

いつでも・どこでも・どなたでも

平成28年度

生涯学習教室・グループのご案内



青木村公民館では、さまざまな教室や団体が活動を行っています。
共に学び、話し合える仲間の輪を広げ、いきいきとした日々を送るため、
あなたも何か始めてみませんか。

サークルの参加について

対象者 原則として、青木村にお住まいの方、もしくはお勤めの方。

参加方法 ご希望の教室・グループの代表者に直接連絡してください。

お問い合わせ先：青木村公民館 TEL・**情** 49-2224

文化系・学習サークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
青木村 義民太鼓保存会	毎週木曜日 19:30~21:30 年会費 10,000円 (保険料込)	宮入 貞嘉 (090-2758-1427)	和太鼓は体中で表現できる、スポーツと音楽がひとつになって楽しめる楽器です。個人はもとよりグループの参加も歓迎いたします。一緒に楽しみましょう。	
青 木 ギターマンドリン	第3・4水曜日 (12月~2月休み) 19:30~ 無 料	大橋 弘幸 (49-1737) (075-932-1274)	ふしぎな力を持つ音楽。ギターに限らず、自分好みの楽器(リコーダ、ハーモニカ等)を持ち寄り、簡単な曲を合奏しましょう。20年以上続くこのクラブで生涯「音楽する」きっかけを作りましょう。	
ハーモニカ愛好会	第1・3金曜日 19:30~21:00 会費 月2回、2500円	深澤 澄恵 (49-2341)	昔なつかしいハーモニカの音色にみせられて集まった仲間です。初心者の方でも、先生が丁寧に教えてくれるので、短時間でふけるようになります。一曲ふけると、とても嬉しく、楽しいです。	
青木吹奏楽団	毎週水曜日 19:30~21:00 年会費 1,000円	沓掛 和敏 (090-4230-1237)	初心者から上級者まで一緒に音楽を楽しんでいけるような活動を目指しています。学生時代に吹奏楽をやっていた方、家に楽器が眠っている方、音楽に興味がある方、あなたでも大歓迎です。	
コーラスあおき	第2・4金曜日 20:00~21:30 年会費 12,000円 (月、1000円)	沼田 徳子 (49-3126)	歌の好きな方、年齢問いません。男性も大歓迎です。一緒にハーモニーを楽しみましょう。	
青木村公民館 短歌教室	毎月第3土曜日 13:30~ 年会費 6,000円	尾和智恵子 (49-3182)	月1度の教室も本年2月530号になりました。これも先輩の皆様の熱い思いが休むことなく今に続いている賜物です。これからも自然や自分の心情など歌に託したいと思えます。楽しいグループです。皆さんご参加ください。	
川 柳 教 室	毎月第3木曜日 13:30~15:30 文化会館	沓掛 正一 (49-3701)	笑いが絶えない教室です。 長野県川柳作家連盟副会長の佐藤 崇子さんを先生にお迎えしています。 年に1度青木村川柳大会を開催していますので、この大会だけの参加も歓迎です。	
青木詩吟教室	毎月第2・4木曜日 19:30~21:00	小林 茂 (49-2864)	小人数ですが、おしゃべりしながら楽しく吟じています。大声は健康にもよく無心に朗詠すると漢詩の意味がジーンと心に響きます。	

文化系・学習サークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
古文書教室	毎月第1火曜日 13:30~15:00 無 料	荒川 元男 (49-3377)	永川 強先生の御指導により、郷土にまつわる古文書の解説を通して、参加メンバー間の絆を太くし、コミュニケーションの輪を広げる。今年は真田家関連にも注目の予定。	
青木村陶芸愛好会	毎月第2・4水曜日 (4月~11月) 19:30~21:30 年会費 5,000円 入会金 1,000円	千田てるみ (49-0712)	竹内和男先生のご指導のもと、日用品から大作まで作陶しています。村の文化祭への出品、陶芸家を訪ねる研修旅行も行います。	
英 会 話	第2・4木曜日 20:00~21:00 文化会館	古見 公弘 (49- 2604)	日常で使える活きた英会話をデイビット先生のもと、中学英語レベルで楽しく学んでいます。 Let's enjoy English with us!	
手話教室	第4水曜日 19:30~21:00 年会費 3,000円	上野 仁子 (49-2236)	手話は私たちの身近になってきています。初心者の方もやさしく学べますので、興味のある方はぜひ勉強してみませんか。	
手話ダンスサークル (ハローあおき)	毎月第1・3金曜日 13:30~15:30 文化会館2階 講堂 本部登録料 初回 4,000円 前期 4,000円 後期 3,000円	多田佳奈子 (49-3220)	手話ダンスは歌詞を手話で表現して、ステップをつけて踊ります。手話が初めての方も歌に合わせて自然に楽しく覚えられます。気軽にご参加ください。	
アフリカン・あおき	不定期 参加費 必要に応じて	中山 サチ (070- 5558-8631)	西アフリカのトラディショナルな音楽を中心にダンスや太鼓(Djembe.ジェンベ)、歌を練習します。	
パッチワーク教室	第1・3水曜日 20:00~ 文化会館	召田真由美 (49-3165)	古い布、新しい布、いろいろな布をはぎあわせ袋物や小物を作って、自分のものを作る楽しみを増やしたいと思います。仲間同士で教えあう。	
ジュエリービーズ	月1回 相互都合の良い日 1,500円+材料費	佐藤 寿子 (090-9644-2851)	心をこめて作った世界で1つだけの作品を、自分のために、又は大切な人の為に作れる時間は楽しいひと時です。お仲間と一緒に、なおのこと、御一緒に楽しみましょう。	


文化系・学習サークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
健康マージャン 同好会	毎週火曜日 13:30~17:00 参加費 1回、100円	佐藤 悦夫 (53-5444)	賭けマージャンではありません。和気あい あいとゲームそのものを楽しむ健康マ ージャンです。高齢者の方はボケ防止にも良 いですよ。	
遊々 パソコンクラブ	毎週火曜日 (4月~2月) 19:00~ 月会費 500円	黒澤 和夫 (49-2888)	昨年はエクセルを使用して、毎日計る体重 や血圧をグラフにしてみました。変化がはっ きりと理解できます。 年末は各自が年賀状を作っています。2、 3年と続けていると少しずつ自分でできるよ うになっています。	
フラダンス教室 「らん」	第1・3木曜日 13:30~15:00	上野 仁子 (49-2236)	月2回ハワイアンダンスを踊ります。 体をゆっくり動かしながらハワイアンメロ ディーに合わせて楽しみながら踊りましょ う。 初心者の方も気楽にやってみませんか。	
里山を守る 御富の窯の会	通年 入会金 30,000円	土屋 博資 (31-2209)	バーベキュー等に使う「かた炭」を焼いてみ ませんか。御富の窯の会では里山の整備を 進め炭焼きの材料を確保して、楽しく炭焼 きをしています。希望者は要予約(材料の 準備、炭焼きの指導あり)	
きのこっ子 (リトミック)	第2・4火曜日 文化会館 1回、300円 (※変動あり)	堀内 恵里 (090-4701- 5013)	入園前までのお子さんを対象とした親子リ トミックを行っています。2名の先生をお迎 えし、リズムダンス、紙芝居、工作、手遊び、 季節に合わせたイベントを行っています。 どうぞ気軽にご参加ください!!	
まつぼっくりの会	毎月1回 (図書館) 夏休みと春休み (児童センター)	宮原 弘子 (49-2112)	毎月1回図書館で、小学生中心に読み聞か せや簡単な物作りを、夏休みと春休みに児 童センターで読み聞かせやイベントを行っ ています。	
青木童謡唱歌を うたう会	小学生と歌う会 (10月~11月) 毎月1回 (レポート)	宮原 弘子 (49-2112)	毎月1回レポートで入所者、ボランティアと 一緒に歌う会を、毎年10月~11月に小学 校で子どもたちと一緒に童謡唱歌を歌って います。 レポートでのクリスマスコンサートなど、小 さなイベントを年数回行っています。	
おはなし玉手箱 (幼児の為のお話会)	第4土曜日 午前中 図書館お話し	小林 北コ (49-2834)	私達は年代的に昔話、語りを勉強して幼児 と楽しく過ごしています。 おばあちゃん世代とのふれあいを大切に しています。	

文化系・学習サークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
家庭文庫学級	第3木曜日 年会費 4,000円	小林 北コ (49-2834)	民話や歴史など訪ねて、1日研修もあります。古典の解説や時代背景も学びます。	
わらべあそびの会	不定期 参加費あり	川瀬みどり (49-2980)	わらべうたあそび、大人のための勉強会を行っています。	
地球クラブ	毎月2回 (土・日のどちらか) お問い合わせください	内津 愛里 (080-2211-4037)	自然の中で様々な人との関わりを子どもたちと一緒に遊びながら学んでいます。農業やキャンプ、どんど焼きや雪合戦など季節に合った活動を行っています。	
書道研究会 清風会	毎月第1・3水曜日 午前中 老人福祉センター他	下形 文幸 (49-2358)	一般の皆さんを中心に書に親しむ。楽しく練習、作品作りをする。村文化祭等に参加する。	
Terra Raw Slow Food (ローフード)	第1水曜日 10:00~11:30 月会費 1,000円	宮入 えり (080-3415-8788)	酵素の活きた植物性の食事「ローフード」はお肌びかびか、元気になれると大人気!ブレンダーだけで調理できるものを毎回1品作り、最新の栄養学も学べます。詳細はお気軽にお問合せください。(講師:野菜料理研究家&フードスタイリスト 宮入えり)	
親子書道教室	毎月第1・2・3日曜日 9:00~11:30 一家族 1,000円 1人の場合 月 500円(子ども) 1,000円(大人)	小林 茂 (49-2864)	今時習字といわれるかも知れません。でも、自分の好きな文字や、短文をかけると楽しいですよ。その時、習字の心得があると一層興味がわきます。遅いということはありません。始めましょう。	

スポーツ・健康づくりサークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
A B C (青木ベース ボールクラブ) (ソフトボール)	毎週日曜日 14:00~17:00 年会費 10,000円	菊原 均 (37-3515)	メンバーの高齢化により、メインの活動はソフトボールを行っています。	

スポーツ・健康づくりサークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
青木ビーチボールクラブ (ビーチボールバレー)	毎週火曜日 20:00~21:30 参加費 1回、100円	桜田 翔平 (49-3158)	みんな楽しく練習ができ、初めての方でも一からルールを教えながら大会もあるのでそれに向けても練習をしています。気軽に参加してください。	
水曜 ビーチボールクラブ (ビーチボールバレー)	毎週水曜日 20:00~21:30 総合体育館 参加費 1回、100円	秋山まり子 (49-3449)	どなたでも楽しめるスポーツです。週1回ですが軽く汗ばむ程度の運動で無理なく楽しめると思います。また、運動不足解消に是非参加してみてください。	
青木 バドミントンクラブ (バドミントン)	毎週水曜日 19:30~21:30 参加費 1回、200円 (高校生以下100円)	山本 峰夫 (49-3304)	基本的なマナー等の練習もできます。また、どなたでも簡単に参加できますので是非1度体育館に出かけてみてください。	
青 藍 会 (剣 道)	毎週水曜日 19:00~20:30 青木小学校体育館 参加費 1回、100円	荒井清一郎 (080-3024-6007)	未経験者、御年配のの皆様参加大歓迎! 個人のペースに合わせた稽古を行っておりますので、お気軽に参加ください。剣道を通じて心と体を鍛えましょう!	
ソフトバレーボール クラブ (ソフトバレーボール)	毎週金曜日 20:00~21:30 電気料 月500円程度	多田 治由 (49-3220)	ソフトバレーボールは柔らかいゴムのボールを使い、バドミントンのコートで行う、4人制のバレーボールです。ネットの高さも低く初心者でも、気軽に楽しめるので生涯スポーツとして最適です。常時会員を募集していますので気軽に覗いてみてください。	
P B T青木 (卓球)	毎週土曜日 19:30~21:30 総合体育館 1回、300円	召田 祐治 (49-3584)	卓球をやりたい小中学生大歓迎。どなたでも気軽に参加できます。	
太 極 拳	毎週水曜日 10:00~12:00 文化会館 月会費 1,500円	田村佐映美 (49-2045)	ゆっくりした動作の中から筋力が鍛えられます。自分の身は自分で守れる健康な体作りをしましょう。	
ふわっと テニスクラブ (ふわっとテニス)	土曜日 19:30~21:30 総合体育館 入会金 1,000円 1回、100円	丸山知加世 (49-1120)	ふわっとテニスは、旧丸子町で発祥したニュースポーツです。直径が15cmの柔らかいボールを使いラリーを続ける、子どもから高齢者の方まで楽しめるスポーツです。テニスが無経験の方でも、すぐにラリーが出来る様になり適度な運動量が得られます。興味のある方は、ぜひ見学にお越しください。	

スポーツ・健康づくりサークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
さわやかクラブ (体操・レクリエーション)	毎週水曜日 19:30～ 文化会館 月会費 500円	増田 恵子 (49-2880)	普段運動不足を感じられている方にお勧めです。 教室で楽しく学んで家でも気軽にできます。	
走ろう会 (体操・ストレッチ)	毎週木曜日 19:30～21:00 月会費 1,000円	宮沢 庸子 (090-4158-3570)	軽い運動やストレッチで身体をほぐしたり、たたき棒で気になる所をたたいて気持ちもリフレッシュします。	
ヨ ガ	月2回 火曜日 20:15～21:30 文化会館 第2研修室	コルナ和子 (49-2298)	無理なく体を動かしているうちに、呼吸法や自分の体のクセを学ぶことができます。 いつまでも若くいるために楽しくヨガをしましょう。	
パドル 健康体操クラブ	毎月日曜日(2回) 10:00～11:30 会費 月2回 1,000円	堀内 巡子 (49-3337)	きつい運動は無理だけど、体のために何かしたいという方にピッタリです。どなたでも自分の体の状態に合わせて無理なくできる体操です。ひざ、腰、肩の痛い方におすすめです。音楽に合わせて楽しく笑い、ストレス解消に最高です。	
FC青木SPIRITS (少年サッカー)	毎週水・金曜日 17:30～19:30 総合グラウンド、 体育館、 フットサル場	小林 祐毅 (49-3515)	みんな、楽しみながらスキルアップしています。気軽にサッカーを楽しみましょう。	
あおきっこ ベースボール (少年野球)	毎週土曜日 または日曜日 総合グラウンド 年会費 5,000円 ユニフォームレンタル代 2,000円	戸島 孝幸 (49-3960)	昨年は初めて県営上田球場でのびのびとプレーをしました。 電光掲示板に名前が表示されると、緊張もしますがプロになったみたいな気分になりますよ。	
BB団's	不定期 月1,000円～	赤羽さゆり (49-1216)	競技ダンスは、勝敗(順位)の付くスポーツです。県内では100名近いジュニア達が頑張っています。身体と集中力を鍛えて、世界のダンスアスリートを目指しましょう。	
あおこまちゃん	毎週木曜日 17:00～19:00 総合体育館 参加費は お問い合わせください	浜田 こずえ (49-1124)	小さい子から大人までが気軽にスポーツできる場所です。現在は中学生が中心となりバスケを楽しんだり、バドミントンやサッカーなどいろいろやっています。	

スポーツ・健康づくりサークル

グループ名	曜日・時間・費用	代表者	内 容	写 真
A.S.C (バレーボール)	毎週木曜日 19:30~21:30 総合体育館 電気料 1回、100円	窪田 里江 (49-2227)	中学生から大人まで6人制バレーボールを楽しんでいます。 年齢、性別関係なく誰でも参加できます。 木パで育ったOB、OGの皆さん!待っています。	
雑 闘 (ソフトバレー)	毎週火曜日 19:30~21:30 総合体育館 電気料 1回、100円	井古田 圭 (49-3309)	ソフトバレーのチームです。20代~30代のチーム構成です。県内の大会や交流会に参加して実力を磨いていますので興味のある方はぜひ来てください。	
エクスプレス (ビーチボールバレー)	毎週木曜日 20:00~ 1回、200円	滝澤 道一 (49-2217)	楽しく体を動かすことを目的としている団体です。 気軽に参加してください。	
こまゆみラクル (バレーボール・ソフトバレーボール)	月1回程度(不定期) 土曜日 9:00~12:00 又は 12:00~15:00	橋詰 祐希 (090-7202-6007)	初心者から経験者、小中学生から社会人までレベル・気分に合わせて練習できます。 ダイエット希望の女性はボール拾いで活躍してください!	
青木村 ゴルフクラブ (AGC)	春と秋のコンペ 不定期 年会費 1,000円 コンペ参加費 2,000円	児玉 庄司 (49-2282)	春のコンペ 4月9日(土) 望月 秋のコンペ 11月5日(土) 丸子	
青 木 ゲートボール部会	週2回 9:00~12:00 村内屋内ゲートボール場 年会費 1,000円	平林 金光 (090-4720-7378)	世代を超えた大変奥の深い楽しいスポーツです。	
AOK (ビーチボールバレー)	不定期 入会金 500円 1回、100円	渡辺めぐみ (090-4667-3893)	楽しくビーチしています	
帰 蝶 (ビーチボールバレー)	毎週金曜 19:30~20:30 (冬:18:00~20:00) 参加費 電気代・ボール代 1回、100円	松澤美樹子 (49-2764)	村内外の大会に出場。 技術の向上を目指し、練習に励んでいます。	