

“学びま専科”

令和5年度版

# 生涯学習団体情報誌



蓮田市・蓮田市教育委員会

# ご 案 内

- ☆ この冊子は、蓮田市内において生涯学習活動を行っているグループ・サークルの情報を掲載しています。
- ☆ 活動内容の確認や入会申込み等については、各団体の問い合わせ先に連絡してください。
- ☆ 掲載した活動日時、問い合わせ先に変更が生じている場合がありますので、ご了承ください。
- ☆ この冊子は、市内の生涯学習活動団体の活性化を目的に作成したものです。この目的以外のご利用はご遠慮ください。

# 目

# 次

## 1. 社会教育

社会教育総合	1
環境・自然	1
商工・観光	2
健康・医療・介護	2

## 2. 文化活動・趣味

語学	3
(英語、中国語)	
文学	3~4
(詩歌、古典文学)	
朗読	4
音楽	4~6
(楽器演奏、歌唱 等)	
舞踊・演劇	7~8
(民謡・民踊、ダンス 等)	
美術	9
(絵画、書道)	
伝統芸能	10
(能楽、お囃子)	
手芸	10
園芸・生け花	11
囲碁・将棋	11

## 3. スポーツ・レクリエーション活動

球技	12~13
(野球、テニス、バスケットボール)	
(バドミントン、バレーボール)	
武道・格闘技	14~16
(柔道、剣道、空手、太極拳)	
体操・ヨガ	17~18
(体操、ヨガ、自彊術)	
登山・ウォーキング	19
シーズンスポーツ	19
軽スポーツ・レクリエーション	19
総合型地域スポーツクラブ	20~21

## 4. ボランティア活動

ボランティア団体	22
----------	----

## 5. 社会教育関係団体等の一覧

蓮田市文化団体連合会	23
蓮田市スポーツ協会	23
蓮田市レクリエーション協会	24
蓮田市スポーツ少年団	24
その他の団体	24

# 社会教育

## 社会教育総合

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員 募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
蓮田・白岡地方 ユネスコ協会	ユネスコ憲章理念に基づき、教育・科学・文化を通じて国際理解と地域文化向上の為、世界を知り、我が街を知る活動を展開しています。文化遺産めぐりなど会員の交流の場もあります。今年度から「親子で学ぶ平和ショップ」も企画しております。	年間計画に基づき実施・詳細はHP閲覧か お問合せ下さい	年3,600円	有	田村 勝彦 携帯 080-3005-6005 E-mail tamuzo@d6.dion.ne.jp ホームページ http://www.unesco.or.jp/ hasuda-shiraoka
●公益社団法人 日本ユネスコ 協会連盟 ●埼玉県ユネスコ 連絡協議会		中央公民館 関山分館 蓮田市図書館 はびすしらおか ハストピア	なし		
ボーイスカウト 蓮田第1団	ボーイスカウト活動は自然をプログラムの中に入れての野外活動を班分けしてのグループ活動でカリキュラムにそって自己研鑽して一人前になるようにする活動です。	第1・3日曜日	月500円	有	ボーイスカウト 蓮田第1団 ホームページ  栗原 均 携帯 090-3233-2179
ボーイスカウト 埼玉県連盟		山ノ内公園・ 根ヶ谷戸公園等	10,000円		
ボーイスカウト 蓮田第3団	ボーイスカウト活動は、年長さんから大学生年代までの青少年をより良き社会人に育成する世界的な社会教育活動です。ちかいとおきての実践を柱に、野外活動、小グループでの活動、進歩制度などに取り組んでいます。	毎月日曜日 (2回から3回)	年24,000円	有	大塚 利昭 携帯 090-5205-7298 E-mail carren@r3.dion.ne.jp
ボーイスカウト 埼玉県連盟		蓮田第3団 スカウトランド他	4,000円		

## 環境・自然

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員 募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
はすだ 自然学校	現在は、フリーマーケットを主に活動しています。一輪ざしやひしゃくなど、実際に作りながら、竹の文化やすばらしさを知るとともに、コミュニケーション能力や人とのふれあいなども大切にしていきたいと思います。	土曜・休日		有	岩沼 靖生 TEL 048-764-1957
		白岡市地域包括 支援センター ウエルシア			

## 商工・観光

団 体 名	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 集 募	問 合 せ 先
所属する 団体・連盟・流派		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田 ボランティア ガイドの会	蓮田のまちをふるさとと感じていただけるよう、蓮田の歴史・文化・自然・産業などを生涯にわたり学習する。そのために各種イベントを企画し市内外の参加者に広く紹介し、蓮田の観光振興を図る。具体的には生涯学習団体として中央公民館と連携して、歴史講座やまち歩きなどの各種イベントを開催する。	定例会は、毎月第3水曜日の午前中開催。歴史講座やまち歩きは年間計画を立て随時開催。	年1,000円	有	秋山 幸治 携帯 090-9824-5853 E-mail akiyama5236 @icloud.com
●埼玉県市町村 観光ボランティア ガイド団体 ●はすだ観光協会 ●蓮田市社会 福祉協議会 登録ボランティア		定例会は蓮田市社会福祉協議会会議室にて。 まち歩きは市内の各地を訪ねる。	なし		

## 健康・医療・介護

団 体 名	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 集 募	問 合 せ 先
所属する 団体・連盟・流派		活 動 場 所	入 会 金		
フレイル予防	「元気に自立した日常生活を送り健康寿命を延ばす」「楽しく脳と体と心を動かす」を目標に認知機能の低下予防の脳リハ、ストレッチ、筋力強化、バランストレーニングなどの運動や口腔機能、栄養、他の座学も実施。	月2回 (HP、センター便り参照) 10:45~12:15	なし	有	加藤 菜穂子 TEL 048-769-1455 老人福祉センター
老人福祉 センター		老人福祉センター	なし		
特定非営利 活動法人 マインドフルネス 総合研究所	マインドフルネス心理療法を用いた心の健康プログラム ①うつ病、認知症、介護予防のために効果のある呼吸法、脳活性化トレーニングやフリフリグッパ体操等を行っています。 ②椿山ではうつ病、自殺予防の学習も。 ③SDGs3.4自殺防止&孤独孤立対策研究会・実践会。(うつ病、双極性障害、パニック症、社交不安、PTSD、過食症、孤独・孤立にあるメンタルヘルス、ひきこもりと8050問題、不登校にある精神疾患、がん患者のメンタルヘルス、等。) ④孤独孤立・自殺防止対策の支援者の育成プログラム	①第2・4火曜日10:45~12:00 老人福祉センター 会費・入会金なし ②最終金曜日10:00~11:45 椿山自治会館 年会費3,000円・入会金なし ③毎月1回、13:30~15:30 椿山自治会館や勤労青少年ホーム等。 入会金なし、 参加費:無料~500円。 開催日場所はその都度変わるので、HP参照。 ④毎月1回、第3月曜日、 10:00~17:00 椿山自治会館等 参加費:毎回テキスト代実費、 入会金なし		有	大田 健次郎 TEL 048-769-2036 E-mail saitama @co.email.ne.jp HP http:// mindfulness.jp/
SDGs登録会員 (内閣府・埼玉 県・さいたま市) 埼玉県孤独・孤 立対策ポータル サイト					
養生学研究会	日本古来の先人の知恵である養生訓を基に、季節に合った養生食を学び、心とからだのバランスを整え生涯健康を目指します。 対象 女性向	春・梅雨・夏・秋・冬 の年5回 個別は要相談	各月 1,000~ 2,000円	有	岡田 ルリ子 携帯 080-3412-8171 E-mail rugen.youjou @gmail.com
		西口行政センター クッキングルーム	なし		

# 文化活動・趣味

## 語 学

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
イングリッシュ フレンズ	外国人講師による英語会話を習得しながら、 会員相互の親睦を図る。	第2・4月曜日 18:00～20:00	月2,000円	有	阿部 春夫 TEL 048-768-8338
		中央公民館 第2会議室	なし		
初級英会話	英語を気楽に楽しく学びたい方、お待ちしております。 “いらっしゃ～い！” 英会話を学ぶことは、「認知症防止」にも役立ちます。	毎週木曜日 14:00～16:00	なし	有	菅原 孝 TEL 048-769-2462
		中央公民館 第2会議室	なし		
英会話月曜日	日常英会話が中心です。旅行や日常の身の 回りの出来事などについて、まずは自分の力 で話してみましよう。イギリス人の先生ですが、 日本語がわかります。やさしく楽しく学びましよう。	第2・4月曜日 19:00～21:00	月2,000円	有	杉谷 道雄 TEL 048-769-2849
		中央公民館	1,000円		
ESE (Enjoy Speaking in English)	英語学習は和訳英訳し文法を勉強して単語 や文を覚えるインプットが多くなり勝ちです。聞 いた英語に即座に反応し自分の思いを伝える にはアウトプットの練習が欠かせません。ESE は英語で話す練習の場です。	第2・4土曜日 10:00～12:00	月1,000円	有	大屋 京児 携帯 080-1398-0208 E-mail trustechs @yahoo.ne.jp
		中央公民館 または 西口行政センター	なし		

## 文 学

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市 俳句連盟	俳句は「入りやすく達しがたい文芸」ともいわ れますが、会員それぞれの目的をもって、毎 月の句会に和気藹々と精を出しています。 初心者大歓迎です。	第3日曜日 13:00～16:00	月100円 年1,000円	有	荒川 わこ TEL 048-766-4614
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館	1,000円		
はちす俳句会	初心者からベテランまで、俳句を詠み、集まっ て楽しむ句会です。	第4土曜日 13:00～17:00	年2,000円	有	石原 惟夫 TEL 048-769-3848
		中央公民館	なし		
蓮田 短歌クラブ	毎月一回、自作の短歌一首を発表し、互いに 批評し合い、楽しみながら学習をしています。 また、年一回「はすの実」という歌集を発行し ています。この歌集は蓮田短歌クラブ結成か ら続いており、本年が48集となります。	第1日曜日 13:00～15:00	年5,000円	有	松野 直 TEL 048-797-5035
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館	なし		

## 文 学

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
歌と観照の会	短歌の会です。自作を持ち寄り会員相互に観照し、より良い表現を学んでいます。	第4金曜日 10:00~12:00	年2,000円	有	長嶋 浩子 TEL 048-768-0618
		中央公民館	なし		
蓮田川柳の会	川柳の初歩から学び、文芸川柳に高める創作活動とともに、会員相互の親睦を図ることを大切にしながら活動を行っております。	第1・3水曜日 13:00~17:00	月1,000円	有	戸田 美佐緒 携帯 090-8015-1102
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館	なし		

## 朗 読

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田 おはなしの会	昔話を語るグループです。対象は幼児から大人です。昔話には、先人の知恵がちりばめられています。映像と違い、耳で聴き想像を広げる事は、豊かな心を作ると信じ、活動しています。	年末年始を除いた ほとんど毎日 会員が活動 しています	年2,000円	有	根元 和子 TEL 048-769-0245
		図書館 保育園 小・中学校 市内各施設	なし		

## 音 楽

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市音楽連盟	蓮田市音楽連盟は11月12日(日)にハストピアで第44回蓮田市音楽祭を開催予定です。女声合唱8、男声合唱2、混声合唱3の他、松韻高校合唱部、埼玉中央フィルなどによる多彩な音楽祭に向けて鋭意準備中です。	総会(4) 実行委員会 4月~10月 音楽祭 11月12日(日)	年1,500円	有	阿部 遙 携帯 090-4434-3139 E-mail heibee @qd5.so-net.ne.jp
蓮田市 文化団体連合会		図書館 西口行政センター等	なし		
コールエコー 男性合唱団 (C.E.M.C)	本団は今年結成9年目の男声合唱団です。現在団員8名と指揮者、伴奏者で月2回、11月の蓮田市音楽祭での発表を目標に、幅広いレパートリーを練習しています。現在男声合唱に興味のある団員を募集しています。	第1・3日曜日 15:00~17:00	月1,500円	有 (若干名)	
蓮田市音楽連盟		中央公民館、他	なし		

# 音 楽

団 体 名	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市 小学生バンド	市内小学校3年生以上の児童を対象に、金管楽器と打楽器について毎週土曜日の午前中、蓮田北小学校音楽室で楽器演奏経験者の指導のもと練習しています。楽器は貸与します。保護者の送迎と活動補助当番があります。	毎週土曜日 午前中	月2,000円	有	関口 茂 TEL 048-768-8994
蓮田市 吹奏楽連盟		蓮田北小学校 音楽室	なし		
カラオケクラブ 同好会	星野先生がとってもわかりやすくご指導してくれます。カラオケを通して地域の皆様と楽しいひとときをすごしていきたいと思ひます。歌の大好きな人まっています。	10:30~12:00 13:00~14:30	月1,000円	有	北添 弘美 TEL 048-768-0837
		老人福祉センター	1,000円		
コーラス 花みずき	諸貴先生の熱心なご指導のもと、美しく心に響く歌声とハーモニーをめざし、楽しく練習しています。歌の好きな方、一緒に合唱を楽しみましょう。是非見学にいらして下さい。	月曜日 (月3回) 10:00~12:00	月5,000円	有	吉田 宏子 TEL 048-769-6488
		中央公民館	なし		
あじさい 童謡の会	先生の伴奏と指導のもと、童謡・唱歌から歌謡曲・フォークソングまで、懐かしいところの名歌を歌って、健康を維持し、会員相互の親睦を図ることを目的に活動しています。楽しく歌うことをモットーにしている仲間です。気楽な気持ちで一緒に歌いませんか。お待ちしております。	原則 毎月第3土曜日 12:00~14:00	月1,000円	有	関根 雅江 TEL 048-768-2668 携帯 090-7274-3093 E-mail ma_ishii@amber. plala.or.jp
		中央公民館	なし		
蓮田尺八クラブ	尺八の奥深い竹の音色をご一緒に学びませんか？ 西村教盟先生の指導で、童謡民謡歌謡曲等を楽しく稽古をしています。蓮田市内の養護センター等でボランティア活動で演奏しています。	第1・3月曜日 10:00~12:00	月2,000円	有	麦倉 宏 TEL 048-769-5270
琴古流		勤労青少年ホーム	なし		
大正琴 幸の会	大正琴の演奏法を基礎から学び、独奏、合奏する楽しさを味わい、音色の美しさを実感する、また会員相互の親睦を図る。地域の施設、サロン活動等にボランティアで訪問し喜ばれています。	(さちの会) 月曜日 9:00~12:00 中央公民館	月3,000円	有	小野寺 幸子 TEL 048-768-0611
●蓮田市文化 団体連合会 ●大正琴岡田 香真流		(すみれ会) 水曜日 9:00~12:00 中央公民館 関山分館			
		(ひまわり会) 木曜日 9:00~12:00 中央公民館 関山分館			
大正琴 水曜会	日本で生まれた大衆楽器の大正琴。あなたもこの機会に生涯学習の一つとして挑戦してみても如何でしょうか。一人一人できるまで懇切ていねいに指導いたします。	第1・3水曜日 13:00~15:00	月3,000円	有	細谷 照子 TEL 048-768-0830 携帯 090-2238-9360
琴城流		中央公民館	なし		



# 音 楽

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
オカリナの会 「カナリア」	先生のご指導を受け基本からポップス、アニメ、童謡等多彩な曲を2重、3重奏で和気あいあいと楽しんでいます。オカリナは見た目も音色も温かく、吹き手も聴き手も和みます。初めての方見学も大歓迎です。	第2・4木曜日 13:30～15:30	月3,000円	有	畠山 典子 TEL 048-769-7584
		中央公民館	500円		
蓮田ハーモニカ 愛好会	私たちは「ハーモニカ演奏」を月2回練習しています。 現在10名のメンバーで、合奏と独奏の練習をやっています。 童謡や演歌・懐かしい歌など、その当時のことが思い出され、楽しい時間を過ごしています。 3月に1回、発表会や交流会を計画しています。 ハーモニカ演奏の郷愁を感じながら楽しい時間を一緒にしませんか？	第2・4月曜日 13:30～15:30	なし	有	岩崎 俊一 TEL 080-5379-9461 E-mail szsx65@yahoo.co.jp
		中央公民館 第3会議室	なし		

## 舞踊・演劇

団 体 名	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市民謡 舞踊連盟	蓮田市文化祭(ハストピア)への出演、老人福祉センターでの「ふれあいの集い」、蓮田市敬老会、特養施設へのボランティア参加等を行いながら、唄の会、踊りの会共に会員相互の親睦を深めております。	(連盟) 会議等年5~6回 (各会) 毎月2~4回	年1,200円	有	山根 佳代 TEL・FAX 048-768-8275
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館など	300円/1人		
蘭寿会	日本民謡、日本舞踊、レクリエーションダンスを通して地域の仲間作りと親睦を深めていきます。 ご一緒に踊りましょう 指導者 山根 佳代	第2・4金曜日 13:00~15:00	月3,000円	有	藤倉 節子 TEL 048-768-2061
蓮田市民謡 舞踊連盟		中央公民館	1,000円		
栄輔会	日本古来の民謡の愛好者が集り、三味線と、尺八の伴奏で楽しく唄って居ります。	第1・2土曜日 (他に1日有り) 9:00~12:00	月3,000円	無	丸山 高廣 TEL 048-768-3424
蓮田市民謡 舞踊連盟		中央公民館	なし		
民謡	民謡の他、毎月講師より新曲やレクダンス指導があります。反復練習により健康増進、脳トレ、若返り、仲間作り等の楽しみに繋がります。老人福祉センター内の行事、蓮田市の文化祭や地域の行事にも参加しています。	第1・3火曜日 毎週水曜日 10:45~12:00	なし	有	加藤 菜穂子 TEL 048-769-1455 老人福祉センター
老人福祉 センター		老人福祉 センター	なし		
民謡 わかば会	ふるさとの民謡、たのしい民謡 唄いながら一緒に踊って見ませんか。 蓮田音頭は唄も踊りも良いです。あそびに来て下さい。	第2・4水曜日 13:00~15:00	月500円	有	小林 美枝子 TEL・FAX 048-769-0925
日本民謡指導者 連盟 埼葛支部 上尾武道館講習		中央公民館	なし		
蓮田ダンス 愛好会	健康と親睦と技術向上を目指し楽しい思いやりのあるダンスサークルです。 どなたも見学自由、入会お待ちしております。	毎週金曜日 13:00~15:00	月3,000円	有	大石 武司 TEL 048-768-7718
蓮田市ダンス連盟 蓮田市 レクリエーション協会		中央公民館 パルシー武道場	なし		
金もく会	健康と親睦と技術向上を目指し楽しい思いやりのあるダンスサークルです。 どなたも見学自由、入会お待ちしております。	毎週水曜日 15:00~17:00	月2,000円	有	山口 敏夫 TEL 048-766-5128
蓮田市ダンス連盟 蓮田市 レクリエーション協会		コミュニティ センター	なし		
サタデー ソシアル	健康と親睦と技術向上を目指し楽しい思いやりのあるダンスサークルです。 どなたも見学自由、入会お待ちしております。	毎週土曜日 15:00~17:00	月2,000円	有	杉山 初男 TEL 090-2146-6483
蓮田市ダンス連盟 蓮田市 レクリエーション協会		コミュニティ センター	なし		
蓮田ソシアル メイツ	健康と親睦と技術向上を目指し楽しい思いやりのあるダンスサークルです。 どなたも見学自由、入会お待ちしております。	毎週日曜日 9:00~12:00	月1,000円	有	新村 尚久 TEL 048-766-1275
蓮田市ダンス連盟 蓮田市 レクリエーション協会		中央公民館 関山分館	1,000円		

# 舞踊・演劇

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
花みずき	世界の音楽を聴きながら簡単なステップを踏むフォークダンスを楽しんでいます。色々なリズムで足を踏みかえることは、頭の体操・転倒防止に効果あります。一緒に楽しく踊りましょう！！	第2・4月曜日 13:00～15:00	月1,000円	有	中田 直子 TEL 048-769-5379
		中央公民館	1,000円		
蓮田FDC 「すずらん」	世界の踊りを地域の人達と楽しく踊っています。体力維持、認知症予防等心身の健康に効果バツグン！Xマス会、遠足、旅行と楽しい行事もありホームの慰問もやっていますがコロナ禍の今はお休みしています。	毎週火曜日 10:00～12:00	月500円	有	斉藤 キミ子 TEL 048-768-5172
埼玉県フォーク ダンス連盟		西新宿会館	なし		
蓮田スクエア ダンスクラブ	スクエアダンスとは、カントリー調の音楽に合わせて8人で歩きながら踊るダンスです。誰にでも簡単に楽しく踊ることが出来ます。スクエアダンス活動を通して、会員相互の親睦と地域の仲間づくりをしています。	第2・3・4土曜日 13:00～16:00	月1,000円	有	岸 昌三 携帯 080-6702-8391 E-mail shochan505 @yahoo.co.jp
一般社団法人 日本スクエア ダンス協会		中央公民館 (第2・4土曜日) 下町自治会館 (第3土曜日)	1,000円		
すこやっこ ジュニア	内気な子も友だちができる！ 運動が苦手でも、楽しく踊れる！ 蓮田市のイベントに、多数出演！ 少人数で和気あいあいと、ダンスしています。	第1・4日曜日 10:00～11:30	月1,000円	有	安立 照子 TEL 090-7206-8764
ブルードラゴン		中央公民館	なし		
サーフ&surf	ヒップホップフリーダンス 3歳から中高生のチームで活動しています。 市内の祭、ボランティア施設演舞等で活動。	第1・3土曜日 15:00～17:00	月1,000円	有	
		中央公民館	2,000円		
蓮田花蝶風月	蓮田音頭ヤングバージョンインストラクター チームです。他市町の皆様と交流。よさこい踊りでイベント。蓮田市民まつりで一緒に踊りませんか!!	第2・4土曜日 18:00～20:00 第1・3水曜日 18:00～20:00	月1,000円	有	近藤 純枝 携帯 090-2536-8964 FAX 048-769-0699
		中央公民館 蓮田フィットネス 近藤(閨戸)	なし		
蝶々くらぶ	子供達でよさこいを踊るチームです。 3才～中学生。イベントに参加したり、市内のお祭りに参加して地域の皆様と交流を目的に活動しています。	第2・4土曜日 17:00～18:00	月1,000円	有	
		中央公民館 蓮田フィットネス 近藤(閨戸)	なし		

# 美 術

団 体 名	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
所属する 団体・連盟・流派		活 動 場 所	入 会 金		
絵筆の会	月2回、活動しています。第1水曜の午前は、水彩絵の具で四季の花を描き、第3水曜日の午前は、墨で様々な絵を描いています。下絵があるので、誰でも楽しく描けます。	第1・3水曜日 9:30～11:30	月1,800円	有	西浦 和子 TEL 048-768-3516
		中央公民館	なし		
書道サークル	筆文字に親しみたいと思う人達のサークルです。女性講師の下で、日常生活に役立つ楷書、行書、草書、かな等を楽しく学習しています。親睦を何より大切にしています。	第1・3水曜日 10:00～12:00	月1,800円	有	千葉 謙次郎 TEL 048-764-1226
蓮田市 書道連盟		中央公民館	1,000円		
書道サークル 向山会	講師 清水絢子先生の指導にて初心者の方でも基礎から書道を学べます。親睦を深めながら上達を目指し楽しく学習しております。課題は、楷書、行書、草書、かな等々多岐に学べます。	毎月第1・2・3 金曜日 10:00～12:00	月1,600円	有	西尾 紘三郎 TEL 048-768-4560
蓮田市 書道連盟		老人福祉センター	1,200円		

## 伝統芸能

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
能楽サロン <small>いづがくさ</small> “遊楽座”	新しいことに挑戦してみませんか。舞をまったり、謡をうたったり、鼓を打ったり、太鼓を楽しんだり。呼吸法は、身体を元気にし、血流を促します。心癒される世界で、人生の見事な花を咲かせましょう。初心者大歓迎。	毎週水曜日 ご都合にて 対応します。	月3,000円	有	鈴木 玲子 携帯 090-8584-5836
		中央公民館 自宅花舞台	なし		
蓮田囃子 保存会	蓮田に古くから伝わる囃子の伝承及び研究を行っています。	毎週日曜日 10:00～12:00	なし	有	井上 博登 携帯 080-3580-9304
		こども囃子 第1・3日曜日 10:00～11:00			

## 手 芸

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
蓮田市 手芸趣味の会	会員の方々は、ご家族にて昔からの伝統を受けついで、こつこつと技を磨いています アメリカンフラワー パッチワーク 額絵 人形 こぎんさし 手織等 文化団体連合会の文化 祭は11月に中央公民館にて開催します	月により定める	年500円	有	渡井 ひろみ TEL 048-764-2751
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館	なし		

## 園芸・生け花

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 集 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市 華道連盟	市役所と中央公民館へのいけばなボランティア、そして秋の文化祭参加を通して、流派を超えての交流をしています。		年1,500円	有	戸ヶ崎 真理子 携帯 080-5906-0378
蓮田市 文化団体連合会			なし		
蓮田市菊友会	菊作りの会です。勉強会や菊花展の開催等の活動を通して会員相互の親睦を図ります。勉強会ではオリジナルのテキストを使用して初心者も美しい花を咲かせられるようサポートします。	毎月最終日曜日 13:00～15:00	年5,000円	有	古田 宏 TEL・FAX 048-768-7862
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館	1,000円		

## 囲碁・将棋

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 集 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
婦人囲碁クラブ	名称は婦人囲碁クラブですが、男性会員の方も一緒に囲碁を楽しんでいます。始めて見たい方、囲碁仲間を作りたい方の見学・参加を、お待ちしております。	第1・2・3日曜日 9:00～12:00	年2,000円	有	當摩 澄子 TEL 048-764-1914
		中央公民館	なし		
蓮田市 囲碁クラブ	囲碁を通じて会員相互の親睦を深め、棋力の向上を目的として、月2～3回の例会を実施、又他の囲碁クラブとの交流対局を行っています。囲碁に興味のある方の御参加をお待ちしております。	第1・3日曜日 (第2又は第4日曜日の実施もあり)	年3,600円	有	遠藤 俊明 TEL・FAX 048-769-6641
蓮田市 文化団体連合会		中央公民館	1,000円		
ミレニアム 囲碁の会	初級者から有段者まで囲碁の勉強と対局を楽しみながら活動しています。	第2・4日曜日 9:00～12:00	月250円	有	金子 真津男 TEL 048-764-1453
		中央公民館	1,000円		
蓮田将棋 棋友会	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会員相互の親睦を深めます</li> <li>・棋力の向上に努めます</li> <li>・連合会主催の団体戦・個人戦への参加</li> <li>・年2回、会主催の将棋大会</li> <li>・その他の活動</li> </ul>	例会(第2日曜日) 10:00～17:00 練習会 (第3日曜日) 13:00～17:00	月500円 年2,000円	有	花俣 隆一 TEL 048-722-6863
埼玉県東部 将棋連合会		中央公民館	なし		

# スポーツ・レクリエーション活動

## 球 技

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
中央フライズ 蓮田市 スポーツ少年団	野球を通じて、スポーツ少年団の理念、次世代を担う健全な体と心を持った青少年の育成に沿って活動しています。みなさんの参加をお待ちしております。	■5・6年生 毎週土・日・祝日 9:00～17:00 ■4年生以下 毎週土曜日 9:00～13:00 毎週日曜・祝日 9:00～17:00	月2,500円 保険料 年800円	有	大牧 明弘 携帯 090-3087-9926
黒浜ジェッツ 蓮田市 スポーツ少年団	野球を通して礼儀・規律・協調・思いやりを基本に、負けた時の悔しさ、勝った時の嬉しさ、青空の下で白球を追いかける楽しさを知ることなどで、健全な心身の育成を目的に活動しています。	土・日・祝日 8:30～17:00 黒浜南小学校 校庭	月3,000円 なし	有	佐藤 正明 携帯 090-2925-0792
蓮田ファミリー テニスクラブ (ソフトテニス) 蓮田市 ソフトテニス連盟	当クラブは、会員の健康増進と親睦を深めることを目的とし、ソフトテニスを生涯スポーツとして活動しています。老若男女、経験の有無を問わず会員を募集しています。	月・木・土・日 4～9月 9:00～13:00 10～3月 10:00～14:00 黒浜運動公園 テニスコート他	年12,000 円 なし	有	あたか 安宅 昭 携帯 090-9812-0239
蓮田ジュニア テニスクラブ 蓮田市 ソフトテニス連盟	当クラブは、ソフトテニスを通じて子ども達の親睦を図り、粘り強い精神力と相手を思いやる心を育成し、体力の向上を目指しています。皆さんぜひ、体験に来てください。	■土・日・祝日 …4時間程度 黒浜公園テニスコート 蓮田松韻高校 ■水曜日 …2時間半程度 黒浜西小学校 体育館	月2,000円 なし	有	杉崎 沙織 携帯 090-5815-7226 E-mail s.a17.s14.s11 @docomo.ne.jp
サンデー テニスクラブ 蓮田市 ソフトテニス連盟	当クラブは、ソフトテニスを通じて、自己の体力向上と健康の維持増進を図ると共に、会員相互の親睦を深めることを目的としています。ご参加をお待ちしています。	土曜日 または 日曜日 蓮田松韻高校 テニスコート 黒浜公園 テニスコート	月500円 1,000円	有	見城 正幸 TEL 048-769-0085

# 球 技

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 集 募	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
KBBC (バスケットボール クリニック)  蓮田市 バスケットボール 連盟	小学生、中学生を対象としたバスケットボール クリニックを行っています。 チームとしての活動では無く、個人スキルを学 ぶ場となります。 初心者大歓迎です。	小学生 日曜日 15:00～18:00 中学生 日曜日 18:30～20:30	小学生 1回1,600 円または 1,800円 中学生 1回2,100 円	有	戸田祥史 E-mail: hasudabasket.info @gmail.com HP: https://hasuda basket. jimdofree.com/
		小学生:平野小学校 中学生:蓮田南小学校	なし		
蓮田サウス シャトラーズ  蓮田市 スポーツ少年団	バドミントンを通して、あいさつ、仲間づくり、助 け合いの精神を育て「やる気、元気、がんばる 気」を合言葉に元気に活動し、大会等を通して 勝つ喜び、負けたくやしさを知り、生涯スポー ツの基礎づくりを旨とします。	火・木・金曜日 17:30～20:30 日曜日 8:00～11:00	小1～2年 月2,000円 小3～6年 月2,500円	有	井上 泰年 携帯 090-3540-4305
蓮田南小学校 体育館		1,000円			
黒浜ジュニア  蓮田市 スポーツ少年団	バドミントンを通してスポーツを楽しみながら体 力、気力、マナー・挨拶を身につけ、たくましく 成長することを目指しています。小学2～4年 生を募集しています。	火・水曜日 17:00～19:00 土曜日 9:00～15:00 (3年生以下は 9:00～12:00)	月1,500円	有	田口 勝榮 携帯 080-3024-1327 E-mail taguchihasuda @gmail.com
黒浜南小学校 体育館		1,000円			
蓮田北 バレーボール クラブ  蓮田市 スポーツ少年団	蓮田北小学校を拠点に週4日練習していま す。 県大会に出場出来るようにチーム一丸となっ て頑張っています。 男女、体験見学大歓迎です。 是非、facebookも見てください！！	毎週 火曜日木曜日 17:00～19:00  土、日、祝日 9:00～12:30	月1,500円	有	facebook  担当者LINE レミス 
蓮田北小学校 体育館		その他 登録費等			
ペタンク 蓮田	フランス発祥の球技です。用具は目標球と金 属球 3球です。シングルス・ダブルス・トリ プルがあり、所要時間は2時間です。 会員は友好的に楽しく、元気よく、活動してい ます。先ずは見学をお勧めします。大歓迎で す！	水曜日13:30～ 土曜日 9:30～	年100円	有	辻本 健一 TEL 048-769-5880 携帯 090-6791-8446
元荒川河川敷公園		なし			



# 武道・格闘技

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市柔道会	蓮田市柔道会は、基本礼儀や、体力をつけるための、トレーニング、そして、柔道を通して、素直で、思いやりを持てる、子供になってほしいと考え、身体、精神と、心を養う指導をしています。見学も自由です。	火・土曜日 18:30~20:30	月2,000円	有	山口 恒雄 E-mail piyo.0222@gmail.com
		パルシー 武道場	3,000円		
蓮田市城剣友会	剣道は日本古来の武道で、稽古を通じ日々汗を流し、心と身体を鍛えると共に、礼儀と集中力を身に付け、以て、伝統文化の伝承と剣道の修練による人間形成を目的としています。皆さん竹刀を振ってみてください。	金曜日 18:30~20:30 土曜日 14:30~17:00 日曜日 9:00~12:00	月1,500円	有	(事務局) 石田 昭二 携帯 090-8435-4839 TEL・FAX 048-721-1665
●(公財)埼玉県 剣道連盟 ●久喜剣道連盟		黒浜西小学校 体育館	2,000円		
こども合気道	・左右の手足を鍛錬し、調和の取れた体力を ・転んでも怪我をしない受身で、護身術を ・相手の気に合わせ、痛みのわかる優しい心を ・挨拶ができ、いじめに負けない強い子を	木曜日 17:30~18:30	月3,000円	有	岡田 悦男 携帯 080-5510-7675
		パルシー(柔道場)	なし		
天真館 本部道場	天真館は、空手によって強い体と心を作ります。世界に通じる空手を日本体育協会公認の指導者が親切に教授します。初心者歓迎で4才よりシニアまで随時入会出来ます。見学・体験可	水曜/土曜 17:00~3クラス 日曜:空手教室 16:00~17:00	月7,000円	有	三輪 衛 TEL 048-768-6342
蓮田市空手道 連盟/空手		天真館本部道場	5,500円		
蓮田少林寺流 空手道クラブ	68年の歴史と伝統をもつ空手の流派で、心と体を鍛えながら基本からしっかり学べます。子供から大人まで幅広く在籍しており、地区大会や全国大会に出場しています。詳しくはホームページやインスタグラムを見て下さい。	毎週土曜日 初級17:00~18:15 中級18:15~20:00 上級18:15~21:00	月3,000円	有	鈴木 志歩 携帯 090-1651-1553 E-mail suzuki_awo @yahoo.co.jp ホームページ https://shourinjiryu- saitama.com/
少林寺流空手道 錬心館		HPのアクセスはこちらから→ 	勤労青少年ホーム		

# 武道・格闘技

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田市 太極拳協会	当協会は40歳代から80歳代まで幅広い年齢層の方々が、健康の為あるいは交流の場を求めて活動されています。埼玉県内でも太極拳が盛んな地域です。年齢と共に衰えていく足を鍛えるには最適のスポーツです。	当情報誌記載の各団体掲載欄をご参照ください		有	各団体に お問い合わせください
蓮田市太極拳 月曜会	当会は、太極拳を通じて、体と頭健康づくりとして、楽しんでいただけるサークルです。体力に合わせて行う、ゆるやかな動きで、筋力を高める体づくりをはじめてみませんか。	月曜日 19:00~21:00	月2,500円	有	福武 美意子 TEL 048-769-8371
蓮田市 太極拳協会		蓮田中央小学校 体育館	1,000円		
蓮田太極拳 土曜会	無理の無い動き。呼吸法等、スポーツ活動で太極拳は自身の免疫力を高め体幹を鍛えるすばらしいとテレビ等で取り上げています。何歳になっても元気に過ごしたいですね。さあ!! 一緒に始めましょう!!お待ちしております。	毎週土曜日 13:30~15:30	月2,500円	有	飯田 桂子 携帯 080-1144-7773 TEL 048-764-4567
蓮田市 太極拳協会		蓮田中央小学校 体育館	なし		
蓮田拳友会	健康体操や入門・初級太極拳から始め、足腰を鍛えて健康な心身を作ると共に、会員の親睦を図ることを目的としています。皆さんの参加をお待ちしています。	火曜日 (月3回) 13:00~15:00	月2,500円	有	宇治田 E-mail hualotos-taichi1260 @yahoo.co.jp
蓮田市 太極拳協会		コミュニティセンター 他	なし		
蓮田桜花	入門初級、24式、32式剣、孫式、自分の体力に合わせて、明るく元気よく楽しく会員同士の親睦と健康増進を目的に活動しています。知人、ご友人とどうぞ体験見学にお越しください。年齢は問いません。	毎週月曜日 10:00~12:00	月2,500円	有	遠藤 克己 携帯 090-3526-4003 E-mail endon.katsumi @ezweb.ne.jp
蓮田市 太極拳協会		西新宿会館	1,000円		
蓮田新木会	当会は、太極拳を通して、心身の健康と、体力増進、また会員相互の親睦を図ると共に地域活動に寄与することを目的としています。皆様の御参加をお待ちしております。	木曜日 (月3回) 13:00~15:00	月2,500円	有	大岡 嘉子 携帯 090-6529-9599 FAX 048-766-2682
蓮田市 太極拳協会		勤労青少年ホーム	なし		
蓮田市太極拳 春雲	当会は太極拳の技・形の習得と共に、健康づくり・仲間づくりを大事にして、入門・初級24式を中心に稽古しています。こじんまりとした会のためわかり易く丁寧な指導を受けています。初めての方の参加も歓迎します。	第1・2・3金曜日 (月3回) 12:00~14:00	月3,000円	有	中村 逸郎 携帯 090-5330-0719 E-mail ittsu_naka @ad.cyberhome.ne.jp
蓮田市 太極拳協会		中央公民館 関山分館	なし		

# 武道・格闘技

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
蓮田太極拳 優々会	太極拳は心身の健康はもとより、転倒防止にもなります。太極拳を始めるのに年齢は関係ありません。当会の見学は事前の連絡なしにできますから、いつでもお越し下さい。	火曜日 (月3回) 10:00~12:00	月3,000円	有	成田 靖子 TEL・FAX 048-769-0754
蓮田市 太極拳協会		ハストピア 多目的室	なし		
蓮田さつき会	太極拳は、呼吸に合わせて、ゆっくりと動き、いつでも、どこでも、だれでもできる全身運動です。心と身体を芯から癒す太極拳で、健康と楽しみとの調和のとれた生活を始めてみませんか。	水曜日 (月3回) 10:00~12:00	月3,000円	有	大根田 知子 TEL 048-768-5840
蓮田市 太極拳協会		緑町グリーン タウン自治会館	なし		
蓮田あじさい	当会は、太極拳の技術の習得と、健康の維持増進ならびに会員相互の親睦を図ることを目的として、日々、仲良く、楽しく練習に励んでおります。	月曜日 (月2回) 14:00~16:00	月3,000円	有	高橋 浩一郎 携 帯 080-1145-1710
蓮田市 太極拳協会		西新宿会館	1,000円		
蓮田弥生会	当会は、太極拳の習得と技術の向上を目的に、平成21年に発足し、会員相互の親睦を図りながら、楽しく練習を続けています。初心者の方も歓迎します。	土曜日 (月2回) 9:00~12:00	月3,000円	有	森 純通 TEL 048-769-2121
蓮田市 太極拳協会		西新宿会館	なし		
蓮田五拳会	当会は、創立25年を超え、太極拳を通じて会員同士の親睦を図り、「焦らず健康志向」をモットーに活動しております。初心者の方も、ぜひ一度見学にいらしてみてください。	火曜日 (月2回) 14:00~16:00	月2,800円	有	鍋倉 美也子 TEL・FAX 048-686-0795
蓮田市 太極拳協会		西新宿会館	なし		
蓮田太極拳 もくれん	協会に所属する太極拳教室の中で最も新しい教室ですので、これから始める方には最適の教室です。免疫力を高めるスポーツということでテレビ等でも取り上げています。高齢になっても続けられるスポーツです。	毎週木曜日 (月3回) 15:00~17:00	月2,500円	有	成田 能祥 携 帯 090-5520-5201
蓮田市 太極拳協会		中央公民館 関山分館	なし		
太極拳 ゆったり体操 やわらぎ	この体操は、高齢者の介護予防のための体操です。椅子に座って行い、無理なく、転ばない健康な体づくりを目指します。ごいっしょに始めてみませんか。お気軽にお立ち寄りください。	第1・3木曜日 10:00~12:00	3ヶ月 1,000円	有	森屋 静雄 TEL 048-769-3919 携 帯 070-8536-3541
		中央公民館	1,000円		
気功・太極拳 クラブ	当クラブは、太極拳を学び自己の体力向上及び維持を図るとともに、会員の親睦も大切にしています。創部は古いですが、気軽に活動できます。	第1・3土曜日・他 9:00~12:00	3ヶ月 2,000円	有	
		中央公民館	1,000円		

# 体操・ヨガ

団 体 名 所属する 団体・連盟・流派	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 合 せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
健康体操 老人福祉 センター	講師指導の下、皆さんと一緒に明るく、楽しく運動をしながら腰痛、膝痛、肩痛を治しましょう！ストレッチ、筋力強化、リズム体操などを通して健康維持。予防のためにも継続しましょう！	第1・3月曜日 第2・4木曜日 10:45～12:15	なし	有	加藤 菜穂子 TEL 048-769-1455 老人福祉センター
		老人福祉 センター	なし		
パドル棒体操	健康な心と体を保つために、そして脳の活性化のため、パドルを使い音楽に合せ楽しく体を動かしています。 一緒に活動しましょう！	第1・3木曜日 月3回 9:00～11:00	月2,000円	有	相澤 眞知子 TEL 048-764-1266
		中央公民館 関山分館	1,000円		
健康体操 クラブ	健康で楽しい毎日を送る事が出来る様に、ストレッチ、脳トレ、リズム体操も組み合わせ、良い汗を流してリフレッシュしています。	第1・2・3水曜日 10:00～11:30	月1,000円	無	小賀野 紀子 TEL 048-769-4644
		中央公民館 関山分館	なし		
ヘルシー関山	エアロビクス体操を基礎から学び、心と心のふれあいを養うと共に、健康を維持して豊かな生活を、おくる。	第2・4金曜日 16:10～17:40	1参加 500円	有	中村 陽子 TEL 048-769-7082
		中央公民館 関山分館	なし		
ピラMayo	健康教室よりサークル化。骨盤を安定させ姿勢を正し、腰痛、肩こりの改善、痩せやすく疲れにくい身体作りを毎回楽しく行っています。	第1・3金曜日 10:00～	1回(60分) 1,000円	有	吉田 まよ 携帯 080-1847-4023
		蓮田 フィットネス近藤	なし		
ろっ骨 エクササイズ 「カキラ」	音楽にあわせ、楽しく無理なくろっ骨をほぐし骨ばんを整え、肩こり、腰痛、肺活量をふやし呼吸しやすい美しい体にしていくエクササイズです。 いすやマットを使い、どなたでも参加でき、1回で体の効果を実感できます。	①第2・4金曜日 10:15～11:30 ②第2土曜日 11:00～12:15	1回1,000円 (自由参加)	有	上杉 友華里 携帯 080-9543-2790 E-mail emi33101229 @gmail.com
		①中央公民館 ②中央公民館 関山分館	なし		
すこやっこ	口と体の運動を、しています。 外に出ると言う事が、大切なので、おしゃべりが半分、体を動かす事半分で、楽しんでいきます。良かったら遊びに来て下さい。	第2・4水曜日 14:00～16:00	月1,000円	有	安立 照子 TEL 048-768-1926
		中央公民館	なし		
みどり ヨガサークル	テープを聞きながら、自分のできる範囲でストレッチします。仲間と細く長くヨガを続けていきたいと思っています。	毎週木曜日 10:00～11:40	月500円	無	小松 民子 TEL 048-768-8703
		中央公民館	なし		
健康ヨーガ教室 広池ヨーガ 健康研究所	いつでも どなたにも出来るやさしい健康ヨーガです 始めたその日から 細胞が若返ります 体と心から苦痛をとり去ります すぐ効く、すぐできる、やさしい・楽しく 明るい 老後のためにヨーガで健康長寿元気！	第1・3水曜日 10:00～11:30	月2,000円	有	服部 かほる TEL 048-766-3009
		中央公民館	なし		

# 体操・ヨガ

団体名	活動内容	活動日時	会費	会員募集	問い合わせ先
所属する団体・連盟・流派		活動場所	入会金		
ほなみずき水曜会・蓮田自彊術クラブ (公社) 自彊術普及会	治療体術の自彊術。全身を動かし自らの心身の調整を図る体操です。体調不良・運動不足・病弱な方などの健康維持に最適な体操です。一緒にやってみませんか！	毎週水曜又は金曜日(月4回) 13:30~15:00	月3,000円	有	佐藤 美智子 TEL・FAX 0480-92-6055
		パルシー	なし		
自彊術健康の会 (公社) 自彊術普及会		第1・3水曜日 14:30~16:00	月1,500円	有	
		中央公民館	なし		
経絡ブレンズ (公社) 自彊術普及会	自彊術は独自の呼吸法を取り入れた31の動作により全身を動かし、心と身体の調和を図り自然治癒力を高め、血管を若々しく保ち、動脈硬化の予防と改善に効果がある体操です。	第2・3・4水曜日 9:15~10:45 10:30~12:00 (二部制)	月1,700円	有	小林 小百合 TEL 048-764-0200 E-mail jikyokoba@gmail.com
		殖産自治会館	なし		
自彊術 和の輪 (公社) 自彊術普及会		第1・3金曜日 18:15~19:45	月1,500円	有	
		中央公民館	なし		
自彊術健康体操木曜会 (公社) 自彊術普及会	自彊術は独自の呼吸法を取り入れた31の動作により全身を動かし、心と身体の調和を図り自然治癒力を高め、血管を若々しく保ち、動脈硬化の予防と改善に効果がある体操です。	第1・2・3木曜日 14:00~15:30	月2,000円	有	橋本 巳義 携帯 090-6795-2376
		中央公民館	なし		
自彊術蓮田サークル (公社) 自彊術普及会	自彊術は独自の呼吸法を取り入れた31の動作により全身を動かし、心と身体の調和を図り自然治癒力を高め、血管を若々しく保ち、動脈硬化の予防と改善に効果がある体操です。	第1・2・3土曜日 10:00~11:30	月2,000円	有	田嶋 鈴子 携帯 090-4029-7140 E-mail prettydachs@yahoo.co.jp
		中央公民館	なし		
蓮田コミセン木曜会 (公社) 自彊術普及会	自彊術は、呼吸法で体のすみずみまで動かす全身体操です。自分の健康を守る体操です。正しい姿勢と目線を大切にします。無理せずがんばりすぎない、毎日コツコツ続ける体操です。一緒に始めましょう！	第1・2・3木曜日 10:00~11:30	月1,500円	有	千葉 正子 携帯 090-5324-1978
		コミュニティセンター和室	なし		
西新宿 (公社) 自彊術普及会	自彊術は独自の呼吸法を取り入れた31の動作により全身を動かし、心と身体の調和を図り自然治癒力を高め、血管を若々しく保ち、動脈硬化の予防と改善に効果がある体操です。	第2・3・4月曜日 10:00~11:30	月2,000円	有	富田 秀枝 携帯 090-6517-3006
		農業者トレーニングセンター	なし		

## 登山・ウォーキング

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
蓮田ハイキング クラブ	クラブ会員の健康維持をモットーに低山からアルプスまで挑戦しています。特に安全な登山を重視し、月に5~7の計画の中から自分の体力にあった山を選び、四季折々の山岳風景を楽しむ活動をしています。	第2木曜日 18:00~20:00	年3,000円	有	井上 博哉 携帯 090-6926-0548
		中央公民館	1,000円		
蓮田市 100年クラブ ハトの会	ウォーキングを通じて、自然に親しみ見聞を広めると共に、会員相互のコミュニケーションをはかることを目的とする会です。100歳を目標に人生を思いっきり楽しむ元気な会です。会員25名、平均年齢81.9歳	第1日曜日 第4土曜日	年3,200円 (保険含む)	無	榎本 耕三 TEL 048-769-3686 E-mail fwjf5164@nifty.com
		市内、県内、都内 及び近県。中山道。	なし		

## シーズンスポーツ

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
蓮田市 スキー連盟	小学生からシニアまで幅広い年齢層でスキーやスノーボードを楽しんでいます。資格検定受検や技術向上のサポートもしており、技術選手権大会では上位に入っています。詳細は「蓮田市スキー連盟ホームページ」にて	冬期シーズン (12月から4月)	大人 年2,000円 高校生以下 年500円	有	亘 宏邦 TEL 048-768-8025
蓮田市 スポーツ協会		オフシーズン (自転車・ バドミントン等)	なし		

## 軽スポーツ・レクリエーション

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
ビリヤード 倶楽部	ビリヤードは若い方から高齢者まで年齢幅が広く楽しめる軽スポーツです。準備は一切いらず、ぶらっと当センターに訪れ即練習出来ます。練習台は午後13:00~16:00までベテランが親切にコーチしてくれます。	日曜・祭日除く 月~土曜日 9:30~16:00	年1,000円	有	岩瀬 譲治 TEL 048-768-7050
		老人福祉センター	なし		

# 総合型地域スポーツクラブ

種 目	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会 員 募 集	問 い 合 わ せ 先
		活 動 場 所	入 会 金		
子ども体操	マット・とび箱・鉄棒を基礎からいねいに指導し、段階的にテクニックを習得します。器械体操を通じて子ども達の向上心を養います。	日曜日 13:00～14:30	月2,750円 年2,500円	有	
		黒浜北小学校 体育館	入会金なし		
バトントワリング	たくさんのバトン技術を習得しながらマット運動も行い、柔軟性、瞬発力、集中力、リズム感を養っていきます。バトンだけではなく、チアダンスや様々なダンスも取り入れていきます。	火曜日 17:00～18:10 黒浜北小学校 体育館	月3,500円 年2,500円		
ちびっ子体操	マット運動やとび箱・鉄棒など器械体操を中心に運動の楽しさを体験し達成感を味わうことで自信を身につけていきます。	金曜日 (年少) 16:00～16:40 (年中・長) 16:45～17:45 パルシー 水曜日 (年中・長) 16:15～17:15 西新宿会館	月2,950円 年2,500円		
トランポリン	(公財)日本体操協会公認のバッジテストを取り入れたカリキュラムで、トランポリン運動を通して楽しみながらバランス感覚を養い運動神経の発達にも効果があります。	日曜日 14:30～16:00 木曜日 18:00～19:10 木曜日 19:15～20:25	月2,750円 年2,500円		
		黒浜北小学校	入会金なし		
ヒップホップ	日本代表でヒップホップ世界大会に出場した先生と、楽しく動きましょう。 Cクラス(幼児クラス)を新設しました。年中～小2の初心者対象です。 Bクラスは、小3～小6初心者から経験のある初級者が対象。 Aクラスは、ダンス経験3年以上、基本のリズムやアイソレーション、ステップ等ができる経験者対象のクラスで、様々なジャンルを取り入れた応用クラスです。	木曜日 18:00～18:30 (キッズダンスC) パルシー			
		木曜日 18:40～19:30 (キッズダンスB) パルシー	月3,250円 年2,500円 入会金なし		
		木曜日 19:40～20:40 (キッズダンスA) パルシー	月3,800円 年2,500円 入会金なし		
子ども体操 ステップアップ	より高度な技の習得を目指し転回やバク転など難しい技に積極的にトライします。	金曜日 17:50～19:00 パルシー	月3,300円 年2,500円 入会金なし		
親子体操	親子で楽しく運動をしながら、スキンシップを図り、お子様の情緒の安定をはかります。また集団生活の第一歩としての社会性を養います。	土曜日 10:30～11:30 西新宿会館	半期 (全5回) 2,000円		


リ・ボーンはすだ  
総合型地域  
スポーツクラブ  
事務局

TEL  
080-4063-4085  
E-mail  
hasuda\_sports\_club  
@yahoo.co.jp

HP  
[http://  
rebornhasuda  
.com/](http://rebornhasuda.com/)

<http://rebornhasuda.com/>  
  
<http://rebornhasuda.com/>

# 総合型地域スポーツクラブ

種 目	活 動 内 容	活 動 日 時	会 費	会員募集	問い合わせ先
		活 動 場 所	入 会 金		
シェイプ エアロ	基本的な動きをダイナミックに繰り返し筋トレで身体をひきしめ、脂肪燃焼をめざします。	金曜日 11:15～12:15 蓮田バレエスタジオ	月2,750円 年2,500円 入会金なし	有	リ・ボーンはすだ 総合型地域 スポーツクラブ 事務局  TEL 080-4063-4085 E-mail hasuda_sports_club @yahoo.co.jp  HP http:// rebornhasuda .com/  
アロマヨガ	心地良い香り(アロマ)と癒やしの音楽で心の緊張を、ヨガ・ストレッチで身体の緊張を取ることを目的としたクラスです。毎週異なる香り(アロマ)を紹介致します。御自身の体調にあった香り(アロマ)に出会うのもこのクラスの魅力の1つとなっております。	火曜日 13:15～14:15 蓮田駅西口 行政センター			
ルーシーダットン	タイの山奥で仙人が修行の疲れをとるために行った自己整体法です。体の歪みを整える効果や血行促進など、さまざまな効果があります。	火曜日 14:30～15:30 蓮田駅西口 行政センター			
ピラティス	筋肉のバランスを整え、姿勢を改善し血液の流れをよくし、身体を内側からひきしめ、呼吸法により気分が上がるエクササイズです。	水曜日 9:40～10:40 蓮田駅西口 行政センター			
リフレッシュ 体操	脳トレ・筋トレ・リズム体操などにより筋力や身体機能を向上させ、健康の維持促進に効果があります。初心者・高齢者におすすめです。	水曜日 11:15～12:15 蓮田駅西口 行政センター			
ZUMBA	ラテン系の音楽にあわせて楽しく動きましょう。脂肪燃焼に効果的なダンスフィットネスエクササイズです。	月曜日 10:15～11:15 蓮田バレエスタジオ			
ボディサプリ	ヨガ・太極拳・ピラティスの要素を含むエクササイズ。後半はゆったりと筋肉をほぐし、お休みにぴったりな心と体を癒すエクササイズです。	火曜日 19:30～20:30 西新宿会館			
元気アップ 体操	マッサージやストレッチ、膝、腰にやさしい体操や筋力トレーニングで機能改善・転倒予防のためのシニア向けプログラムです。	金曜日 13:30～14:30 西新宿会館			
リラックス ヨガ	全身をほぐし、心を安定させ自律神経の働きを整えます。時々アロマの香りですリラックスヨガさらに心と体をリラックスさせます。	水曜日 14:00～15:10 西新宿会館			
コンディショニング ヨガ	前半はヨガの要素を取り入れ、ほぐし、呼吸など体をリセット。後半はピラティスの要素を取り入れインナーマッスルを整えしなやかな筋肉と引き締まった体づくりを目指します。無理なく、正しく、ていねいに体を動かしていきながら、身体機能を高めていきます。腰痛の改善や不調の改善にも効果的です。	木曜日 10:00～11:00 ハストピア			



# ボランティア活動

## ボランティア団体

団体名 所属する 団体・連盟・流派	活動内容	活動日時	会費	会員 募集	問い合わせ先
		活動場所	入会金		
手話・蓮の実会 埼玉県 手話通訳問題 研究会	“聴覚障がい者とともに”をモットーに、交流を通して手話を学びながら、小中学校の総合的学習や手話講習会、聴覚障がい者の自立のための様々な活動へ協力しています。	毎週土曜日 14:00～16:00	年3,000円	有	小林 玉枝 TEL 048-769-4552
		中央公民館	なし		
蓮田市点訳 グループ 「ともしび」 蓮田市 社会福祉協議会	視覚障がい者のための点訳ボランティア。市「広報はすだ」社協「みんなの福祉」依頼本の点訳、市内小中学校での「点字教室」などが主な活動です。活動の大部分は自宅での点訳です。新たな本との出会いが楽しみです。	第2・3火曜日 9:30～11:30	月200円	有	蓮田市 社会福祉協議会 TEL 048-769-7111
		ボランティア活動室 (社会福祉協議会)	なし		
蓮田市 声のグループ いずみ 蓮田市 社会福祉協議会	広報はすだの音声訳版「声の広報はすだ」及び新聞記事や雑誌等の情報を音訳した「いずみ」のCDを毎月作成、またみんなの福祉発行月には記事を抜粋した音訳CDを作成して視覚障がい者に郵送で提供しています。	定例会(月1回) 約2時間 CD制作 2～3日/月	年1,200円	有	蓮田市 社会福祉協議会 TEL 048-769-7111
		ふれあい福祉センター 図書館	なし		
蓮田日本語教室 ボランティアの会	蓮田市や近郊在住の外国人を対象とした市後援を受けた日本語学習支援団体です。学習者に教えるスタッフを募集中です。特に経験は問いませんが、比較的安定して来室できる方を歓迎します。	年末年始を除く 毎日曜日 10:00～12:00	年1,500円	有	教室ホームページ欄 下方にある問合せ欄 を御利用ください。 或は市の自治振興課 (048-768-3111)に お問合せ下さい。 教室ホームページ <a href="https://hasuda-nihongo-class.jimdofree.com">https://hasuda-nihongo-class.jimdofree.com</a>
		勤労青少年ホーム	なし		
まろにえ会 蓮田市 社会福祉協議会	絵手紙の作成・墨絵描写のお手伝い・囲碁対局・もの作り学習・昔遊び・子育て支援・ミニ鉄道模型博・イベントへの参加・楽しくハモろう・療育お手伝い等です。都合の良い日の活動でOKです。会員の親睦行事も楽しんでいきます。会員申込歓迎!!	随時	年1,000円	有	辻本 健一 TEL 048-769-5880  蓮田市 社会福祉協議会 TEL 048-769-7111
		高齢者福祉施設、 自治体サロン、 小学校、保育園、 学童保育所、病院 など	なし		

# 社会教育関係団体等の一覧

★ **蓮田市文化団体連合会**

問い合わせ先:蓮田市役所 社会教育課  
TEL 048-765-1730

団 体 名 (掲載ページ)	
・蓮田市書道連盟 (P9)	・蓮田市茶道連盟
・蓮田川柳の会 (P4)	・蓮田市華道連盟 (P11)
・蓮田吟詠会	・蓮田市囲碁クラブ (P11)
・蓮田市手芸趣味の会 (P10)	・蓮田短歌クラブ (P3)
・蓮田市民謡舞踊連盟 (P7)	・蓮田市菊友会 (P11)
・蓮田市ハワイアンダンス連盟	・蓮田市俳句連盟 (P3)
・オカリナの会 (P6)	・大正琴幸の会 (P5)
・蓮田市音楽連盟(P4)	

★ **蓮田市スポーツ協会**

問い合わせ先:蓮田市総合市民体育館パルシー  
文化スポーツ課  
TEL 048-768-1717

団 体 名 (掲載ページ)	
・蓮田市野球連盟	・蓮田市ハンドボール連盟
・蓮田市サッカー協会	・蓮田市バスケットボール連盟(P13)
・蓮田市テニス協会	・蓮田市バレーボール連盟
・蓮田市柔道会 (P14)	・蓮田市卓球連盟
・蓮田市太極拳協会 (P15)	・蓮田市剣道連盟
・蓮田市ソフトボール協会	・蓮田市スキー連盟 (P19)
・蓮田市バドミントン連盟	・蓮田市陸上競技協会
・蓮田市ソフトテニス連盟(P12)	・蓮田市中学校体育連盟
・蓮田市空手道連盟	

## ★ 蓮田市レクリエーション協会

問合わせ先:蓮田市総合市民体育館パルシー  
文化スポーツ課  
TEL 048-768-1717

団 体 名 (掲載ページ)	
・蓮田市ダンス連盟	・蓮田市インディアカ連盟
・蓮田市ミニテニス連盟	・蓮田市スポーツウエルネス吹矢協会

## ★ 蓮田市スポーツ少年団

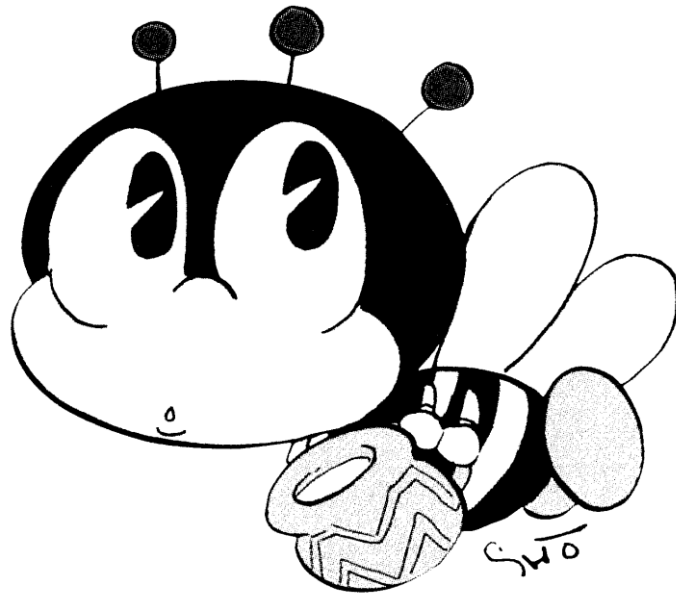
問合わせ先:蓮田市総合市民体育館パルシー  
文化スポーツ課  
TEL 048-768-1717

団 体 名 (掲載ページ)	
<b>【少年野球】</b>	<b>【剣道】</b>
・蓮田ライオンズ	・蓮田市城剣友会 (P14)
・黒浜シュクラーズ	・蓮田少年剣友会
・中央フライズ (P12)	・蓮田錬心館(P14)
・黒浜ジェッツ (P12)	<b>【バドミントン】</b>
・蓮田南少年野球クラブ	・蓮田サウス・シャトラーズ (P13)
<b>【サッカー】</b>	・黒浜ジュニア (P13)
・蓮田レックスFC	<b>【空手道】</b>
・FC. LIEN(エフシーリアン)	・蓮田少林寺流空手道クラブ (P14)
<b>【バレーボール】</b>	<b>【柔道】</b>
・蓮田北バレーボールクラブ (P13)	・蓮田市柔道会 (P14)
<b>【ミニバスケットボール】</b>	<b>【陸上】</b>
・ミニバスケットボールクラブロータス	・蓮田陸協ジュニアクラブ

## ★ その他の団体

問合わせ先:蓮田市役所 社会教育課  
TEL 048-765-1730

団 体 名 (掲載ページ)	
・蓮田市PTA連絡協議会	・ボーイスカウト蓮田第1団 (P1)
・蓮田市子ども会育成連絡協議会	・ボーイスカウト蓮田第3団 (P1)
・閩戸の式三番保存会	・蓮田市スポーツ推進委員連絡協議会



生涯学習のマスコット  
“マナビイ”

※ 冊子への新規掲載を希望する団体は、下記までご連絡ください。

この冊子は年1回の発行です。（毎年7月発行）

発行: 蓮田市・蓮田市教育委員会

編集: 蓮田市教育委員会 社会教育課

〒349-0193

蓮田市大字黒浜2799番地1

TEL 048-765-1730

FAX 048-765-1703

Eメール syakyou@city.hasuda.lg.jp