在住・在勤・

在学者ならばどなたでも歓迎です。

活動写真



団体名

群青短歌会

活動日

毎月第4金曜日 9:30～11:30

会費

月1,000円

活動内容

平成24年7月設立。現在会員10名。講師は金子貞夫先生。自由詠と

題詠の短歌を交互に提出し、一首ずついいいに詠んだ人と

読んだ人の思いを述べ合い、先生に批評、添作をしてもらいます。

ポイント

短歌は日々の心の日記、歌を通じて心の触れ合いを楽しむ勉強会です。

みな熱心で和気藹藹、先生のウイットな言葉に大爆笑、新人大歓迎です、

見学に来てください。（あつまりて歌をかたらふ楽しさは

とほくさしくる光のごとし 齋藤茂吉）

活動写真

団体名

はにほへ短歌会

活動日

毎月第1金曜日 午後1:30~

会費

1か月 1,000円

活動内容

講師 金子貞雄先生 短歌の創作と短歌の相互鑑賞と学習毎月自詠の

短歌を2首持ち寄り、会員同士で鑑賞し合い、先生からのアドバイス

を受けます。生活の中で、感動したことや気づいたことを三十一文字

にのせ、言葉のつながり方や選び方を学びあいながら、楽しいひととき

を過ごしています。

ポイント

短歌は心の日記 自分の短歌は他人の目で 他人の短歌は自分の目で

活動写真



団体名

むさしの短歌会

活動日

奇数月 第3木曜日

会費

年額1,000円

活動内容

会員が投稿した詠草(短歌)1人2首を一覧にまとめます。

会の当日、1首ずつ会員が順番を決め感想を述べあいます。監事が

それらを踏まえて総括的な意見、あるいはアドバイスをします。

ポイント

初心者から中堅、数十年のベテランまで多様な会員がいる。

監事が個人のレベルに合わせたアドバイスをし、また意見を

聞いている。互いを尊重し楽しく短歌を学んでいる。

活動写真

団体名

熊谷エッセイクラブ

活動日

3月末・9月末（日曜日）

会費

2,000円

活動内容

作品の合評会・頒布会

熊谷市文化祭（中央公民館展示ホール、

400字エッセイ 11月末～12月上旬展示）

ポイント

年2回「エッセイ熊谷」冊子発行

400字エッセイはA4に自由にレイアウトできます。

1800字エッセイの合評会は、様々な意見が出て楽しい。

活動写真

囲碁



団体名

中央公民館囲碁クラブ

活動日

日曜日（中央囲碁） / 土曜日・午後（土曜会・級位者中心）

会費

年 2 , 0 0 0 円

活動内容

年2回のクラブ内定期大会

地域の囲碁文化普及の協力

ポイント

当クラブは、女性や級位者から高段者まで広範囲の囲

碁愛好者の囲碁対局を楽しみ、囲碁を愛するどなたで

も入会できるクラブです。

活動写真



団体名

女性囲碁クラブ

活動日

毎週火曜日

会費

年3,000円 必要に応じて臨時徴収することもあります。

活動内容

・ 囲碁対局 ・ 年2回 対局カードを使用しての囲碁大会

・ 新年お楽しみ囲碁大会 ・ 地域の囲碁文化普及の協力

ポイント

熊谷市中央公民館、その他において囲碁講座を受けた女性を中心と

した集まりですが、男性のかたも賛助会員として入会する事が

できます。初心者から段級位者と幅広く在籍しており、お互いに教え

あいながら楽しく対局しています。

活動写真

団体名

囲碁クラブ「熊谷烏鷺(うろ)の会」

活動日

毎週月曜日

会費

会費 年2,000円 (入会金500円)

活動内容

・対局カードを使用しての囲碁対局

・年2回のクラブ内定期大会 ・地域の囲碁文化普及の協力

ポイント

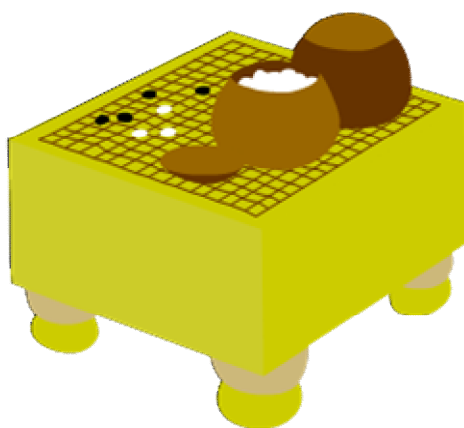
当クラブは、老人大学の囲碁クラブを前身としているが、現在は

その垣根を払い、囲碁を愛するどなたでも入会でき、対局を

楽しんでいます。

活動写真

団体名	箱田囲碁クラブ
活動日	毎週水曜日13時～17時
会費	年間2,000円（途中入会は減額）
活動内容	<p>1 囲碁例会</p> <p>2 大会開催（1月と7月の年2回）</p>
ポイント	<p>1 入会は、老若男女とわずどなたでもOK。</p> <p>親睦重視・初級者歓迎です。</p> <p>2 会員は現在19人（初級者から低段者）</p>



學習



団体名

英文クラブ

活動日

毎月第2土曜日（月に1度）

会費

月謝1,500円

（現在会員が6名と少ないのですが、会員が多くなると月謝は安くなります）

活動内容

英字新聞を読む 英語のスピーチ(各自) 英語の小説を読む

R4現在は「JR上野駅公園口」（柳 美里さんの作品 全米図書賞

受賞作品）を読んでいます。

ポイント

最初は難しいと思われる英語のニュースも、長く続けていくうちに

力がついて読めるようになってきます。ぜひご参加ください。

見学歓迎いたします。（無料）くわしくは 佐藤陽子までご連絡

お願いいたします（電話）048-536-7484 教室は市役所近くの熊谷市

障害福祉会館と荒川公民館をお借りしています。



団体名

中国語教室

活動日

毎週金曜日（夜） 19:10～21:00

会費

4,000円 / 月

活動内容

中国語の学習

ポイント

中国語の基礎を学習するクラスと会話に挑戦する、

2つのクラスがあります。中国語の学習で

困っていることがあったら、教えてください。

活動写真



団体名

論語を読む会

活動日

月1回、年間10回の内容で2年間の実施予定(令和4年1月～令和5年12月)

会費

年会費5,000円

活動内容

講師古茂田彰男先生ご指導の下、論語20篇を各回1篇ずつ取り組んで

参ります。・原文を書く ・皆で音読する ・担当章を調べ発表する

等々の内容で、論語を丁寧に掘り下げます。

ポイント

一章毎全員で、大きな声で息を合わせて音読します。

リズムカルに韻が踏めたら圧巻です。

調べる程に、様々な解釈と出合う楽しさ！！脳トレ的にも

goodです。私達と一緒に論語を学びましょう。

活動写真

健康体操など



団体名

自彊術すぎな会

活動日

毎週金曜日10時～11時半、5週目は休み、8月は夏休み

会費

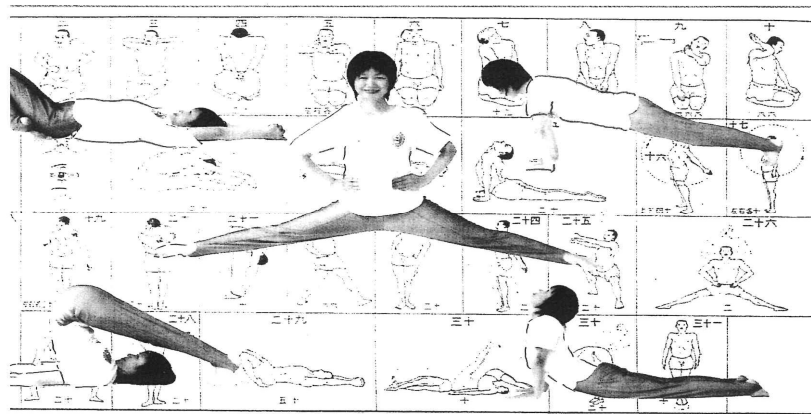
月謝2,000円/月、普及会賛助会費3,000円/年

活動内容

健康体操、自彊術を学び、会員の健康保持、体力向上、
相互の親睦を図っています。

ポイント

- 1、自彊術は治療を目的とした運動療法です。全身に気血が巡り
自然治癒力も高まります。
- 2、消費カロリーの少ない31の動き、呼吸法は、体力、年齢を問わず
始められます。
- 3、自分の身体に向き合うことで学び、気づき、発見があります。
- 4、マイペースで自己メンテナンスしたい方には最適です。

活動写真

団体名

熊谷太極拳同好会

活動日

毎週月曜日

会費

なし

活動内容

ストレッチを取り入れた準備体操

8式、24式、扇や剣を使った太極拳

ポイント

現在会員は60代から80代の男女10名です。講師の先生は

おりませんが、会員相互の親睦と健康維持を目的として

練習に励んでいます。

活動写真



団体名

中央太極拳教室

活動日

毎週火曜日 10時から11時30分

会費

2,000円/月

活動内容

太極拳 講師の指導により練習
ヨガマット又は大きめのバスタオルが必要

ポイント

太極拳は動く薬です。健康寿命を延ばします。
皆で仲良く楽しい活動、時間前には楽しく話し合います。
皆で話し合い、いろいろな事を決めます。
会場予約は当番制で全員が担当します
見学・入会何時でもOKです。

活動写真



団体名

3Bひまわり

活動日

金曜日(13:00~14:30 月4回)

会費

2,000円

活動内容

3B体操

ポイント

ボールなどを使ってストレッチ、ダンスを行う。音楽をかける

ので、認知症予防にもなる。体に無理なく行うので、どなたでも。

音楽に合わせてボールなどの用具を使いストレッチ、ダンスを

行います。体に無理なく。楽しく。どなたでも。



団体名

さくら中央ドングリクラブ

活動日

毎週月・火曜日9：30～11：30（約2時間）

会費

年会費 ¥1,000

活動内容

メンバー11人の内、常時活動員8名、朝さくら運動公園のテニス

コートNo.18の裏の芝生に集合 9：30準備運動（10分）

ジョギングコースを2列に並び専用のストック2本を使い、一定の

リズムで歩く（1000mのコース3回り、15分休憩後、ラスト2回り）

整理運動後、解散。2列に歩いているとき、世間話、個人話の

悩みなどストレスの解消する、あっと言う間に時間は経過していく。

ポイント

この運動は会員の体力に合わせて行う。とにかく楽しく歩くこと。

2本の足にストックでサポートにして、4本の足で心身を楽しみながら、

公園内の春夏秋冬の季節に変わって咲く、白モクレン、桜、

タイサンボク、山モモ、山ボウシ、紅葉と見られ、心の中が

癒される。全体的には健康長寿の運動となっている。

活動写真

団体名	わくわくヨガ
活動日	毎週水曜日 10時から
会費	2,000円/月
活動内容	リラックスさせるヨガポーズ～複雑なポーズまで色々チャレンジして、普段使用しない筋肉を鍛え、健康維持と健やかな気分で生活することを目指します。
ポイント	まいこ先生の癒しの声で、気持ちも穏やかになり、サークル終了時はすっきりした気分になります。



社交ダンスなど



団体名

熊谷グリーンダンスクラブ

活動日

月に3回、水曜日の午後1時から2時30分まで

会費

3,000円/月

活動内容

社交ダンス

ポイント

コロナ禍の中、家にいる事も多くなり運動不足の解消また、心の

リフレッシュに私達とレッスンをしてみませんか！！ダンス経験者

は勿論、未経験者にも対応致します。どうぞ御見学下さい。

お待ちしております。

活動写真



団体名

熊谷スクエアダンスクラブ

活動日

月4回 毎・金曜日 13時～16時

会費

月額 ¥1,000 (入会金 ¥1,000・初回のみ)

活動内容

スクエアダンスという、馴染みのない名前のダンスですが、

軽快なポップ音楽に乗って歩く楽しいダンスです。

ポイント

コーラーという指導者の指示のもと、8人が一組になってスクエア

(四角)の基本から、いろいろな形に変化してゆく楽しくて、

面白く、頭を使うダンスです。老若男女どなたでも楽しめます。

活動写真

(写真は令和4年7月8日(金)の例会もようです)

団体名

ラビットダンス愛好会

活動日

毎週月曜日午後1時30分～午後3時

会費

月2,500円

活動内容

社交ダンスを学ぶとともに、体力作り及び仲間
作りに努める

ポイント

男性と女性の指導者がいることから、男性、
女性の踊り方を学ぶ事ができる

活動写真



団体名

アカシア社交ダンスクラブ

活動日

毎週水曜日 各月4回 13時30分～15時00分

会費

月謝2,500円 入会金1,000円 休会月500円

活動内容

ラテン・ルンバ・チャチャチャ・スタンダードワルツ・タンゴ・

スローフォックストロット等ダンスパーティー（キングアンバ

サダーホテル） 公民館祭り・他のサークルとの交流等。

ポイント

和気あいあいとした活動、年の割にはみんな若くみえます、ホント！

先生ご夫妻の親切なご指導で楽しくレッスンしています。

活動写真

キングアンバサダーホテル

令和4年6月12日

団体名

フラ・ガーデニア中央（フラダンス）

活動日

第2・3・4 木曜日 13:00～15:00

会費

2,500円 / 月

活動内容

月に3回木曜日を練習日として、指導者を迎えレッスンを

を行い、又自主練習も行います。母体となるフラレイロ

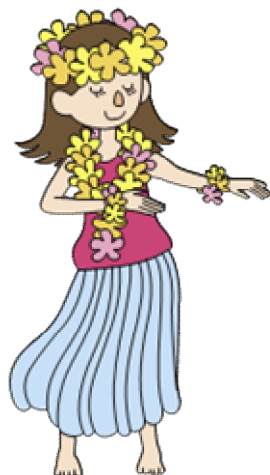
ゼラニ主催のイベントや熊谷市の行事にも参加します。

ポイント

コロナ禍で発表の場が少なくなっていますが、感染対策レッスンを

楽しんでいます。心地良いハワイアンミュージックに合わせて

体を動かし免疫力をアップさせましょう。



団体名

フラオハナ カプアイピ

活動日

各週の月・火・水・木・土 各90分

詳しくはHP又は☎090-1668-8341まで

会費

3,000円/月2回

活動内容

市内の公民館、くまぴあ、さくらめいとなどで曜日ごと

隔週でフラの練習をしています。自分に合った日程と会場

などはHPから確認できます。

ポイント

ハワイのクムフラ・ワイラニを師事し、その教えを守りながら

レッスンを楽しんでいます。

仲良く思いやりのあるサークル活動を目指しています。

活動写真

その他



団体名	熊谷市郷土文化会（きょうどぶんかかい）
活動日	年間計画に沿って活動（事前に案内を発信する）
会費	2,000円（同居家族：3,500円。年度後半入会者：1,000円）
活動内容	熊谷に関連する郷土の歴史や伝統文化、風俗習慣などの
	調査や研究、研修活動を行う。 現在の会員：150人

ポイント	<p>* 主な活動内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 研修会の開催（講話や講演、現地訪問など）年3回 調査研究活動（3～5班で、自主研修する）年3～7回ぐらい 研修旅行（史跡や名所、話題の所を日帰りバス訪問）年2回 市民団体や事業所、学校などの依頼による史話や現地ガイド 年間誌の発行「調査・研究、文芸、活動報告、諸情報など」 ・定期総会（5月）。役員会や理事会、専門委員会（年3～5回） <p>* 入会申込み先：平井 隆 副会長 電話521-5153（いつでも可！）</p>
------	--

活動写真



①秋の研修旅行(渡良瀬方面)



②年会誌(76,77号)

団体名	熊谷観光ボランティアガイドの会 くまがい探偵団
活動日	毎月第二火曜日
会費	年会費2,000円
活動内容	<p>街歩きガイドや旧中山道街道ガイド、名勝“星溪園“</p> <p>定期ガイド（月1回第4日曜日）、熊谷市中央公民館</p> <p><ふるさと講座>（講師、講演）、熊谷市内史跡研修会</p> <p>（観光ガイド養成研修）等を行っている。</p>
ポイント	<p>郷土・熊谷の歴史・史跡・人物等を掘り起こし、市民等</p> <p>に魅力を情報を発信する」、「熊谷を理解し、愛着を</p> <p>深めてもらう」ことを目的にガイド活動を行っている</p>

活動写真



団体名

熊谷市ろう者協会

活動日

<コロナ禍のため毎月1回> 月曜日 10:00~12:00

水曜日 19:00~21:00 土曜日 10:00~12:00

会費

年間会費 単独13,500円 シニア9,500円

活動内容

ろう者の福祉向上と手話の普及

ポイント

宅配講座「ろう者のことを知って手話で挨拶しよう」派遣できます。

「手話ポスター」を作りましたので、市内の店等に貼らせて

いただいております。

活動写真

団体名	<u>認知症とあゆむ熊谷家族の会</u>
活動日	<u>毎月第3水曜日</u>
会費	<u>年会費（個人）1,500円以上</u>
活動内容	<u>話し合い・研修・施設見学 他</u> <u>癒やしのレクリエーション（コンサート・落語・その他）</u>
ポイント	<u>認知症介護家族同士と支援する人々が話し</u> <u>合いながら、認知症への正しい理解と介護を</u> <u>学んでいく</u>
活動写真	



団体名

劇団 ダウト

活動日

毎週水曜日 夜間 公演直近は追加有

会費

月3,000円（公演費に当てます）

活動内容

年に1回の公演を目標に週1～2回の稽古

ポイント

令和4年11月19日(土)19:00 - 20日(日)14:00～

さくらめいと月のホールにて劇団ダウト第12回公演、愛の「 」を公演予定。

私達と一緒に演劇を作りませんか？スタッフ、観覧者を広く募集致します。

活動写真

