

2 団体・サークル情報(区分ごと、50音順)

(1) 語学・文学・歴史

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
英語	Sprout	シニア世代で、英作文・英会話を通して正しい英語の習得を目指しています。		○			第1～3月曜日	10:00～12:00	亀居会館	1,000円/月
詩・随筆	ポエム朝	和気あいあいとした勉強会です。	○				第3木曜日	13:00～16:00	上福岡西公民館	500円/月
短歌	大井短歌会	講師を招いて楽しく活動しています。興味ある方のご参加をお待ちしています。吟行会などあります。	○	○	○	○	第1火曜日	13:00～16:00	ふじみ野会館	1,000円/月
俳句	一樹会	俳句の学習。定例会。	○				第1木曜日	13:00～17:00	サービスセンターホール	1,000円/月
	俳句 花水木	楽しく	○				第3火曜日	13:15～15:30	介護予防センター	200円/年
	俳句「ひこばえ」	俳句を通し、よく見たり、よく調べたりして、脳の活性化を全員と一緒にしませんか。	○			○	第4水曜日	13:00～15:30	介護予防センター	500円/年
	俳句むさしの会	五七五と言う短い詩形に、歓びと悲しみを込めて、皆さんと一緒に研鑽しております。				○	第3日曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	1,000円/回
読書	杜りん	会員の希望図書を、月1回の定例会迄に読み、感想や時事話題へと話を広げ、楽しみとしています。				○	第3木曜日	13:30～15:30 ※時間に変更あり	大井図書館、ステラ・ウェスト	会費なし
歴史	大井古文書を学ぶ会	講師の先生を囲んで、会員全員で江戸時代の文書解読に楽しんでいます。見学無料。	○			○	第3土曜日	14:00～16:00	旧大井村役場2F	1,300円/月

(2) 文化・芸術

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
アレンジメント	フラワーサークル BelleFleur	生花のアレンジ、プリザーブドのアレンジを月1～4回、皆で和気あいあい楽しんでいます。	○			○	毎週金曜日	10:30～12:00	市民交流プラザ	4,500円/回(材料費)
茶道	大井茶道部 洗心会	裏千家熊谷宗宏氏の指導のもと、若い方から高齢の方まで和やかな雰囲気でお稽古しています。	○			○	第1、3日曜日	9:00～13:00	ステラ・ウェスト	2,000円/月
	花月会	裏千家茶道によって花月のお稽古です。			○		第1、3金曜日	11:00～15:00	ステラ・ウェスト	2,500円/月
	文京学院大学ふじみ野幼稚園茶道サークル	裏千家の茶道サークルです。季節の点前や難しいものにも挑戦し和気藹藹と楽しく活動をしています。	○				基本、第2、4火曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	3,500円/月

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

書道	湖夕会	美しい日本の文字言葉を小筆で書いてみませんか。	○				第1、3水曜日	10:00～11:30	市民交流プラザ	2,000円/月
	静峰書道会	書きたい字形で楽しくお習字しませんか。手ぶらで参加できます。	○			○	月1回 土曜日	13:00～15:00	ステラ・イースト	2,000円/回
	ふじみ野習字サークル	幼児～大人まで大歓迎!美しい字は一生ものです。明るく楽しい教室を目指しています。	○			○	火・木曜日	16:00～20:00	ステラ・イースト	3,500円/月
	ふじみ野書道会	書道教室				○	火曜日	9:00～12:00	上福岡西公民館	10,000円/年
ペン習字	四季彩会	基本からペン字、書道、かな文字等内容も初心者から上級者まで希望に合わせて楽しく学べます。	○				第1～3土曜日	13:00～15:00	亀居会館	3,000円/月
絵画	えんぴつ画サークル・マルーン	自分の好きな絵や写真を、鉛筆や色鉛筆を使って描いています。初心者大歓迎です。見学随時受付中。	○			○	毎週日曜日(月3回)	13:30～15:30	旭ふれあいセンター	1,500円/月
	きらめき会	富田淑子先生指導による水彩画教室です。和気あいあいと楽しく学ぶ会です。	○				第2、4木曜日	13:45～15:45	ステラ・イースト	1,500円/月
	水彩2年生会	各季節の風景、鼻、人物のデッサンなど、楽しく描いています。我々と一緒に描きませんか。	○				第1、3火曜日	13:00～15:00	上福岡西公民館	1,500円/月
	透明水彩コスモス	各自創意工夫しながら自由な課題で透明水彩画の作品制作に取り組み会指定の作品展に出品展示する。	○				第2、4火曜日	13:00～15:30	上福岡西公民館	100円/回
写真	写真集団・上福岡	月1回の例会と年1回の作品展。外部プロ講師による技術指導、並びに作品合評。	○	○	○	○	月1回	14:00～17:00	上福岡西公民館	15,000円/年
	フォトグループ「Dream」	写真の好きな人が集まり、会員相互での合評をし、グループ展、文化祭に出展、講師同行、撮影。				○	第3土曜日	13:00～16:00	上福岡西公民館	1,000円/月
オペラ・演劇	演技集団THE彩2	団員の親睦を深めながら、会を通して個々の発想力、表現力を高め、年に1回の発表会を楽しむ。	○			○	毎週土・日曜日のいずれか	13:00～17:00	上福岡西公民館、ステラ・イーストいずれか	1,500円/月
盆踊り	盆踊りサークル「笑顔満開」	盆踊りの練習を通して、健康増進。ダイエット。楽しく踊って心も身体も笑顔で元気に!	○			○	毎週木・日曜日	木曜日 11:00～13:00頃 日曜日 18:00～20:00頃	ステラ・イースト、上福岡西公民館、ステラ・ウェスト	会費なし(会場費負担有)

(3) 音楽

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
コーラス	コーラス「赤い靴」	童話や唱歌、合唱曲や新曲など、様々な曲を楽しく歌っています。ぜひ見学においでください。	○				第2、4水曜日	10:00～12:00	活動休止中	2,000円/月 1,000円/年

初：初心者歓迎、中：中級者、上：上級者、経：経験問わず

コーラス	コーロ・ブリランテ	年一回の演奏会を目標。皆で歌って皆で元気合唱のすばらしさを楽しんでいます。	○				毎週木曜日	10:00～12:00	上福岡西公民館	5,000円/月
	混声合唱団「樹」	古澤利人先生の発声・歌唱指導により、生き生きとした豊かな音楽作りに励む楽しいサークルです。	○			○	毎週火曜日	19:30～21:30	ステラ・イースト	4,000円/月
	混声合唱団それいゆ	市民文化祭で歌う曲を混声合唱団特有の深みのあるハーモニーを楽しみながら練習しています。	○				第2、4木曜日	13:00～15:00	サービスセンターホール	1,500円/月
	女声合唱団さくら、サクラ、桜2001	主に日本の唱歌や歌曲、合唱曲を練習しますが、楽しく老化予防を兼ねてやっています。見学随時。	○			○	火曜日 月4回	10:00～12:00又は11:00～13:00	ステラ・ウェスト	3,500円/月
	女声コーラスふじみ野	正当なコーラスから色々なジャンルの歌を丁寧な指導のもと歌うことを楽しんでいます。				○	火曜日 月4回	11:00～13:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	つなソング	作曲家「佐々木信綱」作品をみんなで楽しく歌います。前半は発声練習、童謡、唱歌で声出しをします。	○				第2、3金曜日	10:00～11:30	鶴ヶ岡コミュニティセンター	1,000円/回
	ひまわりコーラス	毎週、指導者の楽しい話とステキなピアノ伴奏で仲良く楽しく歌っています。見学大歓迎です。	○				毎週金曜日	10:00～12:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	翠の会	月2回、コーラスや歌、お喋りを楽しんでいます。初心者大歓迎！興味の有る方、お待ちしております。	○				第1、3木曜日	14:00～16:00	ステラ・ウェスト、大井総合福祉センター	1,000円/月（他、会場費）
童謡・唱歌	みんなで童謡・愛唱歌を歌う会	懐かしい歌から新しく生まれた童謡まで解説を交えながらみんなで楽しく歌います	○				毎月第3火曜日	10:00～11:30	鶴ヶ岡コミュニティセンター	600円/回
歌	年金者組合 歌って踊ろう会	歌いながら、時々踊りながら、心身共にリフレッシュ。	○				第2金曜日	13:30～16:30	旭会館	会費なし
オカリナ	コンドル	西公民館まつり、ミュージックフェスタに参加	○				月4回（毎週水曜日）	10:00～12:00	上福岡西公民館、ステラ・イースト	4,000円/月
リコーダー	リコーダー大井	先生の指導で、ソプラノ、アルト、テナー、バスリコーダーの四重奏を楽しんでいます。男性大歓迎！				○	第1、3水曜日	13:00～	ふじみ野会館	1,500円/月
ハーモニカ	ふじみ野ハーモニカフレンズ	毎週演奏の練習を楽しんでいます。文化祭には毎回参加しています。講師の指導あります。	○	○			毎週木曜日	13:00～17:00 13:30～15:30	旭ふれあいセンター、ステラ・ウェスト	1,000円/月
大正琴	大正琴の会「友」	様々なジャンルの愛唱歌を大正琴で楽しく練習しています。楽器のない方は貸出しもしています。	○				第2、3土曜日	13:30～15:30	鶴ヶ岡コミュニティセンター	3,000円/月
	大正琴ふじみ野会	講師指導のもと様々な曲を弾き、音色を楽しんでいます。体験、お待ちしております。	○			○	第2、4木曜日	13:00～15:30	上福岡西公民館	2,000円/月
ウクレレ	ウクレレサークル 絆「きずな」	講師指導のもと様々な曲を弾き楽しく練習をしています。是非見学にいらして下さい。	○			○	月2回 金曜日	10:00～12:00	上福岡西公民館	1,500円/月

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

ウクレレ	マイロア・ハワイアンズ	ウクレレでハワイの曲を弾いています。楽しい仲間と一緒に癒しの時間を過ごしましょう。見学無料。	○			○	第1、3土曜日（変更有）	13:00～15:00	鶴ヶ岡会館	3,000円/月
マンドリン	ステラマンドリーノ	マンドリン・ギターを練習し、地域の皆様に短近なところで演奏やボランティア参加しています。				○	毎週水曜日	13:00～16:00	ステラ・イースト、上福岡西公民館他	3,500円/月
三味線	津軽じょんがら新生会	主にボランティア活動をしております（介護施設、老人会等）①民謡（太禅、細禅、タイコ唄）②演歌（カラオケ）少人数で、楽しく練習しています。	○				火曜日 月4回	13:00～17:00	旭ふれあいセンター	
三線	ふじみ野三線サークル	沖縄の伝統楽器である三線の演奏の練習を楽しんでいます。初心者歓迎です。見学に来てください。				○	第1、3金曜日	18:00～20:00	ステラ・イースト	500円/月
楽団	上福岡ウインドオーケストラ	吹奏楽・楽器練習・合奏等。見学申込、問い合わせはHPまで。 https://kwo.localinfo.jp	○			○	毎週日曜日	13:30～17:30、18:00～22:00	上福岡西公民館、ステラ・イースト	1,000円/月

(4) 芸能

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
詩吟	堅香子吟詠会	吟詠を指導する。	○				第1、3火曜日	10:00～12:00	鶴ヶ岡コミュニティセンター	1,500円/月
	上福岡吟詠会	詩吟を通じて仲間と交流します。お腹から声を出すことで、健康増進につながります。	○			○	月2回木曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	2,000円/月 入会金3,000円
	ふじみ野詩吟クラブ	教本・CDで詩や和歌の詠い方や解釈を学び、春、秋に名所・旧蹟を訪ね、戸外での吟詠を楽しむ。	○			○	第1、3、4土曜日	13:30～15:30	ステラ・イースト	2,000円/月
	嘉乃吟友会ひまわり	お腹の底からの発声、気持ちが良いです、健康のためにも一緒に楽しめませんか。	○				第2、3、4土曜日	13:00～16:00	鶴ヶ岡コミュニティセンター	2,000円/月
民謡	楽謡会	古典的な物を腹のそこから出して楽しく学んでいます。発声練習もしています。	○				第1、3木曜日	13:00～15:00	亀久保会館	2,400円/年
舞踊	玲史美会	踊りを通して、地域の方とのコミュニケーションをはかり、健康増進と生涯現役を目的とする。美顔目標。	○			○	第2、3、4土曜日	13:00～16:00	亀久保会館	2,000円/月
和太鼓	太鼓の会 楽鼓	令和5年9月より、練習を開始。初心者ばかりですが、楽しく活動しています。	○				第1、3、4金曜日	14:00～15:30	市民交流プラザ	1,500円/月+会場費

(5) 手工芸

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
あみもの	毛糸玉サークル	月2回編み物など集まって本など見ながらわからない所はみんなで話し合っています。				○	第2、4水曜日	9:00～12:00	上福岡西公民館	会費なし

初：初心者歓迎、中：中級者、上：上級者、経：経験問わず

パッチワーク	コットンどりー夢	月2回でポーチ、バックなど、みんなて楽しく勉強しています。	○				第1、3木曜日	9:00～12:00	上福岡西公民館	会費なし
	チェリーブロッサム	アットホームな雰囲気の中で、バックや小物入れなど、各自好きなものを作って楽しんでいます。		○			第2金曜日	9:00～12:00	上福岡西公民館	会費なし
	もめんくらぶ	和布、リメイク、コットンでパッチワーク、小物、バック、タペストリーを作る。	○			○	第2、4木曜日	10:00～15:00	上福岡西公民館	500円/回
押花	押花工房さくら	庭や道端に咲いた草花を摘み乾燥させて額にしたり、飾りにして作品にしているグループです。	○				第2火曜日	13:00～16:00	亀久保会館	1,000円/回
陶芸	上福岡西公民館 陶芸連盟 一粋会	湯呑み、小鉢、お皿等作り、技術を学びつつ、会員相互の親睦を旨とし、楽しく作陶しています。		○			第1～4日曜日	13:00～15:00	上福岡西公民館	5,000円/年
	娛陶会	陶芸愛好者が、好ましい人間関係を保つことを配慮しつつ、各自創意工夫しながら作品作りを行う。	○				毎週金曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	500円/月
	陶芸サークル ちゃびらさい	陶芸に関する研鑽をととし、会員一人ひとりがふれあいを持ち、地域社会に貢献している。	○			○	第2、4土曜日	11:00～15:00	ステラ・ウェスト	5,000円/年 材料費 1,000円 程度/回
	無陶会	陶芸に興味の有る方、これから陶芸を始めてみたいと思っている方、自由な活動で教える人もいます。	○			○	土曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	11,000円/年
	釉遊会	日常使用する食器、花器、飾り物等を作陶しています。作陶テクニックを教えあい上達をめざします。	○	○		○	毎週水曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	500円/月 5,000円/年
革工芸	革染サークル	ある程度基礎的なことを覚えたら、自分の作りたい物を、自由に製作しています。皆楽しく過ごしています。	○				第2、4木曜日	10:00～12:00	上福岡西公民館	1,500円/月
竹かご	竹籠に親しむ会	竹籠作りの伝承を目的として、竹取り、ひご作りをして、かご、ざるを作っています。	○			○	第2日曜日	10:00～17:00	上福岡西公民館	5,000円/年
はたおり・染織	染織・綾の会	藍染や植物で糸を染めています。染めた糸で「はたおり」をします。	○			○	水、木、金曜日	9:00～13:00	染)ステラ・イースト 織)上福岡歴史民俗資料館	6,000円/年

(6) 趣味・教養

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
俳写	ふじみ野俳写倶楽部	写真に俳句を添えて作品。毎月第1日曜日定例会。年2～3回作品展を行う。ウォーキング年数回。	○				毎月第1日曜日	13:00～15:00	ステラ・ウェスト	2,000円/年
絵手紙	アイリス絵手紙の会	写生をし半紙やはがき書き練習をする、そしてはがき巻紙など作品として展示もする楽しい会です。	○				第1、3木曜日	13:00～16:00	上福岡西公民館	250円/月 入会金 1,000円

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

絵手紙	新婦人絵手紙サークル	はがきに実物を見たり本の手本を見て顔彩で絵を書きます。講師はおりませんが楽しくやっています。	○				第2、4木曜日	10:00～12:00	亀居会館	900円/月
山野草・盆栽	大井野草の会	山野草と木(ボク)の寄せ植えを作り、観賞し、会員相互の親睦を図る。	○				第3火曜日	13:30～15:30	ステラ・ウェスト	2,000円/年
	四季山草会	山野草の育て方や植え替えについて毎月の定例会で勉強し、育てた山野草の展示会を春と秋に開催。	○			○	第2日曜日	13:30～15:30	市民交流プラザ	500円/月
切り絵・ちぎり絵	切り絵サークル	カッターを使った切り絵です。少人数ですが、楽しいサークルです。	○				第1・3水曜日	13:00～16:00	旭ふれあいセンター	1,000円/円
	新婦人新聞ちぎり絵サークル	新聞のカラー印刷部分を手でちぎり台紙に貼ったら、世界で1つだけの作品が完成。ステキです。	○				第2、4火曜日	13:30～15:30	亀居会館	900円/月
	和紙ちぎり絵サークル	毎月一教材をお手本、和紙で作る花や風景、鳥などもあります。	○				第3火曜日	9:00～11:00	ステラ・イースト	2,400円/回 2,500円/年
将棋	上福岡将棋クラブ	将棋の対局を通して会員相互の親睦を旨とします。				○	毎週日曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	1,200円/年
	日本将棋連盟ふじみ野支部	棋力別に3～4クラスに分かれ対局を実施。棋力向上と将棋を楽しむことを目標にしております。		○	○		主に毎週日曜日	①13:30～17:30 ②13:00～17:00	①ステラ・ウェスト ②亀居会館	500円/回 1,000円/年
健康麻雀	ふじみ野健康麻雀クラブ	男女70歳代を中心に楽しく麻雀をして皆さんと対話をしコミュニケーションを図っています。	○	○	○		不定期(月7回)	9:00～17:00	市民交流プラザ、ステラ・ウェスト他	2,000円/月、 2,000円/年
	麻雀愛好会	健康で楽しく活動を目的としています。		○			毎週日曜日	13:30～17:30	ステラ・イースト	4,000円/年
マジック	大井奇術団	講師より奇術を学びます。ボランティア活動として図書館・老人施設等で奇術を披露し喜ばれています。	○			○	①第2、4木曜日 ②毎週水曜日	①19:00～21:00 ②14:00～16:00	①亀居会館 ②大井総合福祉センター	2,000円/月 入会金 1,000円
	上福岡マジッククラブ(KMC)	会員の技術向上及び会員の親睦をはかる。イベント、ボランティア活動でマジックを披露し楽しむ。	○			○	第2、4木曜日	13:00～17:00	上福岡西公民館	1,500円/月
料理	みくり会	みんなでレシピを決めて料理をします。料理の後は食事をしながらおしゃべりを楽します。(男性だけの料理会)	○				第2土曜日	17:00～19:00	上福岡西公民館	1,500円/月 3,000円/年
パソコン	あじさいパソコン勉強会	楽しくパソコンの勉強をする。ゆっくり気長にくりかえすを基本のワード中心の会		○			第1、2、3金曜日	9:00～12:00	大井総合福祉センター	1,000円/月 入会金 2,000円
	PCクリック	パソコン初歩勉強中。会員大募集中です。どなたでもOKです。	○				第1、3水曜日	9:30～12:00	大井総合福祉センター	1,200円/年
	PCもくよう会	ワード文書作成の知識、エクセル。仲間同士とのコミュニケーションとスキルアップをはかるため	○				第1～4木曜日	9:30～12:00	大井総合福祉センター	入会金 1,000円 2カ月1回 600円

初：初心者歓迎、中：中級者、上：上級者、経：経験問わず

アマチュア無線	ふじみ野アマチュア無線クラブ	アマチュア無線に興味を持つ人達の親睦、交流と知識及び技術の向上を図る。				○	偶数月第3日曜日	13:30～15:30	ステラ・イースト	2,000円/年
---------	----------------	-------------------------------------	--	--	--	---	----------	-------------	----------	----------

(7) スポーツ・レクリエーション

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
剣道	武蔵剣友会	子供から大人まで、未経験の方でも、剣道に興味の有る方はどなたでも大歓迎。	○	○	○	○	毎週日曜日	9:00～12:00	西小学校(体育館)	500円/月
居合道	東入間居合道 金曜会	男女年齢問わず、特に主婦の方生涯健康のため楽しく居合道を続けられます。時間は自由です。	○			○	毎週金曜日	9:00～12:00	市民交流プラザ	2,000円/月
	東入間居合道 清廉会	夢想神伝流全剣連居合。男女年齢を問わず武道を通して身体を動かしてみませんか。会員9歳～85歳。	○			○	毎週水曜日 不定期土、日曜日	水曜日 18:00～21:00 土・日曜日 9:00～12:00他	市民交流プラザ	2,000円/月 入会金 1,000円
空手	上福岡空手クラブ	基本と型を中心に小学生から大人まで楽しく稽古してます。親子でも大歓迎です。	○			○	毎週水曜日、その他	18:30～19:30	ステラ・イースト他	3,000円/月
気功・中国武術	大井太極拳同好会	太極拳を練習すると、体幹が鍛えられ、いつまでも元気に動けて、楽しい老後が期待できます。	○				毎週金曜日	10:00～12:00	旭ふれあいセンター	2,500円/月 入会金 1,000円
	上福岡昂太極拳	太極拳の練習を通じ、健康の維持・増進を目指すと共に、会員相互の交流を楽しんでいます。	○			○	毎週金曜日	15:00～17:00	市民交流プラザ	3,000円/月 別途大会参加費等
	気功・太極拳いきいき	気功、太極拳を練習して健康の維持と会員相互の親睦を図る。	○				第1、2、4水曜日	11:00～13:00	ステラ・イースト他	2,000円/月
	気功・太極拳コスモス会	気功・太極拳を練習して健康の維持と会員相互の親睦を図る。	○				第1～4金曜日	11:00～13:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	気功・太極拳水曜会	この会は気功と太極拳を通して健康の維持向上と会員相互の親睦をはかることを目的とします。	○				毎週水曜日	11:00～13:00	ステラ・イースト	1,000円/月
	気功・太極拳のびのび	気功、太極拳を練習して健康の維持と会員相互の親睦を図る。	○				第1、2、4金曜日	13:30～15:30	ステラ・イースト	2,500円/月
	サークル万里	太極拳、気功を通して健康維持と会員相互の親睦を図ることを目的に活動しています。	○				水曜日	10:00～12:00	鶴ヶ岡コミュニティセンター	3,000円/月
	太極拳 歩会	健康でいられる様、太極拳を通じて体力作りと仲間同士の交流を図り楽しく活動、初心者の方大歓迎。				○	毎月4回 木曜日	11:00～13:00	ステラ・イースト	2,000円/月
	太極拳耀	いつの間にか高齢者団体になってしまいましたが、身体に無理のない様な健康太極拳を練習している和やかなサークルです。	○				毎週金曜日	10:00～12:00	元福岡集会所	1,500円/月

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

気功・中国武術	太極拳霞ヶ丘	太極拳を通して体力向上を目的とし、市大会等に参加して仲間を増やす。	○				毎週水曜日	9:00～11:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	太極拳クラブ天山	一緒に太極拳を楽しみながら希望と感動の輪を広げてみませんか。	○				第1～4金曜日	19:00～21:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	太極拳サークル白鶴	気功、太極拳。初心者にも丁寧に教えます。健康、趣味、仲間作り、選手、何を目指しても大丈夫です。	○			○	毎週木曜日	13:00～15:00	鶴ヶ岡コミュニティセンター	3,000円/月
	太極拳サークル森羅	メンバーは40代～70代くらいですが、年齢を問わず太極拳に興味を持たれた方、大歓迎です。	○			○	第1～4土曜日	18:00～20:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	太極拳サークル泰斗亜洲	初心者～経験者まで老若男女太極拳を通して楽しく活動中。目指すは芯のある緩み。随時無料体験可				○	毎週金曜日（月4回）	13:30～15:30	コスモスホール	3,000円/月
	太極拳・燦燦会	太極拳を通して健康の維持、増進に努め、心身共に健康で明るい日常生活を目指して活動しています。				○	毎週土曜日	9:00～12:00	上福岡西公民館	2,000円/月
	太極拳新樹	月に3回先生のご指導を受けながら楽しく和やかに練習に励んでいます。初心者大歓迎です！	○			○	毎週木曜日	10:00～12:00	旭ふれあいセンター	2,500円/月
	陳氏太極拳小架式 黎明会	陳氏太極拳に興味の有る方、運動不足の方、経験、未経験問いません。健康な体を手に入れましょう。	○			○	毎週土曜日（月3回）	18:00～19:00	ステラ・イースト	2,000円/月
	東分館気功クラブ	筋トレを入れながら、ストレッチ中心の動作です。みんなで声を掛け合いながら楽しんでいます。	○				第2、4木曜日	10:00～11:30	上福岡西公民館	会費なし
	ふじみ野長拳隊	中国武術（カンフー）を主に練習しています。様々な年齢層で活動しています。	○				毎週火・金曜日	18:30～20:30	火曜）花の木中学校 金曜）福岡中学校	週1）4,000円 週2）5,000円
弓道	ふじみ野市弓道連盟	10代～80代のメンバーが楽しく稽古に励んでおります。一緒に弓を引いてみませんか？				○	毎週火、土、日曜日	火曜日 10:00～12:00 土・日 10:00～13:00	スポーツセンター弓道場	要問い合わせ
	大井タウン	ソフトボールが好きで楽しく毎週日曜日に運動を希望する方、是非参加をお待ちしております。	○	○	○	○	毎週日曜日	9:00～14:00	三角小グラウンド	5,000円/年
	上福岡コスモス	生涯スポーツ（主にソフトボール）を実践する58歳以上の健康な方。	○				土曜日	8:00～12:00	上野台小学校グラウンド	7,000円/年
野球・ソフトボール	ふじみのクラブ（還暦野球）	「仲良く真剣に楽しもう」をモットーに活動している59歳以上の軟式草野球チームです。				○	毎週土曜日又は日曜日	2～4時間/日	ふじみ野市及び周辺自治体の野球グラウンド	10,000円/年

初：初心者歓迎、中：中級者、上：上級者、経：経験問わず

フットサル	P-spider FC	埼玉県フットサルリーグに所属している競技フットサルチームです。熱く激しく活動しています!!				○	毎週木・土曜又は日曜日(週2～3日で不定期)	平日：21:00～23:00 休日：使用会場による	リアリスタふじみ野(屋外フットサルコート)、埼玉県内体育館他	5,000円～8,000円/月
ラケットテニス	ビタミンF	ラケットテニスのサークルです。老若(?)男女楽しみながらスポンジボールを追いかけています。	○				○ 毎週木曜日	19:00～21:00	大井中学校体育館	100円/月
	ひまわり	ゲームをしながら体を動かすことを楽しんでいるラケットテニスのサークルです。初心者大歓迎です。	○				毎週水曜日	15:00～17:00	総合体育館	100円/月
卓球	大井卓球クラブ	卓球				○	土曜日	9:00～12:00	総合体育館	3,000円/年
	シニア卓球同好会	市民大会に出場することを目標に練習しています。上達したい方、一緒に練習しませんか。	○				毎週土曜日(行事により休みあり)	18:00～21:00	福岡中学校体育館	1,000円/年
	壮健卓球愛好会	リタイア後のボケ予防、健康維持に和気あいあいと、楽しいピンポン卓球です。	○				○ 毎週月曜日	9:00～12:00	上野台体育館	1,000円/年
	卓星会	卓球を通して会員相互の親睦を深める。健康維持。					○ 土曜日	15:00～17:00	西小学校	300円/月
	年金者組合 卓球サークル	卓球の練習(ピンポン)、休憩時に国、県、市の情報交換(高齢者への確認事項)、歌、踊り有	○				毎週日曜日	13:30～16:30	旭ふれあいセンター	100円/回、200円～/月
グラウンドゴルフ	新駒クラブ	健康な体力作りと親睦をはかる。					○ 毎週土曜日	9:00～12:00	さぎの森小学校	2,000円/年
	みほの憩いクラブ	明るく楽しく元気よくをモットーに、全員参加で自ら楽しんで参加をお願いします。					○ 定例会及びレクリエーション第4火曜日 グランドゴルフ毎週日曜日他	定例会及びレクリエーション 13:00～16:00 グランドゴルフ 9:00～11:30	定例会、レクリエーション：みほの会館 グランドゴルフ：神明前ゲートボール場	2,000円/年
ベタンク	上福岡ベタンク愛好会	健康維持と体力増進。親睦を計り一発逆転のスリルも楽しめるスポーツです。体験可能。	○				○ 毎週火、木、土曜日	9:30～11:30	北野ゲートボール場(駐車場なし)	1,200円/年
ボウリング	壮健ボウリング愛好会	リタイア後に寝たきりにならないよう。足腰の運動に、和気ありあいと楽しいボウリングです。					○ 第2、4金曜日	9:00～11:00	南古谷ユニクスボウル	1,700円/回
ダンベル	新婦人ダンベル体操	柔軟体操をしっかりして、普段あまり使わない筋肉を動かします。体調に合わせて一緒に!	○				第1、2、4水曜日	14:00～15:30	原会館	900円/月
ピラティス	ヨガ・ピラティス・ストレッチ	講師が教える少人数クラス。ヒーリング音楽を聞きながら、ゆったりと体を緩めていきます。	○				○ 第1、3木曜日	10:30～11:30	コンフォール霞ヶ丘集会所	500～600円/回

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

ヨ ガ	ほぐし	身体、心の疲れを音楽とともにヨガによってストレスを解消できます。	○				毎週水曜日	10:00～ 11:30	亀居会館	2,000円/月
	まほろばヨガ	ポーズと呼吸で、体力の向上や心の安定を目指しています。優しい空間作りを心がけています。	○			○	水・日曜日	11:30～ 12:30	ステラ・イースト、ステラ・ウェスト	3,000円/月
	ヨガ如月会	専門の先生の指導のもと、健康維持のため、会員相互の親睦を兼ねた楽しいヨガ教室です。	○			○	毎週木曜日 (祭日休み)	14:00～ 15:30	亀居会館	2,000円/月
	ヨーガ同好会	ストレッチ体操	○				毎週火曜日	9:00～ 12:00	上福岡西公民館	会費なし
	ヨガクラブ(A)(B)	先生方の指導のもと、各々の体の状態に合わせ、又色々なポーズをするサークルです。	○				毎週水曜日 (月4回)	A:10:40～ 12:00 B:9:10～ 10:30	上福岡西公民館	2,000円/月※別途会場費、入会金等
ス ト レ ッ チ	ピュアレディ〜リズム&ストレッチ〜	専門の先生の指導のもと、自分の体力に合わせ、日頃使わない筋肉を動かし、全身を引き締める。				○	毎週水曜日	11:00～ 12:30	ステラ・イースト	2,000円/月
	レディースクラブ	ストレッチ体操とジャズダンスを取り入れたサークルです。	○			○	毎週水曜日	10:00～ 12:00	ステラ・イースト	2,300円/月
登 山 ・ ハ イ キ ン グ	登山クラブやまなみ	登山が好きな方、登山に興味のある方、私達と一緒に四季の山を楽しみませんか？例会の見学歓迎！	○				第1火曜日 定例会 第2日曜日 会山行	定例会 19:30～ 21:00 会山行 6:00～ 18:00(変動有)	上福岡西公民館・四季折々の山	600円/月 入会金 1,000円
キ ウ ン オ グ ー	自主ウォーキング歩康会	楽しく健康のため、みんなで週1回歩きましょう。	○				毎週月曜日	9:00～ 12:00	ふじみ野市内	会費なし
レ ク	ふじみ野ラビリティ	小中高生～社会人まで多世代で活動中のスポーツ鬼ごっこ公認クラブ。親子で体験参加歓迎します。	○			○	毎週日曜日	9:00～ 11:00	福岡小学校体育館	500円/回
健 康 体 操	元気クラブ	ラジオ体操・ストレッチ・バードフォロ・室内ペタング・ピンシャン体操。会員同士の交流。				○	毎週水曜日	9:30～ 11:30	上野台体育館、ステラ・イースト	3,000円/年
	3B体操クラブ	季節の歌に合わせた簡単な手話や音楽に合わせてストレッチを始め、楽しい健康体操です。	○				毎週金曜日	13:00～ 14:30	亀居会館	2,000円/月 入会金 1,000円
	新婦人大井支部健康体操サークル	普段使わない様な部分も動かしながら、筋肉体操など、みんなで楽しく行っております。	○				第1、2、3水曜日	14:00～ 16:00	亀久保会館	900円/月
	はつらつくらぶ	出来る範囲で体を動かす事を主体に、館内ウォーキング、ストレッチ体操、最後にミニゲームをしています。	○			○	毎週木曜日	9:30～ 11:30	総合体育館	5,000円/年
	リズム体操スマイル	講師と共に音楽に合わせてリズム体操、ストレッチを行い、コンディショニングで体の調子を整えます。	○				毎週火曜日	10:00～ 11:30	鶴ヶ岡コミュニティセンター	3,000円/月

(8) ダンス・バレエ

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
社交ダンス	CATS	基本を中心に美しく踊りたい方、見学・体験いつでも可。				○	木曜日	19:00～21:00	上福岡西公民館	2,500円/月
	ダンスサークルのんちゃん	初心者～上級者個々に対応。先生が丁寧に解りやすく説明。会員少ないため、中身の濃いレッスン。				○	原則毎週火曜日	11:00～13:00(変動有り)	ステラ・イースト	1,300円/回
	南十字星	基本の練習、音楽に合わせて楽しく技術の向上をめざしています。10ダンス練習しています。				○	金曜日	19:00～21:00	上福岡西公民館	2,500円/月
	凜	明るく、楽しく、健康に、基本を中心に10ダンス練習、見学、体験歓迎				○	日曜日	18:30～20:30	上福岡西公民館	2,500円/月
バレエ	アンジェ	バレエを通し健康な体で美しく美しく踊る事を目標にストレッチや筋トレにも力を入れています。		○			毎週木曜日	10:00～12:00	市民交流プラザ	1,500円/回 4,000円/月
フォークダンス	ウエنز	フォークダンス活動の普及、振興をはかり、踊りを通して親睦を深めています。	○			○	毎週水曜日	9:45～11:45	ふじみ野会館、鶴ヶ岡会館	3か月 2,000円
	上福岡フォークダンス同好会	世界各国のすてきな音楽に合わせて踊るダンスです。踊りの輪、人の輪が広がり、笑顔を絶やさず、皆で楽しく踊っています。	○			○	月・火曜日(午後4回)	13:30～16:00	上福岡西公民館	1,000円/月
	ハッピーフォーク	世界の民族舞踊を楽しんでいます。ダンスシューズを履けば気分は軽やか。アットホームな雰囲気です。	○				毎週水曜日	13:30～15:30	亀居会館	3か月 2,000円
	フォークダンスワルツ	懐かしい踊り、新しい踊りにもチャレンジしながら、いつも新鮮な気持ちで楽しく踊っています。				○	第1、3木曜日	13:30～15:30	亀居会館	500円/月
	メリーフォーク	フォークダンスを通じて、会員同士の親睦をはかり、世界のいろいろなダンス曲を勉強しています。	○				毎週土曜日	13:30～15:30	亀居会館	3か月 2,000円
フラダンス	アイカーネ フラスタジオ	健康と美しさを保つフラダンスを始めてみませんか？初心者でも大丈夫です。経験者も大歓迎！	○	○	○	○	毎週金曜日、月1回水・日曜日	金曜日 10:00～ 水曜日 19:30～ 日曜日 13:00～他	鶴ヶ岡コミュニティセンター	1,375円/回
	ハイビスカス	地域のイベント参加多数、舞台での発表もしております。			○	○	第1、2、3月曜日	13:00～17:00	市民交流プラザ	3,000円/月
	Halau O Na Puamelia	ハワイ語や歌の意味を丁寧に理解し、ハワイ文化を感じながらフラを楽しんでいただけます。	○	○		○	月3回水曜日 月3回土曜日 ※クラスにより異なる	水曜日 10:10～ 土曜日 9:00～ ※クラスにより異なる	ステラ・イースト	1,000円/回、 4,500円/月 ※クラスにより異なる

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

フラダンス	マイレ カヘアラニ	仕事や家事を終えた後、みんなで楽しくフラダンスを踊っています。				○	木曜日	20:00～22:00	ステラ・イースト	3,000円/月
	マイレオハナ	ハワイの曲に合わせて、ゆったりと踊っています。仲良く、楽しく体を動かしているメンバーです。	○				土曜日(月3回)	13:00～16:30	上福岡西公民館	3,000円/月
フラメンコ	ルナ フラメンコ	スペインの芸術であるフラメンコを楽しく踊ります。初めての方、年齢関係なく誰でも踊れます。	○			○	毎週水曜日(月2～4回程度)	9:30～11:00	ステラ・ウェスト、ステラ・イースト他	1,000円/回(子ども500円/回)

(9) 社会・地域活動

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
読み聞かせ	おはなしケムケム	読み聞かせ、おはなし会を開催しています。絵本の読み合い、グッズ作り、手遊びの練習をします。		○			不定期		ステラ・イースト	会費なし
	語りの会ずくぼんじょ	おはなしを語り聞き楽しむ。おはなし会年3回。依頼により随時出前。研修会年3回。	○			○	第3火曜日	9:30～12:00	ステラ・ウェスト	2,000円/年
	クマさん文庫	絵本の読み聞かせを中心に紙芝居や手遊び等子供向けお話会の開催とそれに向けての勉強会です。	○			○	定例会 第4木曜日	第4木曜日 10:00～ 第2土曜日 11:00～ 11:30おはなしクマさん	ステラ・ウェスト、保育所・小学校への出張あり	会費なし
手話	ふじみ野市手話サークル	聴覚障がい者との交流、手話の学習、小中学校の手話体験学習への協力、福祉向上のための活動、募金。	○				①毎週火曜日 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日	①10:00～12:00 ②19:30～21:00 ③11:00～13:00	①大井総合福祉センター ②上福岡西公民館 ③ステラ・イースト	3,600円/年
点訳	上福岡点訳グループ	点訳本の作成、福祉体験参加授業講習会、視覚障がい者や他団体等の人との交流旅行で教養親睦を育む。	○			○	第1、3水曜日	9:00～11:00	ステラ・イースト	1,000円/年
朗読	朗読ともしび	活字による読書が困難な方との読書の楽しみを共有。対面朗読、録音図書制作。				○	隔週水曜日	13:30～16:00	ステラ・イースト、上福岡図書館	3,000円/年 テープ会員1,000円/年
障がい者交流・支援	特定非営利活動法人 上福岡障害者支援センター21	障がい者の働く場や暮らす場を設け、介護者を派遣して、障がい者の自立と社会参加を進めます。				○	ほぼ毎日	いつでも、できる時間に	協働舎レタス、グループホーム、上福岡西公民館など	賛助会費1,000円/年 別途入会金、年会費あり
	ふじみ野市身体障害者福祉会	身体障がい者の行動訓練。レク事業。市の行事に参加。埼玉身体障がい事業に参加。				○			ステラ・イースト、市民交流プラザ、野外	500円/年

初：初心者歓迎、中：中級者、上：上級者、経：経験問わず

高齢者支援・交流	お話し相手ボランティア「えがお」	一人暮らし高齢者や施設入所の方々のお話し相手として訪問し、気持ちに寄り添う活動。		○			定例会、第3水曜日 活動は月2回	訪問は1時間程度	定例会：市民交流プラザ 活動：市内の老人介護施設と個人宅	1,000円/年
	特定非営利活動法人ふじみ野明るい社会づくりの会	高齢者及び健康を害しておられる方のお困りごとを、1時間300円でお手伝いしています。	○				年中無休	9:00-15:00	市内全城	1,000円/年
地域交流・活動情報支援・交換	花と緑部会	1.緑のカーテン事業 2.花の植栽事業 3.新河岸川美化活動(年2回)	○				駅前花壇、毎週月催	10:00~12:00	駅前花壇、東原小学校、新河岸川他	会費なし
	ふじみ野市聴覚障害者会	手話学習、福祉体験学習活動への協力や手話サークルとの交流。	○				火・水曜日	①10:00~12:00 ②11:00~13:00 ③19:30~21:00	①大井総合福祉センター ②ステラ・イースト ③上福岡西公民館	2,000円/年
	ふじみ野地区更生保護女性会	矯正施設、子育て支援、学習支援、障がい者スポーツ、地区ミニ集会、学校への図書費				○	毎月第1火曜日	13:30~15:30	ステラ・イースト他	600円/年

(10) 子ども対象

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
書道	鳴書サークル	年少さんから大人まで。初心者も中級者も上級者まで活動できます。毛筆と硬筆の昇級(段)もできます。				○	土曜日 月3回	9:00~12:00 13:30~15:30	ステラ・ウェスト、鶴ヶ岡コミュニティセンター	2,000~2,500円/月
野球	大井亀少クラブ	亀久保小学校に通学している子ども達で活動する少年野球チームです。	○				土曜日、日曜日、祝日	8:00~17:00	亀久保小学校	3,000円/月
バスケット	F.F.ファイヤーズ	バスケット経験のある指導者とOBと保護者の下で、子供達の心と身体の健全育成を目的とした活動を行っています。				○	男子：月水木土、女子：火水金※日曜は試合有	17:30~19:00	駒西小体育館	2,500円/月
ダンス・バレエ	GLITTER★Dance Crew	基礎を大切にSTEPや振りの練習を行います。お祭りや地域のEVENTにも積極的に参加しています。	○			○	毎週木曜日	①18:00~19:00 ②19:00~20:00	鶴ヶ岡コミュニティセンター	4,000円/月
	ダンシングスカイ	多学年で明るく元気にダンスを楽しんでいます。年に数回、市内のイベント等で披露しています。	○			○	毎週土曜日	14:00~17:00 クラス分け有	上福岡西公民館	3,800円/月
バトン・新体操	NPO新体操連盟	①みるきい(3歳~小学生) ②リズムー(小学生) ③フェアリー(初心者小3~中学生)(経験者小1~中学生)	○			○	①月3回土曜日 ②毎週火曜日 ③毎週金曜日	①13:00~14:00 ②17:30~18:30 ③17:30~19:00	①さぎの森小 ②亀久保小 ③さぎの森小・亀久保小	2,000円~/月 4,000円~/年 ①②③により異なる
武道	日本空手道真武館	幼児~中学生を中心とした空手道教室です。初めての方でも大丈夫です。楽しく稽古をしています。	○	○	○	○	毎週金曜日、土曜日	金曜日 18:00~20:30 土曜日 9:30~11:30	亀久保小学校、第二運動公園など	4,000円/月

令和6年4月時点の情報です。詳細は協働推進課（☎262-8123）へお問い合わせください。

（ⅠⅠ）親子対象

区分	名称	活動内容	初	中	上	経	活動日	活動時間	主な活動場所	会費
親子 レク	おむすび	子育てや食育、環境のことについての情報交換や、遊び場・学び場づくりをしています。できる人ができる事を。	○			○	第2火曜日	10:00～ 12:00	ふじみ野市内	会費なし
	新日本婦人の会 赤ちゃんリズム サークル	0歳～就学前の親子。歌いながら全身マッサージ。手あそび絵本の面白さに触れる。リズムを楽しむ。	○				毎週金曜日 (第5週休み)	10:30～ 12:00	亀居会館	900円/月
	マザーボーネ タイム	ベビーマッサージや読み読みの教室開催	○				第4火曜、第3木曜	10:30～ 11:30	市民交流プラザ	500円/回