

令和8年度

武蔵野市民会館

# 交 流

定期利用団体のご案内



## インターネットからの閲覧

武蔵野市民会館 交流 定期利用団体

検索

## お問い合わせ

武蔵野市民会館 0422-51-9144

土・日・祝除く 9時～17時

# 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
歌唱 .....	12
合唱 .....	12
音楽療法.....	15
声楽 .....	15
カラオケ.....	15
民謡 .....	16

## 芸能

謡曲.....	16
詩吟.....	17
演劇.....	17

## 舞踊・ダンス

フラ .....	18
ソシアルダンス .....	18
ダンス .....	19
レクリエーションダンス .....	19

## スポーツ・運動

リズム体操.....	20
エアロビクス .....	20
ピラティス .....	20
ストレッチ .....	21
気功.....	21
居合道 .....	22

## 地域・福祉

地域・福祉.....	23
------------	----



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



かい  
**ウイステリアの会**

テキストを使つての学習とフリートーキングを  
おこなう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

ご べんきょうかい  
**フランス語勉強会**  
アグレアーブル  
**Agréable**

フランス語が好きな皆さんと会話練習を中心  
に楽しく勉強しています。  
「快い・心地よい」を意味する「アグレアーブル」  
な学びの場となるように心がけていま  
す。  
ご興味のある方は、ぜひ一緒にフランス語を  
楽しみましょう。

●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●

【活動内容】

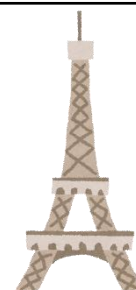
フランス語を楽しく学びあう  
初級(入門)・中級レベル

【主な活動日と時間】

第1・第3木曜日  
午前10時～または午前11時～  
1時間くらい

【E-Mail】

bievre1989611@gmail.com



えいかいわ  
フレンドリー英会話サークル

講師は創価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）

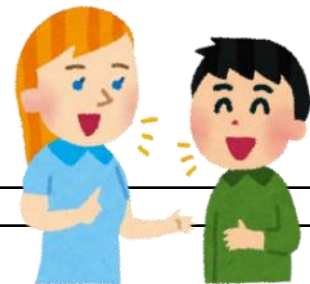
●  
●  
●【活動内容】  
● 英会話

●【主な活動日と時間】

● 毎週水曜日  
● 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



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

●【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 , Amanda , Lance

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





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)】

おかの ようこ  
岡野 葉子



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



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】

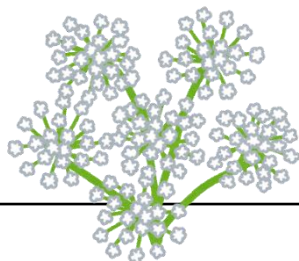
フラワーアレンジメント

【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



きらくかい  
**着楽会**

最初に長襦袢までを、それぞれの紐の結び方を学びながら練習していただきます。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。

始めてみませんか？

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。

【活動内容】

着付

【主な活動日と時間】

月2回金曜日、月2回日曜日  
午後1時～3時

【講師(敬称略)】

しみず はるみ  
清水 治美



あい かい  
**ボランティアきもの藍の会**

着付を基本から学び、美しい着物姿を目指すと同時に、着物を通して社会に対し、ボランティア活動を行う会です。

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。

【活動内容】

着付練習、成人式等のボランティア活動

【主な活動日と時間】

月2回水曜日(原則) 午後1時～5時

【講師(敬称略)】

すぎき いつよ  
須崎 伊都夜

よう がしきょうしつ  
**洋菓子教室 ふれじえ**

ヨーロッパのお菓子好きが集まって10年余り続いている、会員数現在7名の小さい集まりです。

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。

【活動内容】

ヨーロッパのお菓子作りを基礎から学ぶ

【主な活動日と時間】

毎月第4月曜日・第4土曜日  
午後1時～3時

【講師(敬称略)】

いわさき のりこ  
岩崎 紀子



## かい アトリエ権

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



## 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 えいち  
阿部 栄一(独立美術協会会員)

【E-Mail】  
gori4812@gmail.com



## どっぼ 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30分～正午

【講師(敬称略)】  
かわばた やすこ  
川端 保子





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

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

●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●  
●

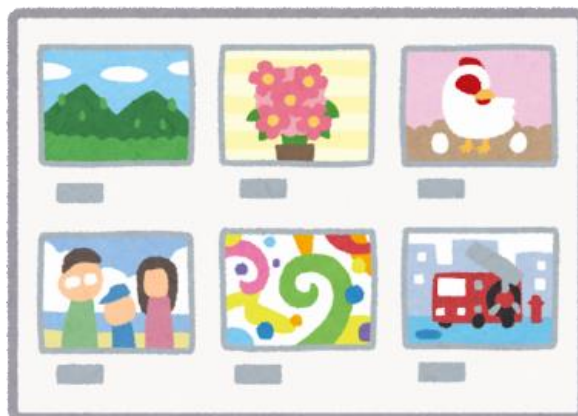
【主な活動日と時間】

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



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
- 【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



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

あおぞら  
ヴォーカルグループ「青空」

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

【E-Mail】 m0131-muto-shinichi@docomo.ne.jp

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行っ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

【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、歌うのはン十年振りの方も、気軽に見学に来て下さい。

【活動内容】

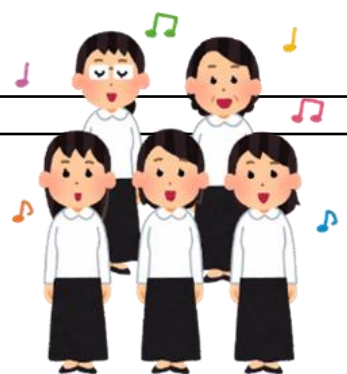
女声合唱

【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



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

【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ぜて、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

## 【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

## 音楽（合唱）

### 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をご覧ください。

【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 田代 和久(指揮)、ほりこし ゆうこ 堀越 夕子(ピアノ)



ホームページ



ブログ

### むさしのしみんがっしょうだん 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て下さい。大歓迎です。

● 【ホームページ】 <https://ms-chor.sakura.ne.jp/>

● 【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)】

● 常任指揮者：よしおか ひろゆき 吉岡 弘行



### 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。

● 【E-Mail】 [kaze.chorus.musashino@gmail.com](mailto:kaze.chorus.musashino@gmail.com)

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

● 【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



おんがくりょうほう かい  
**音楽療法せせらぎ会**

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ゃいませんか？

- 
- 
- **【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
- **【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
- 
- 
- 



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 佐誉子
- 
- 







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



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ございます。  
お気軽にお問い合わせください。

- 【活動内容】
- フラ
- 【主な活動日と時間】
- 毎週水曜日
- 午前10時～11時30分
- 【講師(敬称略)】
- ながた
- 永田 めぐみ

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



## 舞踊・ダンス（ダンス・レクリエーションダンス）

### イージ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！！  
見学随時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
- 【E-Mail】
- [ejej.dance@gmail.com](mailto: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。  
男女年齢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



### むさしの 武蔵野レクダンス アイリス

やさしい動きで誰でもすぐに踊れるダンスです。  
J-POP から洋楽・クラシックまで、さまざまなジャンルの音楽にのせて楽しく体を動かします。  
初心者大歓迎！一緒に健康づくりをしましょう！

- 【活動内容】
- レクリエーションダンス
- 【主な活動日と時間】
- 毎週火曜日 午後1時 30分～4時
- 【講師(敬称略)】
- こうしゃ にほん れんめい (公社)日本フォークダンス連盟
- こうにんしどうしゃ レクダンス公認指導者
- 【E-Mail】
- [iris.rec.dance@gmail.com](mailto:iris.rec.dance@gmail.com)





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
- 【E-Mail】  
moko\_raimu@icloud.com

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>



- 【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)】 ちん りっくん  
沈 立君  
(現在 武蔵境イトーヨーカドー気功講師)

● 【E-Mail】 shinkoukikou@rose.plala.or.jp





## ジモッピーパーネット

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
- 【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
- 【E-Mail】  
njwa\_mu@yahoo.co.jp



## 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、環境省「自然共生サイト」認定)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)
- 【E-Mail】  
info.mnomori@gmail.com
- 【HP】  【X】 

# 索引

E	E.J.DANCE SOCIETY.....	19	く	グループファインアート.....	8
N	NBD 吹奏楽団.....	11	け	劇団 芝居屋樂屋.....	17
あ	秋津書道会.....	5	こ	紅萌会.....	5
	アトリエ権.....	7		宏方会武蔵野吟詠部.....	17
	アトリエ・コスモ.....	7		コーラスグループ「ドリーム」.....	12
	アトリエ独歩の森.....	7		コール境南.....	12
	アトリエ・虹.....	8		コスモスライン花.....	5
い	居合道武蔵野剣修会.....	22		古文書の会.....	4
	市川歌謡教室.....	15		古文書を楽しむ会.....	4
う	ウイステリアの会.....	2		混声合唱団コールクライス.....	13
	ヴォーカルグループ「青空」.....	12	さ	サリーズ ピラティス.....	20
え	絵てがみクラブ.....	10		三精会(金剛流謡曲会).....	16
	絵手紙れもんの会.....	10	し	ジモッピーネット.....	23
お	音楽療法せせらぎ会.....	15		少林気功会.....	21
か	カントリーダンスの会 Wildwood Flowers.....	19		女声アンサンブル Yellow Sox ...	13
き	郷土美術館研究会.....	1		女声合唱団「ドルチェ」.....	13
	着楽会.....	6		新日本婦人の会 ひばり班.....	23

す	スミレダンスサークル.....	18	む	武蔵野剣道連盟居合道部会 .....	22
せ	声楽同好会 .....	15	む	さしの琴の会(合奏部) .....	11
た	ダンシングハート武蔵野 .....	21	む	さしの琴の会(華音) .....	11
つ	つぼみの会(金剛流謡曲会) .....	16	武蔵野コントラクトブリッジ同好会 ..	1	
に	日謡会.....	16	武蔵野市民合唱団 .....	14	
	日本アニメーター演出協会		む	さし野ジュニア合唱団「風」.....	14
	クロッキー会 .....	8	武蔵野の森を育てる会 .....	23	
	日本リアリズム写真集団.....	9	む	さしのパステル画会.....	9
ふ	芙蓉の会.....	2	武蔵野ヒップファミリークラブ .....	3	
	フラ武蔵野.....	18	武蔵野ふれあい古文書会.....	4	
	フランス語勉強会 Agréable .....	2	武蔵野レクダンス アイリス.....	19	
	フレンドリー英会話サークル.....	3	よ	洋菓子教室 ふれじえ.....	6
	フローラ・むさしの.....	14	り	リイリイ ハウオリ.....	18
ほ	ボランティアきもの藍の会.....	6	リズム体操.....	20	
み	みほセンセイの王朝文学サロン.....	1	リフレッシュ英語サークル (略称R. E. C) .....	3	
			ろ	ローズマリー .....	20

「交流」  
定期利用団体のご案内  
令和8年度

発行年月 令和8年4月

編集・発行 武蔵野市民会館