

からだを動かしたい

スポーツがしたい

踊りたい

福祉・ボランティアに関わりたい

知識を生かしたい・身に付けたい

歌いたい・演奏したい

芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

親子で楽しみたい

# 私たちの会に入りませんか

市広報「私の街さかた」で、広く市民を対象に会員を募りたい団体・サークルを募集したところ、次の団体から掲載希望が寄せられましたので紹介します。なお入会方法や活動内容など、詳しくは各団体の連絡先へ問い合わせてください。

## サークル会員募集



◆活動内容に対象の表記がない場合は、どなたでも参加できます。

令和6年3月16日発行

からだを動かしたい 1ページ	スポーツがしたい 3ページ	踊りたい 5ページ	福祉・ボランティアに関わりたい 5ページ	知識を生かしたい・身に付けたい 6ページ	歌いたい・演奏したい 6ページ	芸術に触れたい・趣味を楽しみたい 7ページ	親子で楽しみたい 8ページ
-------------------	------------------	--------------	-------------------------	-------------------------	--------------------	--------------------------	------------------

## 体育・レクリエーション関係

### からだを動かしたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時／場所	会費等
Doフィットネス	熊谷智佳子 ☎090-9535-6439 ✉dofitnesskumagai@gmail.com	簡単エアロビクスで脂肪燃焼。ピラティスやヨガで普段使わない筋肉を整え体の歪みを調整し若々しい健康的な体を作ります。楽しみながら行えます。初心者の方も大丈夫です。	毎週木曜日午前10時～11時／市武道館	月会費2,500円
		ヨガ初心者から上級者まで楽しめ、体の歪みや自律神経を整えて健康で美しい体を作ります。知識豊かなインストラクターが安心安全にアドバイス。心も体も癒されます。初心者の方も大丈夫です。	毎週火曜日午後7時30分～8時30分／中町にぎわい健康プラザ	月会費4,200円、1回1,300円
		前半は脂肪燃焼効果のある簡単エアロビクスと後半は簡単ヨガで美しい体を作ります。人気の運動プログラムが1度に行える効果的なレッスンです。経験豊富な指導者の元で安心して楽しい時間を過ごせます。初心者歓迎。	毎週水曜日午前10時～11時／市武道館	月会費2,500円
新堀ヨガサークル	今井三津子 ☎090-5838-0966	心身の健康維持を目指し、呼吸を大切に無理なくゆっくりヨガを楽しんでいます。ヨガ初心者の方も歓迎します。	毎月第2・第4木曜日午後2時～3時／新堀コミセン	1回500円（都度払い）
月曜ヨガの会	後藤充子 ☎090-6689-4160	骨盤周りの筋肉の歪みを整えて冷え性改善、肩凝りや腰痛の予防・改善を目的にヨガを行います。リラックスしたい方、運動不足の方も是非ご参加ください。	毎週月曜日午後2時～3時／総合文化センター	1回700円、4回2,400円
Smile Fit 腰痛・肩こり改善部	富樫朗子 ☎090-5180-1589 ✉aco.smilefit@gmail.com	腰痛・肩こりなどでお悩みの方、背骨コンディショニングや運動で改善を目指しませんか！運動が苦手でもOKです。	第2・第4月曜日午後1時30分～2時30分／ミライニ（変更する場合あり）	月会費1,500円
Smile Fit リズム体操部	✉aco.smilefit@gmail.com	音楽に合わせて体を動かし、汗をかいてリフレッシュ！簡単な動きなので、初めてでもすぐに楽しめます。	第2・第4月曜日午後3時30分～4時30分／ミライニ（変更する場合あり）	月会費1,500円

からだを動かしたい

スポーツがしたい

踊りたい

福祉・ボランティアに関わりたい

知識を生かしたい・身に付けたい

歌いたい・演奏したい

芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

親子で楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
あじさいストレッチ教室	佐藤みどり ☎070-6621-8151	楽しく有酸素運動★ゆるーりヨガでデトックス。健康第一、シニア中心のサークルです。週1回、笑顔が集まります。無料体験あり。 講師/熊谷智佳子氏	毎週火曜日午前10時～11時 /市武道館	月会費1,500円
レディース空手教室	佐藤 ☎080-6018-0293	女性だけの趣味として楽しむ空手です。基本や型は足腰を鍛え、気合いは集中力を磨きストレス発散になります。	月4回金曜日午後7時～8時 /市武道館	月会費4,000円
酒田太極拳愛好会	飯沼典子 ☎090-4558-6984	悠久の時を感じながら、ゆったりと動くことで気血の流れを促進させ、体幹や足、腰を鍛えて、100歳まで健やかに美しく生きましょう。	月曜日午後7時～9時/琢成小学校体育館、水曜日午前10時～正午/亀ヶ崎記念会館、金曜日午前10時～正午/親子スポーツ会館	各教室 月会費2,000円
酒田市民歩こう会	佐藤壯一 ☎090-5233-6751 FAX 23-7487	「健康第一、楽しく、明るく、元気よく」4月～11月まで毎月1回、市内外の7kmウォーキング。 対象/市内在住成人	第1回例会 4月14日(日)午前9時集合/浜田コミセン	年会費2,000円
レッツ・エンジョイ	佐藤しのぶ ☎070-5623-4183	40歳代からの体をほぐして筋力アップ。ストレッチ体操とリズム体操。随時無料体験・見学可。初心者大歓迎。対象/40歳代以上の女性	毎週月曜日午前10時～11時10分/てぶくろホール(中町二丁目)	月会費2,500円
おはようシェイプアップサークル	土田 ☎26-2022	ストレッチ・エアロビクス・ヨガで楽しく身体を動かします。体験・見学可。シューズ・ヨガマットがバスタオル持参。対象/女性	毎週金曜日午前10時30分～11時30分/市武道館	入会金500円、 月会費1,500円
ビューティー&シェイプアップヨガ		心と体の美と健康。肩こり、腰痛、姿勢矯正、体の硬い方も楽しくリフレッシュ。講師/伊東りか氏	毎週金曜日午後7時～8時30分/港南コミセン	月会費2,800円
ヘルス&ヒーリングヨガ		運動不足解消と癒しをどうぞ。講師/伊東りか氏	毎週月曜日午前10時30分～11時45分/港南コミセン	月会費2,400円
健康&美力アップヨガ	港南コミセン ☎FAX 22-4473	ゆっくりストレッチをしながら、美力アップを始めませんか。講師/伊東りか氏	毎週木曜日午前11時30分～午後0時45分/港南コミセン	月会費2,400円
チェア・ヨガ		イスに座って簡単ストレッチ。太腿の筋肉を鍛え、膝の痛みを軽減し、骨盤底筋群を鍛えて尿失禁予防につなげましょう! 講師/伊東りか氏	第1・第3木曜日午後1時30分～3時/港南コミセン	基本1か月2回 1,200円 (1回700円)
元気元気クラブ		楽しく体を動かし心もリフレッシュ。健康で若々しい体を作ります。初心者大歓迎。①ヨガ ②エアロビ有酸素運動&ヨガ 講師/①伊東りか氏 ②熊谷智佳子氏	①第2・第4木曜日午後1時30分～3時 ②第1・第3金曜日午後1時～2時/港南コミセン	月4回/1,800円、 月2回/1,000円 (3か月払い)
ビューティー&シェイプアップヨガ	伊東りか ☎23-3612	ヨガを通じて心身ともに一緒に楽しくリフレッシュ。無料体験可。	①火曜日午前11時30分～午後0時30分 ②金曜日午後2時30分～3時30分 ③火曜日午後7時～8時30分 ④金曜日午前10時30分～11時45分/①②市武道館 ③港南コミセン ④亀ヶ崎コミセン	月会費 ①②2,000円 ③2,800円 ④2,400円
リフレッシュの会	土岐田清子 ☎28-2871	軽快なリズムに合わせて体を動かし脂肪燃焼・新陳代謝アップ。気持ち良く汗を流して心身ともにリフレッシュ!随時無料体験・見学可。初心者大歓迎。対象/30歳～70歳代の女性	毎週火曜日(祝日を除く)午前10時15分～11時30分/琢成コミセン	月会費2,300円
いきいき健康ヨガ教室	酒田市スポーツ協会 ☎31-5539	ヨガで心も体も健康に!シニアの方、初心者の方大歓迎。	4月～3月主に月曜日午前10時～11時/国体記念体育館	1回500円
癒やしのヨガ教室		心身ともにリフレッシュ!仕事帰りにお勧めです。	4月～12月主に水曜日午後7時～8時/国体記念体育館	1回500円

からだを動かしたい

スポーツがしたい

踊りたい

福祉ボランティアに関わりたい

知識を生かしたい・身に付けたい

歌いたい・演奏したい

芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

親子で楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
ヘキサスロン	NPO法人 元気王国 ☎28-8286 ☎28-8222 ✉npo-genkioukoku@lemon.plala.or.jp	走る・跳ぶ・投げるを中心に、遊びやゲームで楽しく体を動かし基礎運動能力を高めます。対象/小学生	火曜日午後5時30分～6時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費2,000円
貯筋運動教室		椅子に座りながら足腰を鍛え、脳トレや軽体操でたのしく運動をします。対象/概ね60歳以上	月2回月曜日午前9時30分～10時30分/中町にぎわい健康プラザ	1回300円
ワンコインヨガ		ヨガやピラティスで心身を整え、しなやかな体をつくれます。講師/梅津万紗子氏	月2回月曜日午前10時30分～11時30分/中町にぎわい健康プラザ	1回500円
エンジョイフィットネス		有酸素運動や筋トレで楽しく体を動かします。運動が苦手・これから運動を始めたい方向け。	月曜日午後1時30分～2時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
いきいきエクササイズ		リズム体操などの軽体操やストレッチで体を整えます。はつらつと動きたい方向け。対象/概ね65歳以上	火曜日午後1時30分～2時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
ストレッチ&リラックス		体幹を作るエクササイズとリラックス効果のあるストレッチで心身をスッキリ健康に保ちます。	水曜日午前10時30分～11時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
体幹アプローチ教室		椅子やマットを使った筋トレで、姿勢改善・筋力アップ・シェイプアップ・バランス感覚向上を目指します。	水曜日午後3時30分～4時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
ときめきロコモ教室		イスを使ったロコモ予防の体操や脳トレで楽しく運動する教室です。対象/概ね70歳以上	木曜日午後2時～3時/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
Smile Fit		有酸素運動を中心に、脂肪燃焼・体力向上を目指します。対象/概ね50歳以上 講師/冨樫朗子氏	木曜日午後3時30分～4時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
元気ステップUP教室		有酸素運動や足腰中心のトレーニングで全身のバランスを鍛える教室です。	金曜日午前10時30分～11時30分/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
トレッキングサークル	月に1回、県内の山で山歩き・山登りをしています。和気あいあいとした元気なサークルです。対象/山に興味がある健康な方	月1回木曜日/中町にぎわい健康プラザ	年会費3,000円、1回2,000円程度	

## スポーツがしたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
やわたY-Yクラブ SVC-チリエージョ ソフトバレーボール	佐藤伸一 ☎64-2926 (八幡体育館。工事中は修道館)	SVC(チリエージョ)が運営。ストレッチ体操とソフトバレーなどで健康増進。初心者歓迎。	月曜日午後7時頃～9時/八幡体育館(工事中は一條小学校体育館)	SVC年会費1,000円。 ★年会費 65歳以上5,400円、 65歳未満6,000円、 中学生3,000円
やわたY-Yクラブ ラージボール卓球		楽しく続けられる教室です。初めての方歓迎、貸用具あり。	火曜日午後7時～8時30分、木曜日午前10時～11時30分/八幡体育館(工事中は修道館)	年会費(上記★同様)、 参加費1回50円
やわたY-Yクラブ バドミントン		なるべく2人以上での参加をお願いします。初めての方歓迎、貸用具あり。	木曜日午後7時頃～9時/八幡体育館(工事中は一條小学校体育館)	年会費(上記★同様)、 別途費用あり
やわたY-Yクラブ 空手教室		体視・体感・体得。対象/3歳以上	水曜・金曜日午後6時30分～8時30分、土曜日午前9時～11時30分/鳥海八幡中学校武道場など	年会費(上記★同様)、 小学生は3,000円、 月会費2,500円
やわたY-Yクラブ 太極拳愛好会		ゆったりとした動きで健康増進。初めての方歓迎。	月曜日午前9時30分～11時30分、木曜日午後7時～9時/修道館・八幡タウンセンターなど	年会費(上記★同様)、 月会費1,000円
酒田市柔道スポーツ少年団	新田道隆 ☎☎22-5777	挨拶を大切に明るく楽しく柔道をしています。いつでも見学・体験できます。対象/年長児～小学6年生	毎週火曜・木曜・土曜日午後6時30分～8時30分/市武道館	月会費1,500円

からだを動かしたい

スポーツがしたい

踊りたい

福祉・ボランティアに関わりたい

知識を生かしたい・身に付けたい

歌いたい・演奏したい

芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

親子で楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
酒南ジュニア柔道クラブスポーツ少年団	齋藤和生 ☎090-2021-5167	勝ち負けではなく、子どもたちの成長の過程を大切に稽古に励んでいます。理学療法士による、遊び感覚を取り入れたトレーニングも人気のメニュー！活動の様子をフェイスブックに掲載。対象/幼児～成人	水曜・金曜日午後6時15分～8時、土曜日午前9時～11時30分/酒田南高等学校南千日町キャンパス	月会費2,000円
(一社)極真会館 田畑道場酒田北部教室	小野和彦(事務局) ☎090-8921-5333	極真空手で心身共に強さを目指します。運動不足解消の目的でも大丈夫です。体験入門可。対象/小学生～70歳代	毎週金曜日午後7時～9時/本橋コミセン	入会金・月会費は問い合わせてください。
山形県合気道連盟 酒田道場	阿部吉春 ☎090-7330-1069	合気道の稽古を通して心身ともに健康となるよう活動しています。山形県内の道友と合同稽古もしています。	毎週火曜・金曜日午後7時～9時/市武道館	月会費一般2,000円、大学・高校生1,000円、中学生以下500円
スポーツウエルネス 吹矢湊さかた	渡部 ☎☎26-3966	スポーツ吹矢は健康を目的としています。性別、年齢を問わず誰でも楽しめます。正しい動作が深い呼吸と集中力を高め、体に活力をもたらします。	毎週①月曜日 ②木曜日 ③土曜日の午後1時30分～/①上田コミセン ②松陵コミセン ③港南コミセン	月会費500円
ゆうそうかい 悠漕会	佐々木勝敏 ☎090-7066-0187 ☎31-5345 ✉ys.k2104ss@circus.ocn.ne.jp	川風を体感じて、体力不足を解消しませんか。ボートは全身運動です。初心者大歓迎。年齢・性別問いません。	4月～10月毎週日曜日 午前7時～9時/京田川	年会費10,000円(保険料込み)
酒田ラグビー教室	星川浩司 ☎090-3980-8533 ☎92-3773 ✉sakatarugby@yahoo.co.jp	身体のかつきり合いのないタッチラグビーを中心にパスやランを練習し、タックルなども徐々に取り入れていきます。対象/中学生以上	土曜日午後2時～4時または日曜日午前10時～正午/光ヶ丘球技場など	年会費 中学生1,000円、高校生以上2,000円(保険料込み)
酒田Jr. K (酒田ジュニアクラブ)	大崎恵美子 ☎☎23-5230	体力づくりからバドミントンの基本づくりと競技活動。スポーツ少年団加盟・中学校部活動(クラブ)。対象/小学生～中学生	毎週火曜日午後7時～9時、水曜・金曜日午後5時～7時、土曜日午後2時～5時/国体記念体育館・勤労者体育センター	月会費1,000円(保険料別途)
シャトル会	大野正幸 ☎090-3360-0628	バドミントンサークルです。楽しみながら運動不足解消、初心者歓迎。	毎週火曜日午前10時～正午/親子スポーツ会館	月会費500円、年会費1,000円
酒田ジュニアソフトテニススポーツ少年団	遠田貞和 ☎090-3123-1621	みんないっしょにソフトテニスをやろう！初心者大歓迎！対象/小学1年生～6年生	月曜・水曜・金曜日午後7時～9時/光ヶ丘テニスコートなど	入会金7,600円
酒田レディーステニスクラブ	鈴木佳保子 ☎22-8405	初心者歓迎です。直接コートに来てOKです。	4月17日～毎週月曜・水曜・金曜日午前10時30分～午後1時30分/光ヶ丘テニスコート	年会費6,500円
酒田モーニングソフトテニスクラブ	山口羊一 ☎☎23-8655	ソフトテニスの練習やゲームのほか、年数回の親睦大会や各種対外試合にも参加できます。初心者～上級者どなたでも楽しめます。対象/社会人(経験不問。学生可)、小中学生との親子入会(一人扱い)	4月～11月の毎週火曜・木曜・土曜・日曜日および祝日の午前6時～7時(休日は8時までの場合あり)/光ヶ丘テニスコート	入会金1,000円(新入会員のみ)、年会費7,000円
酒田市パークゴルフ協会	浜端栄喜 ☎☎24-0526 ✉eiyoumisa0607@gmail.com	協会杯大会・月例会など(年13回)県内外遠征・スポンサー大会・研修会・講習会。対象/市内および近郊居住者	3月～11月の午前8時～午後6時/八森自然公園パークゴルフ場	年会費2,200円
ソフトバレーボール教室	酒田市スポーツ協会	ソフトバレーボールを通して、楽しく運動不足を解消しましょう。生涯スポーツなので、シニアの方にもお勧めです。	4月～3月水曜日午後2時～4時/国体記念体育館	1回500円
フロアカーリング教室	☎31-5539	子どもから高齢者まで、男女を問わず誰でも気軽に楽しめるニュースポーツを始めてみましょう。	5月～12月 月2回程度木曜日 午前10時～11時30分/国体記念体育館	1回500円

からだを  
動かしたい

スポー  
ツが  
したい

踊り  
たい

福祉・ボ  
ランテ  
ィアに  
関わり  
たい

知識を  
生か  
したい  
・  
身に  
付け  
たい

歌い  
たい  
・  
演奏  
したい

芸術に  
触れ  
たい  
・  
趣味  
を楽  
しみ  
たい

親子  
で  
楽し  
みたい

## 踊りたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
キッズチャレンジダンス	NPO法人 元気王国 ☎28-8286 ☎28-8222	ダンス・リズムトレーニング・基礎体力・感覚づくりに向けた楽しく体を動かす教室です。 対象/小学生 講師/伊藤みふゆ氏	水曜日午後6時～7時/中町にぎわい健康プラザ	月会費3,000円
港南ビューティースワング	港南コミセン ☎☎22-4473	ソシアルダンス。初級から中級まで。男性大歓迎。講師/的場絹子氏	月4回火曜日午前10時30分～正午/港南コミセン	月会費2,400円
ダンスサークル		楽しくダンス。基礎から丁寧に指導します。初心者も大歓迎。	第2・第4金曜日午前10時～11時30分/港南コミセン	月会費600円 (3か月払い)
ダンスウェイ	佐藤しのぶ ☎070-5623-4183	ジャズダンス&イベントダンス(随時無料体験・見学可。初心者大歓迎)。 対象/16歳～60歳代	【中学生以上】火曜日午後7時～8時30分、金曜日午後7時15分～8時45分【6歳～小学生】土曜日午後3時～4時/てぶくろホール(中町二丁目)	会費はコース別
フラサークル ホヌ・ポーマイカイ	丸山知子 ☎23-5383	ハワイアンミュージックに合わせて、フラダンスをしてみませんか。初心者にもわかりやすい指導で、楽しく踊ることができます。講師/伊藤久美子氏	第2・第4木曜日午後1時30分～2時30分/亀ヶ崎コミセン	月会費2,000円
フラサークル ピアノ	高坂和江 ☎26-1800	ハワイアンミュージックに合わせて、ゆったりと美しいフラを一緒に楽しみましょう!!	月3回木曜日午後7時30分～8時30分/総合文化センターなど	月会費3,500円
よさこい YOSAKOIチーム むすうれっふう 夢凌烈風	田岡桂 ☎26-0944 ✉musoreppu yosakoi@ gmail.com	みんなで楽しくよさこいを踊りませんか。年数回イベントもあります。初心者大歓迎です。対象/高校生以上	毎週水曜・日曜日午後7時～8時30分/琢成小学校体育館	月500円(保険料、イベント費別途必要)
日本舞踊 千川流・貴楽会	千川貴楽 ☎090-3121-9426	古典舞踊、歌舞伎舞踊に特化した基礎の日本舞踊教室を新しく開講します。日本舞踊の世界を一緒に体験してみませんか。	月3回火曜日午後2時～4時、午後7時～9時(2部制)/日本舞踊千川流稽古場(亀ヶ崎二丁目)、総合文化センター	月会費7,000円、 年会費1,000円
庄内おぼこ 「華の会」	池田妙子こと 花柳すいざ ☎080-1278-8372	着付けをして着物文化を楽しんで、頭と軀の神経を働かせ立ち姿を整えその上で仲間と共に「甚句パレード」への参加を目標としています。対象/16歳以上	月2回夜/総合文化センター	入会金3,000円、 月会費1,000円 (6か月分前払い)

## 福祉・芸術文化・教育関係

### 福祉・ボランティアなど

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
万里の松原に親しむ会	船越重幸 ☎090-1069-0159 ☎33-4217	市民の憩いの場「万里の松原」の環境整備や幼児・小中高生の体験活動の支援。	4月～12月上旬月2回～3回(プラス子どもたちとの活動)/万里の松原など	年会費1,000円
VIPS (酒田観光ボランティア通訳グループ)	長南ジュディ ☎090-3367-5975 ✉judy.chonan@gmail.com	酒田を訪れる外国人の観光ガイドとして、酒田の魅力(自然・食文化・歴史など)と、おもてなしの心を伝えてみませんか。対象/酒田を英語でPRすることに興味のある方	月2回月曜日午前10時30分～正午/富士見コミセン	無料
図書館ボランティア 「あさの葉会」	大瀧 ☎64-4034	絵本の読み聞かせや人形劇・紙芝居・パネルシアター・手遊びなどを使った公演(ミライニでのおはなし会ほか)。	【おはなし会】毎月第1土曜日午前11時～11時30分/ミライニほか【出張公演】随時【定例会】毎週水曜日午前中/ミライニ	無料
図書館ボランティア 「絵本の部屋」	齋藤 ☎090-8648-7382	月1回のおはなし会で、絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなどを行っています。	毎月第3土曜日の午前11時～11時30分/ミライニ	無料
点訳ボランティア 「はまなす」	山木隆治 ☎☎23-4188 ✉yamakir596@gmail.com	点字市広報・市議だより作成配布、図書などの点訳・墨訳、講習会。最近は小学生の点字学習のお手伝いをしています。	毎月第2木曜日午前9時30分～正午、要請先と打合せした日時/総合文化センター、酒田市身体障害者福祉センター、要請先学校など	年会費1,000円、 教材は実費

からだを動かしたい

スポーツがしたい

踊りたい

福祉ボランティアに関わりたい

知識を生かしたい・身に付けたい

歌いたい・演奏したい

芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

親子で楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
酒田スポーツボランティア会	佐藤貴夫 ☎080-5221-9922 ✉sakeno sakata@gmail.com	湊酒田つや姫ハーフマラソン大会をはじめ市主催のイベントや、各種競技大会などのスポーツボランティアを行います。対象/本市在住・通勤・通学またはゆかりのある18歳以上の方	不定期/市内体育施設など	無料

## 知識を生かしたい・身に付けたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
Takako'sきっちん	鑑谷貴子 ☎090-7937-1138	発酵食品の塩麴、醤油麴、酒粕などと旬の庄内野菜の時短料理教室。楽しく美味しい時間を一緒に(体験希望可)。	月1回金曜日午前10時～正午/亀ヶ崎コミセン	月会費1,800円
旬菜くらぶ		旬の野菜中心に発酵食品を使った時短料理教室です。体を毎日食べたもので楽しく美味しく整えませんか。	月1回水曜日午後7時～/亀ヶ崎コミセン	月会費1,800円
料理教室	港南コミセン ☎☎22-4473	4か月交代で3人の先生からそれぞれ特色ある料理を教えていただき、毎日の献立に活かしています。講師/星川陽子氏、鑑谷貴子氏、佐藤喜久氏	毎月第3水曜日午前10時～午後0時30分/港南コミセン	年会費3,000円(材料費毎回実費)
酒田地区日中友好協会「中国語講座」	酒田地区日中友好協会(山形新聞庄内総支社内) ☎22-1580 ☎21-1803	中国・台湾や、その文化などに興味のある方向けの中国語講座。①入門コース ②初・中級コース ③実践コース 講師/①日本人 ②③中国人	4月～12月①月4回金曜日午後2時～3時 ②月3回金曜日午後7時～8時30分 ③月3回木曜日午後7時～8時30分/総合文化センター	入会費不要、テキスト代は別途。月会費①3,000円 ②③4,000円
庄内シニアネットクラブ	佐藤修 ☎22-1375 ✉taeosamu@sea.plala.or.jp	ワード初級とエクセル初級を隔年指導、パソコン全体の指導。対象/庄内地方在住のシニア層の方(55歳以上)	毎月第2・第4水曜日または土曜日午後1時30分～3時30分/酒田市地域福祉センター(新橋二丁目)	年会費7,000円

## 歌いたい・演奏したい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
酒田混声合唱団	中村完人 ☎080-5562-2280	合唱フェスティバル、市民音楽祭、合唱コンクールへの出演。年によっては、団の演奏会もあります。	毎週火曜日午後7時30分～9時20分/総合文化センター	月会費2,000円
酒田メンネルコール	武田茂也 ☎090-7527-0522	重厚な男声合唱の響きで心も体もリフレッシュ。楽しみましょう。来年20周年の男声合唱団。団員20名。年2回～4回コンサート参加。対象/高校生以上の男性	毎週金曜日午後7時30分～9時30分/総合文化センター	月会費1,500円
まつばらハミングバズ	柿崎寛 ☎090-2607-3446	いろんなジャンルの歌を楽しく練習しています。演奏会、施設慰問もします。高校生以上で合唱の好きな男女募集。	月3回水曜日午後7時15分～8時45分/総合文化センター	3か月3,000円
港南コーラスクラブ	港南コミセン ☎☎22-4473	皆で元気に声を出して、コーラスを楽しみましょう。講師/佐藤留美子氏	毎月第1・第3火曜日午後2時～3時30分/港南コミセン	月会費1,200円(3か月払い)
歌を楽しむ会	市川 ☎33-6086	コーラス。歌を歌って楽しみたい方、初心者歓迎です。対象/女性	第1・第3火曜日/総合文化センター	3か月4,000円
カラオケつぼみ会	富樫洋 ☎090-2021-7263	歌うことが好きなあなた、仲間とワイワイお喋りしながらカラオケを楽しみませんか。	第1～第3水曜日午後1時～3時30分/駅東一丁目3-33	入会金1,000円、月会費1,000円
本間病院友の会カラオケサークル	本間病院友の会 ☎26-6631(平日午前10時～午後4時)	時代を超えた好きな曲や青春時代の思い出の懐かしい歌の数々を最新の設備で思いっきり歌っています。演歌、シャンソン、ラテン、J-POPなど歓迎です。	毎月第1・第3金曜日午前11時～午後4時/市内カラオケ店	本間病院友の会入会(年会費600円)、参加費1回650円程度
酒田さわやかカラオケ教室(昼間部)	小野博司 ☎090-5231-9415	演歌の課題曲を決めてレッスン。対象/65歳以上。市内在住で他のカラオケサークル未加入の方	第1～第4火曜日午後1時30分～3時30分/総合文化センター	月会費3,300円
酒田ふれあいカラオケ教室(夜間部)			4月～12月第1～第4金曜日午後6時30分～8時30分/総合文化センター	月会費3,300円

からだを  
動かしたい

スポーツが  
したい

踊りたい

福祉・ボランティアに  
関わりたい

知識を生かしたい・  
身に付けたい

歌いたい・  
演奏したい

芸術に触れたい・  
趣味を楽しみたい

親子で  
楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
横笛教室	望月聖子 ☎090-5350-8247	基礎から正しく身につけ、童謡や長唄・独奏曲など、いろいろな音楽と一緒に奏でてみませんか。対象/横笛初心者	月3回火曜日午後1時～8時の間、1人30分程度の個人レッスン/日本舞踊千川流稽古場(亀ヶ崎二丁目)	月会費6,000円(初回は篠笛とテキスト代20,000円別途)
酒田ばやし保存会	佐藤政寿 ☎☎22-1457	酒田まつりをさらに楽しむために郷土のまつり囃子「酒田ばやし」の練習と伝承活動。横笛と盆太鼓の習得も。対象/小学生～70歳代	4月14日～毎週日曜日(酒田まつりまで)午後3時～5時/勤労者体育センター	年会費2,000円
酒田北前太鼓振興会	小松勝 ☎090-1938-0184 ✉kitamae.taiko@gmail.com	地元開催の太鼓イベントへの出演、酒田まつりなどの地域イベントに参加しています。一緒に太鼓を打ちましょう。	毎週金曜日午後7時～9時/ホームデコマシマ酒田店イベントホール(京田一丁目)	入会金3,000円
津軽すこっぶ三味線 鳥海山すこっばあず	齋藤繁 ☎090-3124-8424	活動を通じて、地域が元気になることで多くの方に笑顔を提供できることを目指しています。歌と踊りの好きな人大歓迎。	毎週水曜・土曜日午後1時30分～4時40分/八幡タウンセンター	月会費1,000円
能管教室	庄内能楽館 ☎33-4568 ☎43-0533	笛方一噌流能楽師による教室です。能の囃子事を学びたい方、音楽として笛を吹きたい方、初心者の方も大歓迎です。	隔月(事前に要予約)/庄内能楽館	1回4,000円

## 芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時/場所	会費等
書に親しむ会	齋藤京湖 ☎080-6023-2285	実用の書(初級、中級、上級コース有)と芸術の書を楽しむ学習します。芸術の書は次元をこえた心のアートの楽しい世界です。	毎月第2・第4土曜日午後1時30分～3時/総合文化センター	月会費2,000円
かな書道の会	佐藤泰穂 ☎090-4639-4623	やわらかな線のかな文字の練習をします。和の魅力を楽しんでみませんか。実用書を勉強したい方もどうぞ。初心者歓迎。講師/岡崎茜葉氏	毎月第2・第4土曜日午後1時～3時(見学随時可能です)/総合文化センター	月会費2,500円
書道(美文字)研究会	高橋錦翠 ☎070-5323-5596	四季折々の挨拶文や芭蕉の句などの読み書き、石碑の読み方など楽しく指導します(初回は筆ペンを持参)。	毎月第2・第4木曜日午後1時30分～3時/総合文化センター	月会費2,000円
アトリ絵の会	吉村澄子 ☎34-6229	静物・人物などを油彩で自由闊達に描きます(水彩画・パステル画も可)。季節ごとに野外写生会実施。講師/佐藤育生氏	毎月第1水曜日午前9時30分～午後1時/総合文化センター、毎月第2・第3・第4水曜日午前9時30分～午後1時/泉コミセン	年会費10,000円
酒田クローキークラブ	宗片敏 ☎26-9155	モデル(裸婦)を使ったクローキー会を月1回行っています。まずは気軽に体験参加をお勧めします。	毎月第3日曜日午後1時30分～4時30分/総合文化センター	15,000円(6か月分)、体験参加は3,000円
キルトスクエア酒田	森谷隆子 ☎24-9727	パッチワークで小物、バッグ、タペストリーを作ります。経験者、初心者も歓迎。講師/菅原真理子氏	毎月第1・第3金曜日午前10時～正午/総合文化センター	月会費3,000円
キルトウイング	齋藤まゆみ ☎23-1091	パッチワークで小物、バッグ、タペストリーを作ります。講師/菅原真理子氏	毎月第1・第3火曜日午前10時～正午/総合文化センター	月会費3,000円
大人の布あそび「赤い実の会」	成澤つるみ ☎090-5236-1559 ✉tsurumi.narisawa@gmail.com	ご自分が作りたい作品を作ります。木目込み人形(お雛様や干支なども)押絵作品、羽子板などの制作。着物や帯、古布を使った作品作りなども。	毎週土曜日午前9時30分～正午/総合文化センター	1回700円
手作り石けんとアロマを楽しむ 彩の会	小林幸 ☎☎43-0337 ✉info@aromakaren.com	手づくり石けんやアロマクラフトを作る楽しみと使う楽しさを共有しましょう。日常に香りと彩りを。新しい仲間をお待ちしております。	月1回～2回土曜日午前10時～正午/コミセンまたは総合文化センター	1回1,800円～3,000円程度(会場使用料別途)
絵手紙で元気会	柿崎多喜子 ☎090-4046-7074	和紙はがきに相手を想いながら絵と言葉を添える絵手紙は楽しい時間です。四季毎のお手本もあり。先ずはお気軽に体験からどうぞ!講師/阿部正昭氏	毎月第1・第3土曜日午後6時30分～9時内自由/総合文化センター	月会費1,000円

からだを動かしたい

スポーツがしたい

踊りたい

福祉ボランティアに関わりたい

知識を生かしたい・身に付けたい

歌いたい・演奏したい

芸術に触れたい・趣味を楽しみたい

親子で楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時／場所	会費等
絵手紙	港南コミセン ☎22-4473	はがきという小さな小さな舞台上で心を贈る絵手紙。描く人の個性を大事にし生き生き輝かせる、頂く人も元気になれるので最高です。講師／池田美津子氏	毎月第1木曜日午前10時～正午、午後1時～3時のどちらか／港南コミセン	月会費600円 (3か月払い) 材料費実費
もぎりあーと		「新聞やチラシを手でちぎり、絵や文字を形にしてはがきにのりで貼る」自由な発想で作れる資源ゴミから生まれる芸術(アート)です。指先を使うので脳の活性化になりますよ。講師／池田美津子氏	5月～隔月・年6回、第1金曜日午前10時～正午・午後1時～3時のどちらか／港南コミセン	1回600円 (6か月払い)
日和俳句会	須階米子 ☎33-8024	阿部月山子先生を講師に17文字の最短の言葉で感動の俳句作り励んでいます。	毎月第1土曜日午後1時30分～4時30分／総合文化センター	月会費1,000円
氷壁俳句会	白旗いちこ ☎23-8460	四季折々に目にしたことや、日常生活での感動を俳句にし、毎月3句～4句を句会時に投句。初心者大歓迎。見学自由。	毎月第1土曜日午前9時30分～午後0時30分／総合文化センター	月会費500円
表千家流花みずきの会	伊藤優子 ☎080-1820-2084	日本の伝統文化茶道を基礎から学び、初釜や年に1度の大寄茶会を開催し楽しんでいます。	毎月第2土曜日午後1時～5時／総合文化センター	月会費1,000円
玉川遠州流お茶に親しむ会	菅原温子 ☎27-3600	初心者でも大丈夫。「お盆 <sup>てま</sup> 点前」からはじめます。和やかな雰囲気でお茶の美しい所作を身に付けましょう。	毎月第2水曜日・第4土曜日午後1時～5時／総合文化センター	1回1,000円
裏千家茶の湯教室	庄内能楽館 ☎33-4568 ☎43-0533	日本文化の総合芸術茶の湯を、点前道具などに触れ、体感し、心豊かに日常生活に継いでいけるように学びます(無料体験あり)。	月3回水曜日の午前／庄内能楽館	1回2,000円・ 2回3,000円・ 3回4,000円/月
狂言教室		プロの狂言師による教室です(協力/万作の会)。初心者は基本の謡や小舞・所作を学び、その後初歩的な狂言へ進みます。	月1回(無料体験あり)／庄内能楽館	1回3,000円
謡曲仕舞教室		プロの能楽師による教室です(協力/宝生会)。能楽の謡曲と仕舞を、楽しくお教えます。	4月、6月、9月、10月、11月(10回程度。無料体験あり)／庄内能楽館	1回2,000円～
酒田風保存会	佐藤利昭 ☎23-4184	伝統のある「酒田風」を作って風あげを楽しみませんか。各種大会への参加、子どもたちへの風教室、風揚げ大会、風の展示なども行っています。	毎月第2土曜日午前9時～午後1時／総合文化センター	入会金1,000円、 年会費3,000円
日本棋院酒田支部	堀博雄 ☎26-0569	毎日囲碁を打って楽しむ。ミニ例会(毎週日曜日)および定例会(毎月第2日曜日)に参加。初心者も大歓迎。	【毎日ミニ例会】午後2時～6時【定例会】午後0時30分～5時／日本棋院酒田支部(南新町二丁目)	入会費1,000円、 月会費3,000円
東日本温泉愛好会	丸山啓 ☎090-8618-1147 ✉cxft9100@yahoo.co.jp	行きたい所を皆で話し合い迎えをもらい宿でうまい物を食べる(^.^)温泉を楽しみ夜寝て朝起きてまた送ってもらう(^.^)	会合は毎月1日と15日午後1時30分～4時30分／総合文化センター	温泉例会の場合のみ宿代と交通費を基金します
ワールド・エクスプローラーズ	村上秀範 ☎090-8929-0438 ☎64-3449	海外旅行に興味のある方ならどなたでも。情報共有・思いなどを語り合う場です。	3か月に1度開催予定(初回は4月20日(土)午後1時30分～)／総合文化センターなど	入会金・会費なし

## 親子で楽しみたい

会の名称	連絡先	活動内容等	活動日時／場所	会費等
べいびーさーくる	三浦美紀 ☎080-2810-6305	ママの交流を大切に、赤ちゃん連れのお出かけの場となるよう活動しています。体調に合わせて参加できます。対象／0歳～2歳の子どもの親	主に金曜日／酒田子育て支援センター	無料
たけのこクラブ	樋江井裕加里 ☎090-5618-9291	季節に合わせた活動をしたり園庭開放に参加したりしています。子ども同士の関わりも大切にしています。対象／主に未就園児と市内でママ友やパパ友のつながりを作りたい方	主に水曜日(月によっては土曜日または日曜日)／浜田コミセン	無料(活動内容により基金あり)