

# 東伊那公民館

TEL. 82-4664

FAX. 81-1423

E-mail [higa-kou@city.komagane.lg.jp](mailto:higa-kou@city.komagane.lg.jp)

連絡先は、東伊那公民館へお問い合わせください。



東伊那公民館「いろどり」

## 文化団体

| 番号 | 分野    | 団体名            | 例会 |         |     | 代表者   |
|----|-------|----------------|----|---------|-----|-------|
|    |       |                | 頻度 | 曜日      | 時間  |       |
| 1  | 詩吟    | 詩吟東伊那教室        | 毎週 | 木曜日     | 夜   | 伊東 正人 |
| 2  | 郷土史   | 東伊那郷土研究会       | 随時 |         |     | 宮崎 豊  |
| 3  | 料理    | 手作りおやつ教室       | 毎月 | 1回      | 午前  | 赤羽 茉美 |
| 4  | 書道    | 書道教室           | 毎月 | 第1・3火曜日 | 夜   | 森田三枝子 |
| 5  | 童謡・唱歌 | うたひめ           | 毎月 | 第1火曜日   | 午前  | 大森恵美子 |
| 6  | 体操    | ニコニコ体操         | 毎月 | 2回火曜日   | 夜   | 湯澤 美子 |
| 7  |       | エアロとママヨガ       | 毎月 | 第1・3木曜日 | 午前  | 馬場 恭子 |
| 8  | ハーモニカ | ハーモニカ倶楽部 キラキラ星 | 毎月 | 第1・3月曜日 | 午後  | 伊藤やすみ |
| 9  | 水彩画   | いろどり           | 毎月 | 第4月曜日   | 午後  | 寺澤たま恵 |
| 10 | 園芸    | 四季のガーデニング教室    |    | 年4回     | 昼間  | 成瀬かおり |
| 11 | 絵手紙   | へたがいい絵手紙       | 毎月 | 第2月曜日   | 午前  | 宮城 京子 |
| 12 | 古典    | 古文書はじめの一步      | 毎月 | 第1土曜日   | 午前  | 新井 幸徳 |
| 13 | 料理    | いろりばた          |    | 年4回     | 基本夜 | 木下 寿秀 |
| 14 | 相撲    | 駒ヶ根相撲クラブ       | 毎週 | 土曜日     | 午後  | 斉藤 満  |
| 15 | ポッチャ  | ほんわかポッチャ       | 毎月 | 第4火曜日   | 午前  | 木下 早苗 |
| 16 | 舞踊    | 花扇会            | 随時 |         | 午前  | 北澤香代子 |

# 東伊那体育協会

TEL. 82-4664

FAX. 81-1423

| 番号 | 分野         | 団体名          | 頻度 | 曜日     | 時間 | 代表者   |
|----|------------|--------------|----|--------|----|-------|
| 1  | スポーツ<br>武道 | 野球クラブ        | 随時 |        |    | 滝澤 勇樹 |
| 2  |            | 東伊那男子ソフトボール  | 通年 | 4~10月  |    | 片桐 浩志 |
| 3  |            | ポッチャ         | 毎月 | 1回水曜日  | 夜  | 竹村真奈美 |
| 4  |            | ママさんバレー      | 毎週 | 金曜日    | 夜  | 福澤美智子 |
| 5  |            | 卓球クラブ        | 随時 |        | 夜  | 林 賢英  |
| 6  |            | 陸上クラブ        | 随時 | 元旦マラソン |    | 滝澤 代聖 |
| 7  |            | 東伊那バドミントンクラブ | 毎週 | 月曜日    | 夜  | 酒井 良寛 |
| 8  |            | やごろ会(弓道)     | 随時 |        |    | 馬場 努  |
| 9  |            | 綱引きクラブ       | 随時 |        | 夜  | 湯澤 八築 |
| 10 |            | トリムバレーボールクラブ | 毎週 | 水曜日    | 夜  | 鎌倉 巧海 |

駒ヶ根文化  
サークル協会

中沢公民館

東伊那公民館・  
東伊那体育協会

スポーツ

図書館・博物館

駒ヶ根市ボランティア連絡  
協議会・青少年の団体

健康に関する  
活動・講座

子育て支援室