

# 中沢公民館

TEL. 83-5125 FAX. 81-1422  
 E-mail naka-kou@city.komagane.lg.jp  
 連絡先は、中沢公民館へお問い合わせください。



中沢公民館 朗読の会「葉桜」

## 文化団体

番号	分野	団体名	例会	代表者
1	短歌	生活をうたう会	偶数月 第2木曜日 午後	池田ふみ子
2	詩吟	詩吟中沢中央支部	毎週 土曜日 午後	宮下美奈子
3	舞踊	春駒会	毎月 第1・3木曜日 午前	下平やす子
4		日本舞踊 中沢教室	毎月 1回 夜	片桐 美咲
5	合唱	若草コーラス	毎月 第1・3水曜日 夜	菅沼 和代
6		童謡唱歌をうたう会	毎月 1回月曜日 夕方	竹村美穂子
7	水彩画	中沢水彩画教室	毎月 第1水曜日 午前	北原 和久
8	水墨画	デッサン・水墨画教室	毎月 第3月曜日 午後	松崎 美幸
9	染色	草木染教室	毎月 第1・3土曜日 午後	新井 佳子
10	機織	中沢機織クラブ	毎週 水曜日 昼間	渡邊 好美
11	手芸	和紙ちぎり絵	毎月 第1木曜日 午前	林 和子
12	着物	雅着付教室	毎月 第2木曜日 夜	深田 弘子
13	写真	写真を楽しもう	毎月 第2火曜日 午後	土屋 和子
14	朗読	朗読の会「葉桜」	毎月 第2・4木曜日 夜	中山 教保
15	料理	花巻寿司教室	毎月 1回水曜日 午前	陶 千友紀

## スポーツ団体

番号	分野	団体名	例会	代表者
1	太極拳	健康太極拳	毎月 第2月曜日 夜	小出美津子
2	ヨガ	秋桜 <sup>こすもぎ</sup> ヨガ教室	毎月 第2・4火曜日 午前	下島 泰子
3	軽運動	N-スブラッシュ	毎月 第1・3月曜日 夜	寺平 美喜
4		スブラッシュベリー	毎週 月・水曜日 夕方	宮下奈津季
5	トリムバレー	みんなのスポーツ	毎週 火曜日 夜	木下 要二
6		パパママ	毎週 土曜日 夜	春日 利子
7		中沢トリム	毎週 金曜日 夜	竹村 淳
8		曾倉部	毎週 土曜日 夜	堀内 英樹
9	ランニング	駒ヶ根中沢RC	毎週 水曜日 夜	林 正俊
10	卓球	中沢卓球	毎週 金曜日 夜	矢澤 明
11	バスケットボール	中沢BBC	毎週 水曜日 夜	小池 勝

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