

交 流

定期利用団体のご案内



令和7年度版
武蔵野市民会館

目 次

教養・学習

学習	1
朗読	2
語学	2
古文書	4
書道	5
フラワーアレンジメント.....	5
着付	6
料理	6

美術

絵画	7
写真	9
絵手紙.....	10

音楽

吹奏楽.....	11
大正琴.....	11
合唱	12
歌唱	16
音楽療法.....	16
声楽	16
カラオケ.....	17
民謡	17

芸能

謡曲.....	18
詩吟.....	19
演劇.....	19

舞踊・ダンス

フラ	20
バレエ	21
ソーシャルダンス	21
ダンス	22
日本舞踊	22

スポーツ・運動

リズム体操.....	23
エアロビクス	23
ヨガ・ストレッチ	24
太極拳	25
気功.....	25
居合道	26

地域・福祉

地域・福祉.....	27
------------	----

きょうどびじゅつかんけんきゅうかい
郷土美術館研究会

美術館は言うまでもなく、優れた芸術作品を収集、展示する博物館・資料館を見学する。当会はこれらの作品を見ることにより感性を高め、精神文化の充実を図ることを目的としている。
年1回はバスによる美術館見学ツアーを催し、講演会を企画して文化祭にも参加している。

● 【活動内容】
● 美術館見学と研修・講演会

● 【主な活動日と時間】
● 毎月1回 月曜日（随時）
● 午前10時～正午

● 【講師（敬称略）】

● 【連絡先】 にした かずこ 西多 和子
● TEL:0422-53-2919



みほセンセイの
おうちょうぶんがく
王朝文学サロン

日本古典文学を楽しむことを目的とする。「源氏物語」や「枕草子」などの作品鑑賞を通じて、時代背景について学び、人間理解を深める。



● 【活動内容】
● 日本の古典文学を楽しむ

● 【主な活動日と時間】
● 毎月第4水曜日
● 午前10時30分～午後3時

● 【講師（敬称略）】
● みほ こ 三保 サト子

● 【連絡先】 おおい たずこ 大井 田鶴子
● TEL:042-573-1886

むさしの
武蔵野

どうこうかい
コントラクトブリッジ同好会

コントラクトブリッジは、記憶力・推理力・判断力を駆使してペア同志で競い合う英語圏で人気のあるカードゲームです。本会はこのゲームを通して会員の親睦を図っています。

● 【活動内容】
● コントラクトブリッジのプレー

● 【主な活動日と時間】
● 毎週水曜日 午後1時～5時

● 【講師（敬称略）】

● 【連絡先】 いそむら ひろあき 磯村 紘明
● TEL:0422-77-6490



ふよう かい
芙蓉の会

声に出して表現してみませんか？
主人公になったり、恋人になったり、お母さん
になったりと、なりきってみるのも楽しいもの
です。また、私は淡々とした作品がいいわ、詩
が読みたいわ、と好きな作品を選んで朗読し
ています。作品は山ほどありますので尽きる
ことはありません。お待ちしております。

- 【活動内容】**
各自の好きな作品を朗読し、年2回の朗読
会に発表をしています
- 【主な活動日と時間】**
毎月第1・3火曜日 午前10時～正午
- 【講師(敬称略)】**
なりみち かずこ
成道 和子
- 【連絡先】** やまぐち あきこ
山口 明子
TEL:090-1814-3142

ウィステリアの会

テキストを使っての学習とフリートーキングを
おりませでの楽しいレッスンです。



- 【活動内容】**
英語学習
- 【主な活動日と時間】**
毎週土曜日 午前10時～正午
- 【講師(敬称略)】**
Wyman Keyes
- 【連絡先】** は せ き み え
長谷 君枝
TEL:042-571-3762

ちゅうぶんがくしゅうはん
中文学習班

初級を終えた人を対象に、中国人講師について発音をさらに正確に、文法をくわしく学びつつ読む、聞く、話すのレベルアップを目指しています。

同時に中国のさまざまな文化、習慣を知って楽しんでいます。

- 【活動内容】
中国人講師とともに中国語を学習する
- 【主な活動日と時間】
月3回火曜日 午前10時～正午
- 【講師(敬称略)】
わん いえんちん
王 艶 晴
- 【連絡先】 おだ としよ
小田 淑代
TEL:0422-56-0603
- 
- An illustration of a young woman with dark hair, wearing a pink shirt, reading a red book. The book has the characters '中文' (Chinese) on it. Above her head are two speech bubbles; the one on the left says 'ママ' (Mama) in red kanji, and the one on the right is partially visible and also contains red characters.



えいかいわ
フレンドリー英会話サークル

講師はテンプル大学講師でアメリカ人男性です。

リラックスした雰囲気の中で、お互いの文化を紹介したり、身近なテーマを話したりしながら、少人数で英語でのコミュニケーションの仕方を練習していきます。

お気軽にご参加ください。（定員があります）

- 【活動内容】
- 英会話
- 【主な活動日と時間】
- 毎週火曜日
- 初級：午後2時30分～3時30分
- 中級：午後3時40分～4時40分
- 【講師（敬称略）】
- ザック・ケリー
- 【連絡先】 さいとう けんじ 齊藤 健治
- TEL:0422-52-4809
-
-
-

むさしの
武蔵野
ヒップファミリークラブ

どこの国の赤ちゃんも、まわりで話されていることばをいつの間にか話せるようになります。歌やゲームを交えて遊んだり、英語はもちろん世界のいろんなことばを聞いたり口ずさんでみたり♪しながら、多言語を自然に多世代の仲間と育てあっています。

- 【活動内容】
- 多言語（いろいろな国のことば）の
- 自然習得
- 【主な活動日と時間】
- 毎週火・金曜日 午後7時～8時30分
- 月2回 午前10時～11時30分
- 【講師（敬称略）】
-
- はしもと みわこ 【連絡先】 橋本 美和子
- TEL:090-9314-2233
- E-Mail:
- miwako.beaver24@gmail.com
-

えいご
リフレッシュ英語サークル
りゃくしょう アールイーシー
（略称 R.E.C）

会員が自分の意志を、自分の英語で積極的に発信できるように基礎を復習します。

貴方の英語力をリフレッシュ！…忘れていた英語を取り戻して、外国人と会話を楽しみましょう。

講師から親切に教えて貰えます。

-
- 【活動内容】
- 英語（初級・中級）学習
- 【主な活動日と時間】
- 金曜日（月4回）
- 午後2時～4時
- 【講師（敬称略）】
- Rick , Jon , Lance
- とくだ かずよし 【連絡先】 徳田 和義
- TEL:0422-51-0284



【ホームページ】 <http://www7b.biglobe.ne.jp/musashino-rec/>

こもんじょ かい
古文書の会

近世文書や古典の書写本等を通して歴史や文化を学び会員相互の向上と親睦を図る。学習内容は、第1週「石山軍記」・「大澤寺文書」、第2週「義公黄門仁徳録」、第3週「慶応漫録」、第4週「好色一代女」・会員発表「歴史あれこれ」。他に近在の博物館、資料館へのバス研修旅行を計画している。

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【活動内容】

古文書を学習し歴史や文化を知る

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【主な活動日と時間】

第1・第2・第3・第4水曜日
午後6時～8時30分

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【講師(敬称略)】

おおわだ ひでお
【連絡先】大和田 英夫
TEL:070-5590-7109

こもんじょ たの かい
古文書を楽しむ会

会員の希望で教材を決め相互に検討します。現在の教材は「樋口一葉日記」、「井の頭」(土岐頼旨)。古人の筆跡に親しみ、歴史を学び、人間理解を深めます。



●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【活動内容】

古文書を楽しみつつ学ぶ素人の交流会

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【主な活動日と時間】

第1・3火曜日 午後2時～4時

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【講師(敬称略)】

いながき かずお
【連絡先】稲垣 一雄
TEL:080-2228-7083
E-Mail:njs.inagaki@gmail.com

むさしの こもんじょかい
武蔵野ふれあい古文書会

近世・近代文書を中心として、幅広く古文書類の鑑賞、解説、研究、発表活動を行う。広く市民を対象とした公開講演、講座等を開催し、過去・現在・未来を生きる人々のふれあいの場を提供する。

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【活動内容】

古文書を読み人々の生活や決まりを学ぶ

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【主な活動日と時間】

月2回程度 日曜日 午後2時～4時

●
●
●
●
●
●
●
●
●
●
●

【講師(敬称略)】

よねざき きよみ
米崎 清実

なつめ しげよし
【連絡先】夏目 重美

E-Mail:tenbin.sakura@gmail.com

あきつしょうかい
秋津書道会

（一社）倫理研究所の方針として心の浄化を目標とした秋津書道会は芸術の妙味を味わおうとする書の友の集いである。

月1回例会を開き、楷書、行書、草書、仮名とそれぞれ段階をふんで勉強していき、月1回競書を本部に送ります。

条副も年2回楽しく練習しています。

● 【活動内容】

● 書道

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第2火曜日 午前10時～正午

● 【講師（敬称略）】

● ふなくぼ こ
● 舟久保 しげ子

● 【連絡先】 おおはし こ
大橋 よし子

● TEL:0422-49-5601



こうほうかい
紅萌会

小中学生は書道の基礎をしっかりと学び、高校生・大学生・成人は古典を基に漢字・仮名・ペン字と幅広く学習しています。

小学生には集中力を養う良い機会です。

技術の習得だけでなく、仲間との親睦や書道をする心を大切に考えて活動しています。

● 【活動内容】

● 書道

● 【主な活動日と時間】

● 第1・第2・第3水曜日
● 午前10時～午後8時

● 【講師（敬称略）】

● おおい たずこ
● 大井 田鶴子

● 【連絡先】 ごとう けいこ
後藤 圭子

● TEL:0422-36-6088

● 090-4913-0466

はな
コスモスライン花

あわただしい生活の中で花にいやされ、出会った方に襟を正されながら、大胆に、時にはかわいらしく花を生けております。

いつでもお立ち寄り、ご覧下さい。

地域の方々にお会い出来る事を心待ちにしております。

● 【活動内容】

● フラワーアレンジメント

● 【主な活動日と時間】

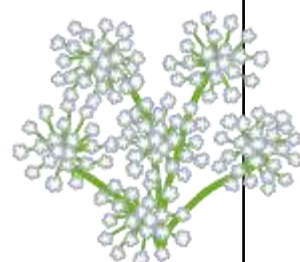
● 毎月第2・第4月曜日
● 午前10時30分～、午後1時30分～
● 毎月第2・第4土曜日
● 午前10時30分～、午後1時30分～

● 【講師（敬称略）】

● かしわ よしこ
● 柏 与志子

● 【連絡先】 すずき ゆうこ
鈴木 勇子

● TEL:0422-36-0424



きらくかい

あせらず ていねいに 練習を重ねていただければ、どなたでも着物に袖を通すことが楽しくなります。

参加をご希望の方は、足袋 裾よけ 肌襦袢
長襦袢 腰ひも3本 伊達締1本をお持ちにな
って活動日にいらしてください。

着付

月2回金曜日、月2回日曜日
午後1時～3時

【連絡先】 しみず はるみ
清水 治美

TFI : 0422-53-6858



あい　　かい

10年以上、武蔵野市の成人式の着くずれ直し、子供達が楽しみに待っている七五三の着付、又浴衣講習会では一人で着られる喜びを実感していただいています。

着付練習、成人式等のボランティア活動

月2回水曜日(原則) 午後1時～5時

すざき いつよ
須崎 伊都夜

もととし よしの
本橋 栄乃 TEL:0422-52-2864

神田 トミユ TEL:090-5784-9197

ようがしきょうしつ

実習をまじえながら、家庭の作り方でこそ味わえる上質の洋菓子作りを楽しんでいます。初心者にはスポンジの作り方から丁寧に個人指導致します。



ヨーロッパのお菓子作りを基礎から学ぶ

毎月第4月曜日・第4土曜日
午後1時～3時

いわさきのりこ
岩崎紀子

TFI :0424-88-2227



かい アトリエ櫛

自由な雰囲気でお絵描き、かつ会員の親睦をすすめています。
複数の会員は公募出品の経験があり初心者の方に適切な指導ができます。



● 【活動内容】
● 油絵・水彩画

● 【主な活動日と時間】
● 毎月第2・第4土曜日
● 午前10時～午後5時

● 【講師(敬称略)】

● 【連絡先】 えのもと のりこ
● 榎本 典子
● TEL:0422-53-0218

アトリエ・コスモ

デッサン・静物画・人物画を年間カリキュラムに沿って、自由な画材で制作。
老若男女の熱心なサークルです。
パステル・水彩・色鉛筆・油絵を始めたい方は、専任講師が初歩から指導します。
春や秋にスケッチ会、年1回の会員展を開いています。
見学・体験(無料)随時あり

● 【活動内容】
● 絵画サークル

● 【主な活動日と時間】
● 毎月第2・第4日曜日 午前9時～正午

● 【講師(敬称略)】
● あべ えいいち
● 阿部 栄一(独立美術協会会員)

● 【連絡先】 いそだ ひろふみ
● 磯田 廣史
● TEL:090-4548-2383
● E-Mail:
● agechi-h@pa2.so-net.ne.jp

どっば もり アトリエ独歩の森

年間のカリキュラムをもとに、静物、裸婦、着衣、風景等、講師の指導のもと各自の個性を生かした楽しい絵画制作を行い、年1回の展覧会とスケッチ旅行、親睦会等を実施しています。
見学・体験(無料)随時可能です。
大変楽しい会です。
ご参加をお待ちしております。
初心者大歓迎です。

● 【活動内容】
● 絵画制作(油絵・水彩・パステル)

● 【主な活動日と時間】
● 毎週火曜日 午前9時15分～正午

● 【講師(敬称略)】
● かわばた やすこ
● 川端 保子

● 【連絡先】 くまの かずこ
● 熊野 和子
● TEL:0422-27-7855
● E-Mail:
● kazuko.kumano@gmail.com



にじ アトリエ・虹

年間のカリキュラムに沿って、静物・人物・風景画を好きな画材で学べます。
初心者には、講師が個別指導します。
マイペースで、絵画の制作活動を楽しんでいます。
見学・体験(無料)随時可能です。

● 【活動内容】
● 絵画サークル

● 【主な活動日と時間】
● 毎週火曜日 午後1時30分～5時

● 【講師(敬称略)】
● みずの ゆうげん
● 水野 雄現

● 【連絡先】 たなか ゆたか 田中 豊
● TEL:0422-34-8255



か い が 絵画サークルひこばえ

自由な雰囲気の中で、第2、第4日曜日午後の時間を油絵、水彩画、パステル画等を楽しんでいます。
春は毎年グループ展、秋にはスケッチ旅行を行っています。
室内での静物画、屋外での風景画等、季節にあった絵作りを楽しんでいます。

● 【活動内容】
● 絵画同好会

● 【主な活動日と時間】
● 第2・第4日曜日 午後1時～5時

● 【講師(敬称略)】
● そうま ひろし
● 相馬 博

● 【連絡先】 うちやま やすとし 内山 靖敏
● TEL:0422-21-0940
● E-Mail:yato1945@jcom.zaq.ne.jp

グループファインアート

各々の個性を引き出し、絵を描くことが楽しくなります。
また新しい自分を発見、絵の奥行きを深さを学びます。
会員大募集中、見学随時。
気軽に見学に来てください。

● 【活動内容】
● 絵を描くことの楽しさを学ぶ

● 【主な活動日と時間】
● 月2回土曜日 午後2時～4時

● 【講師(敬称略)】
● くずさか たかし
● 葛坂 尚志

● 【連絡先】 いちの よしあき 市野 芳明
● TEL:042-567-2789

にほん えんしゅつぎょうかい
日本アニメーター演出協会
かい
クロッキー会

会員の技術向上と親睦を深める為、月2回の「人体デッサン・クロッキー会」と「美術解剖学講座」の開催。

定員に満たない場合は、一般画業の方や画学生にも開放。

【ホームページ】

<http://www.janica.jp/>



● 【活動内容】

● クロッキー会・美術解剖学講座

● 【主な活動日と時間】

● 第1・第3日曜日 午後2時～8時

● 【講師(敬称略)】

● たかみ まさよし
● 高見 政良

● 【連絡先】 よしだ ももこ
● 吉田 桃子

● TEL:090-4592-5550

が かい
むさしのパステル画会

カラフルなパステルで表現するパステル画には他にはない独特な味わいがあります。水も油も使わないので初心者でもすぐに楽しめます。小学生から大人までどなたでも参加できます。ぜひ見学にいらしてください。

【ホームページ】

<https://mpastel.exblog.jp>



● 【活動内容】

● パステルを中心とした絵画サークル

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第1・3土曜日
● 午後1時30分～3時30分

● 【講師(敬称略)】

● 【連絡先】 せがわ ひろぶみ
● 瀬川 洋文

● TEL:090-3234-5559

● E-Mail:

● musashino.pastel@gmail.com

にほん しゃしんしゅうだん
日本リアリズム写真集団

自分の撮りたいものを、それぞれの表現、一人一人の感性で作品作りを楽しんでいます。写真をやってみたいと思っている初心者の方、レベルアップを目指したい方一緒にやりませんか。

毎月1回の例会、撮影会、写真教室などの活動をしています。

● 【活動内容】

● 写真サークル

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第3土曜日
● 午後1時30分～5時

● 【講師(敬称略)】

● 【連絡先】 なかむら かつお
● 中村 勝大

● TEL:0422-48-0161



え て が み

絵手紙あゆみ

四季のいろいろを、絵手紙を通して、見たり描いたり感じたりしています。



● 【活動内容】

● 絵手紙

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第2土曜日

● 午後1時30分～5時までのうち2時間

● 【講師(敬称略)】

● はたけやま しおみ
● 畠 山 汐美

● 【連絡先】 かみなが けいこ 神永 啓子

● TEL:0422-55-8380

え

絵てがみクラブ

絵手紙を描くだけでなく、作品をお部屋に飾る為の制作もしています。粘土やペーパークラフト、洋風のカード、消しゴムハンコなども使った幅広い制作活動です。

会員同士が楽しく交流し、また震災各地へ絵手紙を送るボランティア活動も行っています。

● 【活動内容】

● 絵手紙

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第2・第4火曜日 午前10時～正午

● 【講師(敬称略)】

● ひらまつ ゆ み
● 平松 裕美

● 【連絡先】 いがらし のりよ 五十嵐 憲代

● TEL:0422-33-4694

え て が み

かい

絵手紙れもんの会

毎回、課題を持って絵手紙を描きます。屋外スケッチや美術館鑑賞などの機会も取り入れ楽しく活動しています。作品発表の場として市民会館文化祭に参加出品しています。会員若干名募集中です。

● 【活動内容】

● 絵手紙を通して会員相互の心の交流をする

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第1・第3金曜日

● 午前9時45分～正午

● 【講師(敬称略)】

● まつなみ こ
● 松波 けい子

● 【連絡先】 かつしま かずこ 勝島 和子

● TEL:042-383-1647

エヌビーディーすいそうがくだん

NBD吹奏楽団

社会人になってもアンサンブルの楽しさが忘れられないメンバーが集まって、年に一度の定期演奏会や、その他の発表の場に向けて練習に励んでいます。

もちろん学生さんの参加もOKです。ぜひ皆さんも一緒に参加してみませんか。



【ホームページ】

<https://www.nbd-concertband.com>

● 【活動内容】

● 吹奏楽(アンサンブル)

● 【主な活動日と時間】

● 毎週土曜日 午後6時～10時

● 【講師(敬称略)】

● たけした まさと
● 竹下 正登

● 【連絡先】 ふせ ひでき 布施 秀樹

● E-Mail: fuse_hideki@yahoo.co.jp

こと かい がっそうぶ むさしの琴の会(合奏部)

社会参加・生涯学習の一環として、大正琴を通して演奏の楽しさと会員の交流を深める。地域のボランティア演奏、芸文協教育委員会共催の絃のしらべに年2回演奏等活動しています。

人生百年時代、これからの人生一緒に楽しみましょう。

● 【活動内容】

● 大正琴の練習

● 【主な活動日と時間】

● 第1・3火曜日、第2日曜日
● 午後1時～4時30分

● 【講師(敬称略)】

● こぞえ はつね
● 小副 初音

● 【連絡先】 ささき かずえ 佐々木 和江

● TEL:0422-53-2419

こと かい かのん むさしの琴の会(華音)

年齢や性別に関係なく、音符が読めなくても楽器演奏が楽しめる、それが〈大正琴〉の魅力です。

両手の指を使うことは集中力や記憶力を養うなど脳の活性化(健康)にも役立ちます。

童謡・演歌・クラシックなど色々な音楽を演奏する事のできる楽しい楽器です。

● 【活動内容】

● 大正琴を演奏する

● 【主な活動日と時間】

● 月2回水曜日 午後

● 【講師(敬称略)】

● おかもと みつよ
● 岡本 光代

● 【連絡先】 よしの いくこ 吉野 郁子

● TEL:0422-31-9522



カメラータむさしの

ルネッサンス、バロック期の声楽曲を中心に
とりあげ、古楽の第一人者、宇田川貞夫先生
の指導のもと、練習を重ねています。
各パートを一人で歌えることを目標に、小編
成のアンサンブルを楽しんでいます。
昨年から新たにモンテヴェルディの四声のミ
サ曲に取り組んでいます。

【活動内容】

混声合唱

【主な活動日と時間】

月2回月曜日 午後7時～9時

【講師(敬称略)】

うだ がわ さだお
宇田川 貞夫

【連絡先】 よしざき けいこ
吉崎 敬子

TEL:0422-38-6454

クール・ホワイエ

団員一同、作曲家荻久保和明指揮のもと、音
楽の高みを目指し練習に励んでいます。



【活動内容】

女声合唱

【主な活動日と時間】

毎週月曜日 午前10時～正午

【講師(敬称略)】

お ぎ く ぼ か ず あ き
荻久保 和明

【連絡先】 やぐち さちこ
矢口 幸子

E-Mail: loveponta817@gmail.com

コーラスグループ「ドリーム」

病気と闘っている方や、様々な立場の方が、
みんなと一緒に歌えることを「生きがい」のひ
とつとして、毎月1回集まって、いろいろな分
野の歌に挑戦しています。
上手に歌うことよりも、楽しく歌うことを大切
にしている中高年の混声コーラスグループで
す。

【活動内容】

中高年の混声コーラス

【主な活動日と時間】

毎月第1日曜日(月1回) 午後2時～4時

【講師(敬称略)】

と や たけし
戸谷 剛

【連絡先】 かとう りきや
加藤 力弥

TEL:070-4227-9623(※夜7～9時)

E-Mail: rickykato@jcom.zaq.ne.jp

きょうなん
コール境南

2000年に発足し、現在は20人弱のグループですが、多才な指導者の優しく丁寧な指導と、単独でコンサートも行うピアニストの伴奏で、歌う楽しさを感じて和気あいあいと練習をしています。

合唱は初めての方も、歌うのは十数年振りの方も、気軽に見学に来て下さい。

-
- 【活動内容】
- 女声合唱
-
- 【主な活動日と時間】
- (原則)第2・4月曜日 午後2～4時
-
- 【講師(敬称略)】
- くりはら ひろし
- 栗原 寛
-
- 【連絡先】 たけうち てるこ
- 竹内 輝子
- TEL:0422-39-3760
- 090-6522-1736

【E-Mail】 chor.kyonan.1206@gmail.com

こんせいがっしょうだん

混声合唱団コールクライス

1987年に東京都武蔵野市にて結成された混声合唱団で、質の高い、そして心響く歌声での混声合唱をめざしています。

作曲家 荻久保和明先生の作品をはじめ、国内外の混声合唱曲を歌い続けています。

-
- 【活動内容】
- 混声合唱
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週水曜日 午後7時～9時15分
-
- 【講師(敬称略)】
- おぎくぼ かずあき
- 荻久保 和明
-
- 【連絡先】 かなまる ゆ み こ
- 金丸 由美子
- TEL:0422-37-6163
-

【E-Mail】 kreischor-manager@googlegroups.com



じょせい
女声アンサンブル
イエローソックス
Yellow Sox

2010年9月結成。さまざまなジャンルのいい曲をいい響きで歌うことを目標としています。

丁寧で熱意あふれる先生による指導日と自主練習日を織り交せて、仲間の輪を広げ親睦を深めながら毎週楽しく活動しています。見学入団いつでも歓迎です。

●【活動内容】
● 女声合唱

●【主な活動日と時間】
● 毎週火曜日 午後6時～9時

●【講師(敬称略)】
● こば よしのり
● 木場 義則

●【連絡先】かわむら けいこ 川村 桂子
● TEL:090-1996-6023
● E-Mail:
● keiko2204k102@gmail.com

じょせいがっしょうだん
女声合唱団「ドルチェ」

心をひとつにして、美しいハーモニーを作り上げたい。
そんな気持ちで練習に励んでいます。
団員募集中です。



●【活動内容】
● 女声合唱

●【主な活動日と時間】
● 毎週月曜日 午前10時～正午

●【講師(敬称略)】
● はたお なおこ
● 畑尾 奈緒子

●【連絡先】いけだ やすこ 池田 泰子
● TEL:090-2404-0843

フローラ・むさしの

丁寧なそして楽しい指導で、初めての方も発声を学び、ハーモニーを楽しむことができます。
市民会館文化祭、市民音楽会への参加など発表の機会もあります。
見学随時。
練習日、公開レッスンの予定などは、ホームページのブログでご覧ください。

●【ホームページ】 <https://flora-musashino.jimdofree.com/>
●【ブログ】 <https://ameblo.jp/flora-musashino/>

●【活動内容】女声合唱

●【主な活動日と時間】
● 月曜日 午後2時～午後4時(月3回)

●【講師(敬称略)】
● たしろ かずひさ ほりこし ゆうこ
● 田代 和久(指揮)、堀越 夕子(ピアノ)

●【連絡先】やまもと かずこ 山本 和子
● TEL:0422-31-0905



ホームページ



ブログ

むさしのしみがっしょうだん
武蔵野市民合唱団

武蔵野市を拠点に活動している混声合唱団です。国内・海外にこだわらず数々の名曲・クラシック曲を作曲家、アレンジャーでもある指揮者のきめ細かな、芸術性を高めた音創りで、合唱の素晴らしさを味わっています。成果を発表。発声（お腹を使って声を出す）は健康維持の助けになります。いつでも見学においで下さい。大歓迎です。

-
- 【活動内容】
- 混声合唱
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週水曜日 午後6時30分～8時45分
-
- 【講師（敬称略）】
- よしおか ひろゆき
- 常任指揮者：吉岡 弘行
- とくなが つねお
- 【連絡先】徳永 庸夫
- TEL:090-2736-1547
-
-
-

の がっしょうだん かぜ
むさし野ジュニア合唱団「風」

1998年4月1日に設立。
 毎年、武蔵野市民文化会館大ホールにて定期演奏会を開催しています。
 歌が大好き、仲間が大好きな小学生から大学生までの子どもたちが、いつも賑やかに練習しています。

-
- 【活動内容】
- ジュニア合唱
-
- 【主な活動日と時間】 市民会館ほか
- 金曜日 午後6時～8時
- 土曜日 日曜日 午後2時～5時
-
- 【講師（敬称略）】
- まえだ よしこ
- 前田 美子
- かけみず のぶこ
- 【連絡先】掛水 信子
- TEL:090-9855-0119

【E-Mail】 kaze.chorus.musashino@gmail.com

【ホームページ】 <https://musashino-gasshou-kaze.amebaownd.com>



ヴォーカルグループ「青空」^{あおぞら}

2011 年から続く歌の講座です。
昔懐かしいポピュラーや日本のヒット曲(追憶、少年時代、糸、マイウェイ他)などを発声後皆で楽しく歌っています。
音符が読めなくても全然大丈夫、いつでも見学大歓迎です！！



【活動内容】

ポピュラー・ミュージック歌唱

【主な活動日と時間】

毎月第1・3月曜日 午後1時30分～3時

【講師(敬称略)】

いしい み え こ
石井 三榮子

【連絡先】高松 赴^{たかまつ たけし}

TEL:0422-52-1245

E-Mail: ttakeshi@jcom.zaq.ne.jp

おんがくりょうほう

音楽療法せせらぎ会^{かい}

日本音楽療法学会認定音楽療法士 藤本禮子先生を講師に「音楽で心と身体の健康を！」と、地域の60～80歳代の方々が集って活動しています。ストレッチ、懐かしい歌、最近の歌などの歌唱、回想、トーンチャイムやリードホーンなどの合奏を楽しんでいます。定番の曲は「オ・シャンゼリゼ」「北の国から」等です。一度見学にいらっしやいませんか？

【活動内容】

音楽で楽しくストレッチ、歌唱、回想、身体運動、合奏、創作など

【主な活動日と時間】

毎月第3火曜日 午前10時～11時30分

【講師(敬称略)】

ふじもと ひろこ
藤本 禮子

【連絡先】田村 仁良^{たむら じろう}

TEL:0422-53-5937

E-Mail:

tamura.jiro@jcom.zaq.ne.jp

せいがくどうこうかい

声楽同好会

ボイストレーニングで発声練習を25分～30分、その後先生の選ばれた曲、会員の希望曲など。
会を始めて約10年を過ぎました。
ザックバランな小川先生のご指導が好評で会員が増え、古い会員も新しい会員もとても仲良しで楽しんでいます。
ご希望の方大歓迎！！

【活動内容】

季節の歌、抒情歌、童謡など
老若男女を問わず

【主な活動日と時間】

毎月第2・第4金曜日 午後1時～3時

【講師(敬称略)】

おがわ あきこ
小川 明子

【連絡先】原田 照代^{はらだ てるよ}

TEL:090-6525-4938

いちかわか ようきょうしつ

市川歌謡教室

カラオケは好きだけど人前ではチョット、また音感がイマイチ、と言う方、発声練習から始め1小節ずつ指導し、初心者も楽しめる和気あいあいとした教室です。

とても楽しく、いつの間にかレパートリーも増えたと喜ばれています。

是非一度体験にいらして下さい。



【活動内容】

発声から始めるカラオケ教室

【主な活動日と時間】

・月曜、水曜クラス：第1月曜日・第4水曜日

・火曜クラス：第1・第3火曜日

・火曜クラス：第2・第4火曜日

いずれも午後2時～4時

【講師(敬称略)】

いちかわ さよこ
市川 佐訢子

【連絡先】

はやた ちよこ
早田 千代子

TEL:090-4708-3068

にちようかい

日謡会

日本民謡を愛好するもの同志の集まりで、会員の豊かな心と融和を大切にしたい親睦団体です。

伴奏は常時、三味線、尺八、太鼓のボランティアで、会員25名の参加を得て活動しております。

日本民謡に興味のある方、是非一度見学にお出掛け下さい。楽しく民謡を唄いましょう。

【活動内容】

日本民謡

【主な活動日と時間】

月2回日曜日 午後1時～5時

【講師(敬称略)】

【連絡先】

くさかべ よししげ
草壁 義重

TEL:090-5822-6165



さんせいかい こんごうりゅうようきょくかい

三精会(金剛流謡曲会)

山田先生の指導のもと、能の地拍子を学んでいます。地拍子は囃子に合わせた謡曲です。能楽堂や武蔵野芸能劇場の発表会、市民会館文化祭に参加して仕舞、地謡の実演を行っています。

【活動内容】

能の地拍子のけいこ

【主な活動日と時間】

毎週土曜日又は日曜日 午後1時～5時

【講師(敬称略)】

やまだ すみお
山田 純夫

【連絡先】三澤 建美

TEL:0422-22-1536

E-Mail:

nqg31230@jcom.zaq.ne.jp

かい こんごうりゅうようきょくかい

つぼみの会(金剛流謡曲会)

能楽師山田先生の指導のもと、個人、団体で謡曲と仕舞を学んでいます。春と秋には、成果発表会を能楽堂で行い、その他に夏の合宿、納涼の夕べ、また能楽堂での能楽鑑賞等、楽しい催しを行っています。初心者も経験者も歓迎します。

【活動内容】

謡曲と仕舞のけいこ

【主な活動日と時間】

毎週火曜日 午後1時～5時

【講師(敬称略)】

やまだ すみお
山田 純夫

【連絡先】三澤 建美

TEL: 0422-22-1536

E-Mail:

nqg31230@jcom.zaq.ne.jp

こうほうかいむ さし の ぎんえいぶ
宏方会武蔵野吟詠部

漢詩や和歌・歌謡吟詠など、腹式により、大きな声で吟じ、ストレス解消に、美容と健康に大変良いです。
色々な漢詩・漢文も覚えますので、是非体験してみてください。

● 【活動内容】
● 詩吟

● 【主な活動日と時間】

● 第1・2・4月曜日 午前10時～正午

● 第1・2・3水曜日 午後1時半～3時半

● 【講師(敬称略)】

● えびさわ こうほう
● 海老澤 宏方(女性クラウン吟士)

● 【連絡先】 ほうじょう ひさえ
● 北 條 久恵

● TEL:0422-53-8280
●
●



げきだん しば いや がく や
劇団 芝居屋楽屋

これまで、市民が中心になって演劇を通して市内の芸術文化や地域社会への関心を深めていく為活動してきました。市内のお祭りやイベントに参加をしたり、武蔵野芸能劇場にて舞台公演を行っています。

学生から70代の方まで老若男女一緒に活動をしています。新規会員大募集中です。ご連絡お待ちしております！

● 【活動内容】

● 演劇を通し、芸術発展、ボランティア活動、
● 地域活性化する活動をします。

● 【主な活動日と時間】

● 毎月第4水曜日 午後4時から

● 【講師(敬称略)】

● 【連絡先】 いしかわ まさあき
● 石川 政明

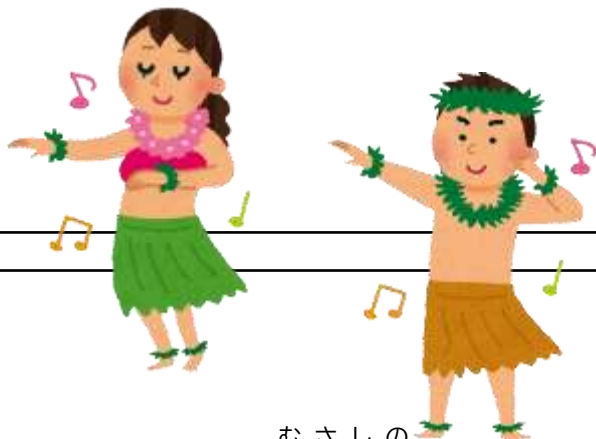
● TEL:090-6174-7075

● E-Mail:

● i.a.main.note@gmail.com
●

ピカケ

いつも明るく楽しくフラダンスのレッスンをしています。発表会やボランティアにも行きます。
初心者歓迎！体験レッスンに来て下さい。



【活動内容】

フラダンスサークル

【主な活動日と時間】

水曜日 午後6時～

【講師(敬称略)】

しいの みか
椎野 美香

【連絡先】島崎 まさ子

TEL:090-2556-5305

E-Mail:

namanuhoochenoikala@gmail.com

むさしの フラ武蔵野

美しいハワイアンミュージックを聴きながら心と身体をリフレッシュしませんか？
「無理せず、楽しく！」をモットーに、現在50歳代以上、少人数でレッスンをしています。
興味ある方はぜひご連絡下さい。

【活動内容】

フラダンス

【主な活動日と時間】

毎週水曜日

午前10時15分～正午

【講師(敬称略)】

いのうえ よしみ
井上 芳美

【連絡先】小笠原 ゆうこ

TEL:090-1552-2382

むさしの 武蔵野フラ

シニア世代のフラダンス教室です。
ハワイアンミュージックに合わせて少人数で和気あいあい楽しくレッスンしています。
日頃の運動不足の解消に一緒にフラを楽しみませんか？

【活動内容】

フラダンス

【主な活動日と時間】

毎週土曜日 午後1時～

（土曜日の午後6時～、日曜日に変更になることがあります）

【講師(敬称略)】

いのうえ よしみ
井上 芳美

【連絡先】本島 郁子

TEL:090-4006-2475

リイリイ ハウオリ

初心者から楽しくレッスンしています。
とにかく笑顔でエレガントなフラを目指して
皆で和気あいあい ALOHA な心をもって
レッスンしております。
年に数回イベント出演もございます。

-
- 【活動内容】
- フラ
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週水曜日(市民会館ほか)
- 午前10時～11時30分
-
- 【講師(敬称略)】
- ながた
- 永田 めぐみ
-
- 【連絡先】 まゆづみ 黛 みどり
- TEL:0422-53-0271(留守番電話)
-
-

さくらづつみ

桜 堤 バレエサークル

クラシックバレエの正しい技法を学びつつ、リ
ズムに合わせて楽しく踊りながら、健康な身
体づくりを目指しています。
市民会館の文化祭に毎年参加し、公開レッス
ンを行っています。
体験レッスンは随時受付中。4歳から入会で
きます。

-
- 【活動内容】
- クラシックバレエレッスン
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週土曜日、日曜日
- 午前10時～午後3時30分
- ※不定期に実施
-
- 【講師(敬称略)】
- いちはし けいこ
- 市橋 敬子(東京シティバレエ団出身)
-

【E-Mail】 sakura-ballet@hotmail.com
【ホームページ】 <https://sakura-ballet.jimdofree.com/>



スミレダンスサークル

佐藤先生の指導で、マナーを守り楽しく、スタ
ンダードとラテンを踊っています。
年1回秋に総合体育館で、連合会のサークル
発表会をしていますので、皆様もぜひ参加し
て下さい。

-
-
- 【活動内容】
- ソシアルダンスのレッスン
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週水曜日 午後2時～4時
-
- 【講師(敬称略)】
- さとう しょういち
- 佐藤 昭一
-
-
- 【連絡先】 くろいわ ちよこ 黒岩 千代子
- TEL:0422-53-5327
-
-



イージェー ダ ンス ソ サ イ エ ティ
E. J. DANCE SOCIETY

当会では主に第1・2・3・4火曜日にダンスのレッスンを行なっています。

TV、舞台出演、振り付け経験のある講師が丁寧に指導します。秋には楽しいステージ発表！！

見学随时OK。初心者の方大歓迎。一緒に気持ち良い汗を流しましょう。

【活動内容】

JAZZ、HIPHOP DANCE

【主な活動日と時間】

第1・第2・第3・第4火曜日

18:00～19:20 初中級(中学生～大人)

19:30～21:00 入門(大人)

【講師(敬称略)】 いくた りえ 生田 麗恵

【連絡先】 あずまや みほ 東谷 美穂

E-Mail: ejej.dance@gmail.com

かい
カントリーダンスの会
ワイルドウッド フラワーズ
Wildwood Flowers

カントリーの曲に合わせて踊ります。くり返しの踊りで足、腰には良い運動となります。男女年令問わず楽しく踊れます。

【活動内容】

カントリーの曲に合わせて踊る、カントリーダンス

【主な活動日と時間】

毎週月曜日 午後1時～5時

【講師(敬称略)】

さかみ みえこ 酒見 美恵子

【連絡先】 ながつか よしこ 長束 良子

TEL:0422-51-4511



にほんぶようきょうしつ
こども日本舞踊教室
みこうかい
美光会

小学校1年生から高校生までが、日本舞踊をけいこする事で日本の伝統と礼儀等の学習をしています。

満4歳からのおけいこが可能で秋の文化祭を楽しみにがんばっています。

【活動内容】

日本舞踊

【主な活動日と時間】

土曜日 午後1時～8時

【講師(敬称略)】

わかやぎ みこう 若柳 美光

【連絡先】 てらだ あきこ 寺田 章子

TEL:0422-53-0055



リズム体操

市内でながく愛され続けたリズム体操です。
継続して行う事で筋肉や骨格が整い体幹がつかわれ、からだが甦ります。
メロディーに合わせて楽しく簡単動作から始めましょう。

-
- 【活動内容】
- リズム体操でリフレッシュ
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週月曜日 午前10時～正午
- （8月を除く）
-
- 【講師(敬称略)】
- もりかわ こ
- 森川 ひさ子
-
- 【連絡先】 たかばやし のりこ 鷹林 紀子
- TEL:090-4748-8022
-
-



ローズマリー

現在6名のアットホームなサークルです。膝や腰に負担をかけないように、わかり易い動きで進行していきます。
運動の前後にストレッチを行い、腹筋などの筋トレも取り入れますので、動く時間は約45分です。
1時間30分、集中して、良い汗をかいています。1回体験できます。

-
- 【活動内容】
- エアロビクス
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎週月曜日 午前10時15分～11時45分
- （祝祭日、春夏冬休み期間は除く）
-
- 【講師(敬称略)】
- おおにし ちえ
- 大西 智恵
-
- 【連絡先】 きのした あり 木下 亜利
- TEL:0422-50-4480
-
-



サリーズ ピラティス

ピラティスとは負傷兵のリハビリに端を発するエクササイズで、体幹のインナーマッスルを鍛えて、正しい姿勢や、動きやすく、痛めにくい体を目指します。

何か運動を始めたい方に最適！

週1回市民会館で楽しく体を動かしていますので、興味がある方はぜひ体験クラスにお越しください（武蔵野市在住の女性の方に限ります）。

- 【活動内容】
- ピラティス（体幹のインナーマッスルと柔軟性強化のエクササイズ）
- 【主な活動日と時間】
- 毎週土曜日 午前10時30分～11時30分
- または午後6時～7時
- 【講師（敬称略）】
- たさか ともこ
- 田坂 朋子
- 【連絡先】 いわせ まさこ 岩瀬 昌子
- E-Mail:
- masaiwa32841028@ezweb.ne.jp

むさしの ダンシングハート武蔵野

音楽を聞きながら気持ち良く、楽しく身体を動かしませんか？

呼吸を意識しながら行うストレッチで、身体の歪みを整えながらストレスを発散し、若さを保ちましょう。

見学可。無料体験有り。

- 【活動内容】
- 呼吸法とストレッチ体操
- 【主な活動日と時間】
- 毎週月曜日 午前10時～正午
- 【講師（敬称略）】
- おがわ あい
- 小川 愛
- 【連絡先】 たかはし もとこ 高橋 元子
- TEL:0422-51-5981



たいきょくけんむ さし のはくつるかい

太極拳武蔵野白鶴会

太極拳・八段錦は中国に伝わる健康法。年齢を問わず親しむことができ、運動が苦手という人や、身体が硬いという人でも気軽に始められるのが魅力です。

心と呼吸、動きの調和をめざし、ゆっくりとした動きで、生涯続けることができる運動です。

時間帯①②は同じメニューで稽古しています。ご都合の良い時間帯にご参加ください。

【活動内容】

揚名時太極拳・八段錦

【主な活動日と時間】

月4回金曜日

①午前9時30分～10時30分

②午前10時45分～11時45分

【講師(敬称略)】

さいとう みつこ
齋藤 光子

【連絡先】小泉 悦子

TEL:090-9105-6814
0422-36-0653



しょうりんきこうかい

少林気功会

ゆったりした動作と深い呼吸で心身ともにリラックスできる気功健康法です。健康、長寿、減肥、美容に役立ち、コロナ・病気になりにくい体質をつくりましょう。季節により食べ物も指導します。また、慢性病関係の“つぼ”についても丁寧に指導します。

【ホームページ】

<http://www.shinkoukikou.jp>

【E-Mail】

shinkoukikou@rose.plala.or.jp



【活動内容】気功練習

【主な活動日と時間】

①毎週火曜日

午前10時～11時30分(上級・高級)

午前10時～11時30分(初級・中級)

②毎週土曜日

午後1時40分～3時10分(初級)

【講師(敬称略)】沈 立君

(現在 武蔵境イトーヨーカドー気功講師)

【連絡先】深田 英基

TEL:080-4838-3149

いあいどう むさしのけんしゅうかい

居合道武蔵野剣修会

居合道は日本精神の象徴と考えられる日本刀の操法により、礼儀作法を常とし、正しい姿勢、全身の機敏な動きで心身の鍛錬と人格の養成を心がけています。

小学生より一般の大人の方まで男女を問わず皆様のおいでをお待ちいたします。

●
●
●【活動内容】

居合剣修

●
●【主な活動日と時間】

毎週日曜日 午前9時～11時30分

●
●【講師(敬称略)】

●
●
●
●【連絡先】 むらまつ ゆき 村松 幸

TEL:0422-51-3345



むさしのけんどうれんめい

武蔵野剣道連盟

いあいどうぶかい

居合道部会

日本人の心の象徴である日本刀の正しい操作を身につけます。

居合道稽古を通じて人間形成・美しく正しい礼法の習得・心身の充実を目指します。

年齢・性別は問いません。見学歓迎。

【E-Mail】 mu.iaidou@outlook.jp

【ホームページ】 <https://muiaidou.wixsite.com/website>

●
●【活動内容】

居合道の稽古。日本刀を通じ、礼儀作法のもと、技の習得をはかる。

●
●【主な活動日と時間】

毎週日曜日 午後1時30分～3時30分
毎月3～4回

●
●【講師(敬称略)】

こやま たかのぶ
小山 高伸

●
●
●【連絡先】 なみき しげお 並木 茂男



ジモッピーネット

人とのつながりが感じられる地域にしたいとの思いで、定例活動日に学び合う。地元の野菜を使った親子料理教室や、地域を知るためのまち歩きなどの体験学習講座を開催。市民会館文化祭では、毎年、「住み良い地域づくり」を目指す公開講座を開催。

-
- 【活動内容】
- 住み良い地域づくりを目指し、他団体と連携した継続的学習活動
-
- 【主な活動日と時間】
- 第1土曜日 午後2～4時
-
- 【講師(敬称略)】
- 随時、テーマに合わせて依頼
-
- たなか すみえ
- 【連絡先】 田中 純江
- TEL:0422-54-8892
- E-Mail:sumie634@jcom.zaq.ne.jp
-

しんにほんふじん かい はん 新日本婦人の会 ひばり班

「ジェンダー平等」「貧困・格差解消」「保育・教育」「年金」「国民健康保険」等、身近な問題を取り上げて学習をしたり、被爆体験者や沖縄の方の話を聞いたりして、平和についての学びもしています。「安全な食」を求めて、産直活動や大豆トラスト運動をし、情操を豊かにするため美術館めぐりもしています。

-
- 【活動内容】
- ジェンダー平等、貧困・格差解消、平和とくらし、人権を守るための学習活動
-
- 【主な活動日と時間】
- 毎月第3日曜日 午前10時～正午
-
- 【講師(敬称略)】
-
- ちば まゆみ
- 【連絡先】 千葉 真弓
- TEL:080-9388-9477
-
-



むさしの もり そだ かい 武蔵野の森を育てる会

武蔵野の雑木林が残っている境山野緑地は、将来に残すべき貴重な自然空間(プロジェクト未来遺産2016登録)です。適切な手入れ方法を学び保全作業に取り組んでいます。会員は小学生から80代まで多様で、それぞれの得意を生かして活動中。他団体との交流も盛んです。

-
- 【活動内容】
- 武蔵野市立境山野緑地の保全活動(武蔵野の雑木林と生物多様性を学ぶ)
-
- 【主な活動日と時間】
- 第2・第4日曜日、他
- 午前9時～11時
- (但し、10月～4月は10時～正午)
-
- 【講師(敬称略)】
- 場面に応じて適宜依頼
-
- たなか まさふみ
- 【連絡先】 田中 雅文
- TEL:090-5533-2316
- E-Mail:info.mnomori@gmail.com
-

索引

E	E.J.DANCE SOCIETY	22	き	郷土美術館研究会	1
N	NBD 吹奏楽団	11		着楽会	6
あ	秋津書道会	5	く	クール・ホワイエ	12
	アトリエ権	7		グループファインアート	8
	アトリエ・コスモ	7	け	劇団 芝居屋樂屋	19
	アトリエ独歩の森	7	こ	紅萌会	5
	アトリエ・虹	8		宏方会武蔵野吟詠部	19
い	居合道武蔵野剣修会	26		コーラスグループ「ドリーム」	12
	市川歌謡教室	17		コール境南	13
う	ウイステリアの会	2		コスモスライン花	5
	ヴォーカルグループ「青空」	16		こども日本舞踊教室美光会	22
え	絵手紙あゆみ	10		古文書の会	4
	絵てがみクラブ	10		古文書を楽しむ会	4
	絵手紙れもんの会	10		混声合唱団コールクライス	13
お	音楽療法せせらぎ会	16	さ	桜堤バレエサークル	21
か	絵画サークルひこばえ	8		シリーズ ピラティス	24
	カメラータむさしの	12		三精会(金剛流謡曲会)	18
	カントリーダンスの会 Wildwood Flowers	22			

し	ジモッピーネット	27	ほ	ボランティアきもの藍の会	6
	少林気功会	25	み	みほセンセイの王朝文学サロン	1
	女声アンサンブル Yellow Sox...	14	む	武蔵野剣道連盟居合道部会	26
	女声合唱団「ドルチェ」.....	14		むさしの琴の会(合奏部)	11
	新日本婦人の会 ひばり班	27		むさしの琴の会(華音)	11
す	スマレダンスサークル	21		武蔵野コントラクトブリッジ同好会 ..	1
せ	声楽同好会	16		武蔵野市民合唱団	15
た	太極拳武蔵野白鶴会	25		むさし野ジュニア合唱団「風」	15
	ダンシングハート武蔵野	24		武蔵野の森を育てる会	27
ち	中文学習班	2		むさしのパステル画会	9
つ	つぼみの会(金剛流謡曲会)	18		武蔵野ヒップファミリークラブ	3
に	日謡会	17		武蔵野フラ	20
	日本アニメーター演出協会 クロッキー会	9		武蔵野ふれあい古文書会	4
	日本リアリズム写真集団	9	よ	洋菓子教室 ふれじえ	6
ひ	ピカケ	20	り	リイリイ ハウオリ	21
ふ	芙蓉の会	2		リズム体操	23
	フラ武蔵野	20		リフレッシュ英語サークル (略称R. E. C)	3
	フレンドリー英会話サークル	3	ろ	ローズマリー	23
	フローラ・むさしの	14			

「交流」
定期利用団体のご案内
令和7年度版

発行年月 令和7年4月

編集・発行 武蔵野市民会館

〒180-0022

武蔵野市境 2-3-7

TEL:0422-51-9144