

|       |                                       |               |
|-------|---------------------------------------|---------------|
| 中沢公民館 | TEL : 83-5125                         | FAX : 81-1422 |
|       | E-mail : naka-kou@city.komagane.lg.jp |               |

| 文化団体 |     |             |     |         |    |
|------|-----|-------------|-----|---------|----|
| 番号   | 分野  | 団体名         | 例会  |         |    |
| 1    | 短歌  | 生活をうたう会     | 偶数月 | 第2木曜日   | 昼間 |
| 2    | 詩吟  | 詩吟楠洲流中沢中央支部 | 毎週  | 火曜日     | 夜  |
| 3    | 舞踊  | 春駒会         | 毎週  | 第1・3木曜日 | 午前 |
| 4    | 舞踊  | 日本舞踊 上伸流    | 毎月  | 1回      | 夜  |
| 5    | 合唱  | 若草コーラス      | 毎月  | 第1・3水曜日 | 夜  |
| 6    | 水彩画 | 中沢水彩画教室     | 毎月  | 1～2回    | 午前 |
| 7    | 水墨画 | デッサン・水墨画教室  | 毎月  | 第3月曜日   | 午後 |
| 8    | 染色  | 草木染教室       | 毎月  | 第1・3土曜日 | 午後 |
| 9    | 機織  | 中沢機織クラブ     | 毎週  | 水曜日     | 昼間 |
| 10   | 手芸  | 和紙ちぎり絵      | 毎月  | 第1木曜日   | 午前 |
| 11   | 着物  | 雅着付教室       | 毎月  | 第2火曜日   | 夜  |
| 12   | 写真  | 写真を楽しもう     | 毎月  | 第2火曜日   | 昼間 |

| スポーツ団体 |          |                               |    |             |    |
|--------|----------|-------------------------------|----|-------------|----|
| 番号     | 分野       | 団体名                           | 例会 |             |    |
| 1      | 太極拳      | 健康太極拳                         | 毎月 | 第2月曜日       | 夜  |
| 2      | ヨガ       | <small>こすもす</small><br>秋桜ヨガ教室 | 毎月 | 第2・4火曜日     | 午前 |
| 2      | 軽運動      | Nースプラッシュ                      | 毎月 | 第1・3月曜日     | 夜  |
| 3      |          | スプラッシュベリー                     | 毎週 | 月・水曜日       | 夕方 |
| 4      | トリムバレー   | みんなのスポーツ                      | 毎週 | 火曜日         | 夜  |
| 5      |          | パパママ                          | 毎週 | 土曜日         | 夜  |
| 6      |          | 中沢トリム                         | 毎週 | 金曜日         | 夜  |
| 7      |          | 曾倉部                           | 毎月 | 土曜日         | 夜  |
| 8      |          | 駒ヶ根中沢RC                       | 毎週 | 水曜日         | 夜  |
| 9      | ランニング    | 中沢卓球                          | 毎週 | 金曜日         | 夜  |
| 10     | 卓球       | 中沢BBC                         | 毎週 | 水曜日         | 夜  |
| 11     | バスケットボール | 中沢BBC                         | 毎週 | 水曜日・金曜日・日曜日 | 夜  |