

# 西部公民館 利用者団体一覧表

公民館は、多くの市民が集い、学び合う場として、様々な団体が活動しています。  
令和6年度に、西部公民館で活動している利用者団体(グループ)を紹介します。  
見学や体験、加入を希望する方は、西部公民館までお気軽にお問い合わせください。

## ★声や音で表現活動をする団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
カラオケ	しゃくやく西部	金	午後	1・3
軽音楽	楽団シルバーフレンド	日	午前	1・2・3
合唱・コーラス	このみコーラス	月	午前	1・3
	コーラスまどか	月	午前	2・4
	西部合唱倶楽部	火	夜間	1・3
詩吟	上田岳風会	木	午後	2・4
	おもい川	土	午後	1・3
	詩吟籟洲琉籟風会西部支部	水	午後	2・4
仕舞・謡曲練習	上田観世九阜会	不定期		
大正琴	西部琴の会	火	午後	1・3
ハーモニカ練習	楽しいハーモニカ A	木	午前	2
	楽しいハーモニカ B	木	午後	2
コカリナ	コカリナハーモニー	火	午前	3

## ★ゲームや学習をする団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
囲碁	碁を楽しむ会	金	午前	1・2・3
英会話	ケアンズ	火	午後	1・2・3
パソコン・iPad 操作、学習	ぷらっとパソコンクラブ	不定期		
韓国語(ハングル)会話	ハナ・トウル・セツ	水	午後	1・3
健康マージャン	健康マージャンを楽しむ会	木	午前	1・2・3

## ★親子や子ども向けの活動を行う団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
けん玉	上田けん玉クラブ	土	午後	4
筒けん	エンジョイ筒けんクラブ	不定期		
子ども英会話	こども英語サークル(小学生)	月	午後	1・3・5

## ★地域づくり・ボランティア活動をする団体

内 容	団 体 名	曜 日	時 間 帯	第何週目
花いっぱいのおさんぽ道づくり	花いっばいの会	不定期		
地域のまちづくり	西部地域まちづくりの会	木/金	夜間/午後・夜間	3/1

## ★身体を動かす活動をする団体

内 容	グループ名	曜日	時間帯	第何週目
卓球	わかば卓球クラブ	火	午後	1・2・3
	GFC	金	午前	1・2・3
	TWF	金	夜間	1・2・4
	Se-Laクラブ	土	夜間	1・2・3
	シルバークラブ	日	午後	1・3・4
ラージボール卓球	LBT	木	午後	1・2・3
山岳会	上田コマクサ山の会	木	夜間	1・2
ストレッチ体操	なずな	月	夜間	1・2・3
筋トレ・ストレッチ	バランストレーニング	水	午前	1・3
筋トレ	Y・H・Body	金	午後	2・3・4
バランスボール・体操・ウォーキング	バランスボールと健康づくりの会	木	午前	1
社交ダンス	社交ダンス 若草会	月	午後	1・2・3
フォークダンス	上田西部フォークダンスクラブ	火	午後	1・3・4
	こっこ西部	火	午後	2・4・5
	at-home(あっとほうむ)	土	午後	2・4
ハワイアンフラ	アロハフラ HANA 花	火	夜間	2・4
フラダンス	フラ ハナ レイ	水	午前	2・4
	ホクラニ フラ サークル	金	午前/午後	2/4
太極拳	太極拳クラブ	金	午後	1・2・3
太極柔力球	太極柔力球の会	金	午前	1・3
ヨーガ	げんきヨーガ月曜会	月	午後	2・4
	ヨーガA	土	午前	1・2・4
	ヨーガB	土	午前	1・2・4
ダンス	ルビー	月	午後	2・3・4
レクリエーションダンス	シャッセ	木	夜間	1・2・3
エアロビクス	エアロビクスサークル	水	夜間	1・3
パドル体操	パドル体操 さざんか	金	午前	1・3
演劇稽古・表現ワークショップ	表現集団Esperanza(エスペランサ)	不定期		

## ★作品制作の活動をする団体

内 容	グループ名	曜日	時間帯	第何週目
絵画	みち絵会	火	午前～午後	2
書道	清雲会常磐城支部	月	午後	1
水墨画	親墨クラブ	木	午前	4
ちぎり絵	花水木の会	火	午前	1・3
古布で小物作り	やよいの会	火	午前	3
古布のリフォーム・リサイクル	手づくな	水	午後	1・3
	針工房	木	午前～午後	1・2・3
和裁	早緑の会	金/火	午前～午後	1・3/4
パッチワーク	はなみずきの会	月	午後	3
クラフトバンド手芸	クラフト工房	水	午前	4
陶芸	陶遊会	木・金 第2・午前/木・第4・午前～午後		
フラワーアレンジメント	マムフラワーサークル	水	第2・午前/第3・午後	