伊東市生涯学習情報誌

まなびのとびら

２０２４-２０２５

令和６年６月

伊東市生涯学習課

「まなびのとびら」2024～2025のご案内

●団体・サークルについて

…この生涯学習情報誌に掲載する団体・サークルは原則、新規会員の受け入れが可能です。
なお、各団体・サークルより本誌及び伊東市ホームページへの代表者氏名・連絡先の掲載について事前に承諾を得ています。

＊活動の詳細は、各団体・サークルの代表者、または連絡先へ直接お問い合わせください。

＊サークル見学希望者は、必ず事前に代表者の了解を得てください。

＊「まなびのとびら」は発刊より２年間使用します。
※お問い合わせいただく時期によっては、会員の受け入れや代表者等について変更が生じている場合があります。

●学習指導者について

…人材登録をしていただいた上で、氏名・連絡先等の記載承諾を得た方のリストです。
指導内容等の詳細は直接ご本人にお問い合わせください。

●ボランティア・体験受入団体について

…市内でボランティア活動及び体験の受け入れをしている団体のリストです。
内容等の詳細は直接団体にお問い合わせください。

「まなびのとびら」各施設の読み方

掲載名	正式名
中央会館	伊東市生涯学習センター中央会館
ひぐらし	伊東市生涯学習センターひぐらし会館
池会館	伊東市生涯学習センター池会館
赤沢会館	伊東市生涯学習センター赤沢会館
荻会館	伊東市生涯学習センター荻会館
宇佐美コミセン	宇佐美コミュニティセンター
小室コミセン	小室コミュニティセンター
富戸コミセン	富戸コミュニティセンター
八幡野コミセン	八幡野コミュニティセンター
市民体育センター	伊東市民体育センター
市民運動場	伊東市民運動場
大原武道場	伊東市大原武道場
はばたき	児童・身体障害者福祉センターはばたき
健康福祉センター	伊東市健康福祉センター
その他	○○小体育館　など

＊中央会館及びひぐらし会館は社会教育法に基づく公民館です。営利活動、宗教活動、政治活動については制限があります。（池・赤沢・荻会館も公民館類似施設のため、同様の制限があります。）

＊コミュニティセンターは、地域活動の拠点として、上記４つのセンターがあります。
文化活動・健康活動を通じて地域の皆さんの交流の場として活用してください。

＊代表者・活動日時・内容の変更が発生したサークルは下記、生涯学習課までお知らせください。

まなびのとびらについてのお問い合わせは

○教育委員会生涯学習課生涯学習係 ・・・・・・・TEL 0557－32－1962(月～金　8:30～17:15)

目　次

1　団体・サークル紹介

（音楽・演劇）

コーラス・合唱 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
楽器演奏 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２～３
邦楽・伝統芸能 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
その他音楽 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３～４
演劇 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4

（文学・歴史）

創作文学 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ５～７
その他文学 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
歴史・郷土文化 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8

（語学・国際交流）

語学・国際交流 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ８～９

（美術・手工芸）

絵画・書道 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ９～１０
手工芸 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ １１～１２

（スポーツ・アウトドア・健康づくり）

スポーツ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ １２～１６
武道 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ １６～１８
ダンス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ １８～２２
健康 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２２～２４
アウトドア ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２４～２５

（福祉活動・社会活動）

福祉活動・社会活動 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２５
ボランティア ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２６
活動グループ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２６

（その他）

趣味・実用 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２６
娯楽・ゲーム ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２７
その他 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ２８～２９

2　学習指導者紹介 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ３０～４２

3　ボランティア・体験受入団体紹介 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ４３～４７

4　伊東市ボランティアセンター登録ボランティア一覧 ・・・・ ４８

5　利用できる市の施設 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ４９

音楽・演劇

コーラス・合唱

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コーラス・合唱 **コーロ・アンジェラ** (ID:000002148)		初心者も大歓迎です・声楽家の指導者から本格的な発声を学ぶことができ、大曲をマスターすることができます。見学も大歓迎です。	中央会館、はばたき 毎週（火）13：30～15：30
会員数	16人　(男:0　女:16)	会員要件	制約なし
年齢層	63歳　～　89歳	連絡先	上山　育子　090-3156-4603

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コーラス・合唱 **伊東混声合唱団** (ID:000002176)		指導者 田山正弘先生、ピアノ 椎野佳奈子先生。ポピュラーから合唱曲など幅広いジャンルで楽しく歌っています。初心者大歓迎です。	中央会館、はばたき 毎月第1.2.4（水）13：15～15：00
会員数	12人　(男:1　女:11)	会員要件	制約なし
年齢層	72歳　～　93歳	連絡先	山口　万里子　52-4464

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コーラス・合唱 **コーロ・アイリス** (ID:000002288)		未経験者でも大歓迎です。とても和やかな雰囲気の中、楽しく練習しています。是非見学に来てください。 常時会員募集中です。	八幡野コミセン 毎月第2.3.4（金）13：15～15：15
会員数	16人　(男:0　女:16)	会員要件	女性限定
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	伊藤　ひろみ　090-5459-5232

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コーラス・合唱 **伊豆高原コーラス** (ID:000002409)		合唱により地域の文化振興や福祉に貢献しています。	池会館、富戸コミセン 毎週（土）14：00～16：00
会員数	35人　(男:11　女:24)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	鈴木　克政　37-3857

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コーラス・合唱 **ふるさとギター歌う会** (ID:000235390)		参加者が主人公。 皆で一緒に知っている歌の合唱と健康体操をして、楽しく心身の健康づくり。 日常の生活への役立ちとしています。 ※歌（合唱・演奏）と健康体操	八幡野コミセン 毎月第1.3（水）13：30～15：30
会員数	105人　(男:30　女:75)	会員要件	制約なし
年齢層	58歳　～　95歳	連絡先	大石　多津雄　080-1180-2275

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コーラス・合唱 **レ・ソルシェール** (ID:001954724)		歌うことが好きな仲間が集まって、令和３年５月にスタートしました。日本語を大切に、美しい女声ハーモニーを楽しんでいます。	はばたき　など 毎月第1.3（日）19：00～21：00
会員数	16人　(男:0　女:16)	会員要件	制約なし
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	萩原　敏子　090-7027-6084

楽器演奏

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
吹奏楽 **伊東シティウインドオーケストラ** (ID:000002123)		中高生やブランクがある方も大歓迎です。一度見学にいらして下さい。依頼演奏も随時承っています。	中央会館、宇佐美コミセン、富戸コミセン、はばたき　など 毎週（木）19：00～21：30 ※その他月一回程度（土日）
会員数	25人　（男:10　女:15）	会員要件	吹奏楽経験者
年齢層	20歳　～　73歳	連絡先	稲葉　誠士　37-5030

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
吹奏楽 **伊豆ウインドアンサンブル** (ID:000002372)		ジャンルに拘らず演奏しています。 とにかく一緒に楽しみましょう。 見学に来てください。	八幡野コミセン ※活動不定期　19：00～21：00
会員数	10人　（男:5　女:5）	会員要件	制約なし
年齢層	19歳　～　65歳	連絡先	前田　聡　090-3957-0513

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
オカリナ **オカリナくらぶ・ゆらぎ音** (ID:000189214)		年１回の発表会での演奏を目標に、隔週で練習を楽しんでいます。まったくの初めての方からメンバー募集中です。	ひぐらし会館　ほか 毎月第1.3（日）13：00～16：00
会員数	21人　（男:5　女:16）	会員要件	制約なし
年齢層	50歳　～　83歳	連絡先	藤田　一郎　090-6791-9915

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ギター **ギターアンサンブル伊東** (ID:000002108)		クラシックギターで初心者も含めてアンサンブルを楽しんでいます。日曜日の午後、一緒に練習しましょう。	ダンススタジオ・クイック（松原町） 毎月第2.3.4（日）13：00～15：00
会員数	8人　（男:4　女:4）	会員要件	制約なし
年齢層	62歳　～　76歳	連絡先	大場　敬子　090-7689-4376

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ピアノ **ベラ・ムジカ** (ID:005755145)		大人の方の「ピアノを弾きたい」という夢のお手伝い。一日一小節、七日で七小節くらいの気持ちで気軽に始めてみませんか？	個人宅 毎月第1.3（火・水）9：30～15：00
会員数	10人　（男:1　女:9）	会員要件	制約なし
年齢層	45歳　～　92歳	連絡先	齊藤　真知子　080-5167-3592

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
アンサンブル **ソラウミ** (ID:000002434)		どんな楽器でもどんなレベルの方でも参加できます。編曲家でもある指導者が個々に合わせた楽譜を作り練習していきます。	池会館、八幡野コミセン ※月2回、木曜日の9：30～12：00
会員数	7人　（男:4　女:3）	会員要件	制約なし
年齢層	57歳　～　78歳	連絡先	満富　俊郎　090-6332-7560

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
カルテット **レ・マロン** (ID:009408264)		クラシックの音楽中心にカルテットを組んでいます。 （ピアノ、バイオリン、フルート、オーボエ）		ひぐらし会館　活動不定期
会員数	4人　(男:1　女:3)	会員要件	制約なし	
年齢層	69歳　～　75歳	連絡先	田中　栄子　090-2423-9853	

邦楽・伝統芸能

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
長唄 **菊扇会** (ID:000006743)		和気あいあいとお稽古しています。お稽古の成果は、1月の新年会、7月の浴夜会のほか、11月のコミセン祭りでも聴いていただきます。（長唄・三味線）		八幡野コミセン 毎月第1.3（木）13：00～17：00
会員数	4人　(男:0　女:4)	会員要件	制約なし	
年齢層	60歳　～	連絡先	井上　恵里　（井上方 鈴木）0558-22-0674	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
和太鼓 **伊東囃子保存会** (ID:000001071)		５０年の歴史をもつ和太鼓愛好家のチーム。市内外のイベントに多数参加。 週１回の練習でアットホームな会です。 見学歓迎です。		ひぐらし会館 毎週（水）20：00～21：30
会員数	18人　(男:12　女:6)	会員要件	60歳以下	
年齢層	35歳　～　70歳	連絡先	山本　諒　37-6108（伊東観光協会）	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
能楽・謡曲・仕舞 **伊東能楽愛好会** (ID:009794290)		月２回、伊豆高原地区でお能にまつわる取組みをしています。 伊東市文化協会に所属しており、芸術祭で発表しています。		富戸コミセン、天麗301研修所 毎月第1.3（木）14：00～16：00
会員数	11人　(男:3　女:8)	会員要件	制約なし	
年齢層	10歳　～　85歳	連絡先	松上　泰男　080-1563-1979	

その他音楽

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
シャンソン **伊豆高原シャンソン会** (ID:000025682)		美しい日本語で歌うシャンソンを中心に練習。歌をとおして人生を溌剌と過ごしていけるように全員で学習しています。		八幡野コミセン 毎月第1.4（土・日） 13：00～16：00 ※年1回ひぐらし会館でコンサート ※年2回勉強会
会員数	14人　(男:1　女:13)	会員要件	制約なし	
年齢層	37歳　～　85歳	連絡先	平尾　泰子　090-8890-8375	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
コンサート企画・運営 **ロートルズ** (ID:000002425)		ビートルズ等の６０年代音楽の演奏。 ライブ講演など。		ひぐらし会館 その他ライブハウス　など ※開催不定期
会員数	50人　(男:20　女:30)	会員要件	制約なし	
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	篠崎　良典　090-4455-5306	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
コンサート企画・運営 **伊東ラテン音楽実行委員会** (ID:003125145)		昔懐かしのラテン音楽、ジャズ等。 ラテンリズムを聴きながら、明るく元気な身体にしていこう。		ひぐらし会館　ほか 活動不定期
会員数	10人　(男:4　女:6)	会員要件	制約なし	
年齢層	25歳　～　80歳	連絡先	セバスチャン　ゴメス　090-5115-6793	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
フォーク **浦島フォークサークル** (ID:000002415)		フォークソング、ポピュラーソング等を1200曲以上歌詞カードの中から唄います。 浦島浩司先生、フォークバンドリングスが演奏します。		中央会館 毎月第4週　14：00～16：00
会員数	32人　(男:6　女:26)	会員要件	制約なし	
年齢層	68歳　～　81歳	連絡先	阿部　信一　080-7700-3551	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
フォーク **大室フォークビレッジ** (ID:008995295)		フォークソングやポップスを皆で歌ったり、聴いたり、お喋りしたり、楽しく過ごす会です。		ひぐらし会館、池会館、赤沢会館など 毎月第4（木）13：30～16：00
会員数	22人　(男:10　女:12)	会員要件	制約なし	
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	篠崎　良典　090-4455-5306	

演劇

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
演劇 **劇団「風」** (ID:000032943)		未来を担う子供たちの笑顔のために、楽しみながら活動する仲間を募集しています。 初心者大歓迎です。是非見学に来て下さい。		伊東市内幼稚園・保育園 毎週（木）19：30～21：00 ※上記以外に公演前の木・日
会員数	15人　(男:5　女:10)	会員要件	未経験者であること	
年齢層	13歳　～　67歳	連絡先	山田　広一　090-7690-9913	

文学・歴史

創作文学

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **伊東市俳句連盟** (ID:000001005)		俳句連盟に所属する13句会の年間行事や連盟の歩み方の方向性を検討し、新年俳句大会、杢太郎祭俳句大会などを開催しています。	中央会館、小室コミセン、富戸コミセン 毎週（水・日）9：00～12：00
会員数	100人　（男:20　女:80）	会員要件	制約なし
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	高橋　勝　090-6642-8631

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **曲水句会** (ID:000002146)		俳句という世界で一番短い詩を、美しい日本語で表現します。	宇佐美コミセン　など 毎月第1（火）13：00～15：00
会員数	5人　（男:2　女:3）	会員要件	制約なし
年齢層	～　80歳	連絡先	宮澤　次男　090-4865-0744

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **ほそみち句会** (ID:000002179)		自然と生活の中の感動を句にしてみませんか？ 楽しみながら学ぶ句会への見学お待ちしています。	中央会館 毎月第2（日）13:00～15:00
会員数	7人　（男:3　女:4）	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　91歳	連絡先	梅谷　静子　51-0502

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **伊豆俳句学習会　風** (ID:000002422)		五七五で季節や日々の思いを表現し、語り合いませんか？同じものを見ても感じ方は人それぞれ。自作５句の短冊を持ち寄ります。	中央会館 毎月第2（土）13：00～16：00
会員数	5人　（男:2　女:3）	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	寺本　隆信　090-5789-3059

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **豆州円座の会** (ID:000025578)		・俳句の実作を通じ日本文化への造詣を深める ・1句1句を丁寧に指導 ・俳句入門講座	中央会館、ひぐらし会館 毎月第3（日）13：00～15：00
会員数	10人　（男:7　女:3）	会員要件	SNSによりコミュニケーション可能な方
年齢層	38歳　～　72歳	連絡先	今井　みさを　090-9335-5647

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **つばき句会** (ID:001592553)		初心者大歓迎です。寝ていてもできる俳句。認知症予防のためにも、日々の生活を豊かにしましょう。毎月俳句小誌発行しています。	八幡野コミセン 毎月第2（火）10：00～12：00
会員数	5人　（男:1　女:4）	会員要件	制約なし
年齢層	70歳　～　77歳	連絡先	高橋　まさる　090-6642-8631

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **岳　伊豆高原句会** (ID:001699255)		毎月1回の句会と年2回程度の吟行で俳句と交流を楽しんでいます。先生は楽しむことが一番大事との方針で、俳句と交流を楽しんでいます。	八幡野コミセン 毎月第1（水）13：00～17：00
会員数	16人　(男:4　女:12)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　85歳	連絡先	石井　立文　54-5801

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **伊豆海俳句会** (ID:002832796)		笑いの絶えない句会です。吟行も定期的に行い、美味しい食事も楽しみ。家に閉じこもりにならず、書を持ち町にでましょう。ご参加お待ちしています。	富戸コミセン 毎月第2（水）9：30～11：30
会員数	9人　(男:1　女:8)	会員要件	制約なし
年齢層	55歳　～　80歳	連絡先	五十嵐　梢　36-6692

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **伊東じんなら句会** (ID:003214192)		俳句初心者からの勉強会です。	中央会館 毎月第2（日）　13：00～15：30
会員数	6人　(男:6　女:0)	会員要件	制約なし
年齢層	40歳　～　60歳	連絡先	片山　智幸　090-5113-4754

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
俳句 **やんも句会** (ID:005346159)		年とともに会員が少なくなり、「さわらび句会」と合併いたしました。 会員募集中です。今を楽しみたい人が参加して下されば幸いです。	八幡野コミセン 毎月第1（金）14：00～16：00
会員数	7人　(男:1　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	72歳　～　82歳	連絡先	野口　清美　54-9309

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
短歌 **伊東短歌会** (ID:000002112)		60年近い伝統のある短歌会です。月一回の歌会で自作を持ち寄り合評します。二首のうち一首を発表します。気楽にどうぞ。	湯川シニアプラザ 毎月第4（月）13：00～15：00
会員数	10人　(男:2　女:8)	会員要件	制約なし
年齢層	73歳　～　93歳	連絡先	鳥飼　丈夫　080-3385-8750

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
短歌 **冬苺短歌会** (ID:000002435)		短歌の実作・批評などを通し、作歌力を高めることを目的として活動しています。会員相互の親睦を図ることも大切にしています。	中央会館 毎月第4（水）13：00～15：30
会員数	8人　(男:2　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	55歳　～　90歳	連絡先	井上　隆　090-4822-4357

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
川柳 **川柳火曜会** (ID:000002278)		和気あいあいと五七五をお互いに突っつき合って楽しんでいます。		中央会館 毎月第3（火）13：30～15：30
会員数	7人　(男:3　女:4)	会員要件	制約なし	
年齢層	60歳　～　70歳	連絡先	竹内　禮治　090-5104-8174	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
川柳 **大室川柳会** (ID:009745338)		「川柳で頭のサビを剝がしていく」 作った句の想いや背景を仲間と楽しく語り合っています。 雑学と情報交換も笑いと共に！		大室高原自治会館 毎月第1.3（水）9：00～11：30
会員数	7人　(男:5　女:2)	会員要件	制約なし	
年齢層	70歳　～　85歳	連絡先	金子　進一　51-4544	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
連句 **伊豆芭蕉堂連句会** (ID:000002118)		室町時代から江戸時代に隆盛をみた俳諧の連歌からの連句、長句五七五、短句七七の付けと転じを楽しむ座の文芸です。		会員自宅 毎月第3（日）13：00～16：00
会員数	3人　(男:1　女:2)	会員要件	制約なし	
年齢層	70歳　～　80歳	連絡先	半田　有杜　090-1231-5368	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
詩・エッセイ **風越の会** (ID:003346796)		詩とエッセーの創作と同人誌「風越」の発行（年２回）。 どなたでも歓迎します。一緒に詞の学習をしましょう。		中央会館（活動不定期）
会員数	5人　(男:4　女:1)	会員要件	制約なし	
年齢層	70歳　～　78歳	連絡先	鳥飼　丈夫　080-3385-8750	

その他文学

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
読み聞かせ **伊豆おはなし連絡会** (ID:000001049)		2001年発足。勉強会を続け、現場へ活動者を送り出しています。伊東を中心に熱海、伊豆市等の9サークルが所属しています。 個人でも入会可能です。		－
会員数	100人　(男:3　女:97)	会員要件	制約なし	
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	上原　佐恵子　090-9896-0946	

歴史・郷土文化

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
古文書 **上ノ坊古文書サークル** (ID:000002204)		市内に残る古文書の解読と、江戸時代の人々がどのような暮らしをしていたのかを勉強します。気軽に見学に来て下さい。	中央会館 毎月第2.3（土）13：30～15：30
会員数	8人　(男:2　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　83歳	連絡先	石渡　美智代　78-0289

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
歴史・郷土・文化研究 **伊豆歴史文化研究会** (ID:000002220)		伊東や伊豆の歴史・史跡・民話など郷土の文化や自然に関する理解を深める学習会を催しています。初心者でも参加できます。	中央会館 毎月第3（金）19：00～21：00
会員数	34人　(男:25　女:9)	会員要件	制約なし
年齢層	10歳　～　100歳	連絡先	篠原　憲　38-2148

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
歴史・郷土・文化研究 **伊東郷土研究会** (ID:000002347)		郷土伊東の歴史、風土、文化を共に学び、研究しています。また、外部から講師を招き、より深く郷土史の学習もしています。創立５８年目です。	中央会館、ひぐらし会館 毎月第3（日）13：00～16：00
会員数	20人　(男:14　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	70歳　～　80歳	連絡先	岩本　佳子　090-3421-6028

語学・国際交流

語学・国際交流

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
英語 **おやこ英会話の会** (ID:000002260)		Let's get together!!	山茶花1F 月1回（水）18：00～19：00
会員数	13人　(男:3　女:10)	会員要件	未成年者と保護者（児童のみも可）
年齢層	5歳　～　45歳	連絡先	鈴木　一美　38-5364

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
英語 **ショウ英会話学校** (ID:000712353)		経験豊かなアメリカ人講師による英会話レッスン。お子様から大人まで。	活動場所・日時・会費等はクラスにより異なるため、お問い合わせ下さい。
会員数	20人　(男:2　女:18)	会員要件	制約なし
年齢層	4歳　～　80歳	連絡先	ショウ・スティーブン　090-7864-7500

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
中国語 **金秋中国語教室** (ID:005760678)		「話せる中国語」を目標に学習します。1年後には中国語研修旅行も計画中。実践で試すチャンスあります。少人数制。	※活動場所及び日時は団体へ お問い合わせください。
会員数	12人　(男:5　女:7)	会員要件	制約なし
年齢層	35歳　～　79歳	連絡先	石井　淑子　090-3568-6843

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
国際交流 **伊東国際交流協会** (ID:000001072)		友好都市（イギリス・メドウェイ市とイタリア・リエティ市）との交流促進を図るとともに、日本語教室の充実を図っています。	中央会館、ひぐらし会館など 事務所（土日・祝祭日の除き毎日）
会員数	400人　(ー)	会員要件	制約なし
年齢層	ー	連絡先	協会事務所　32-4666

美術・手工芸

絵画・書道

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
水彩画 **松林透明水彩教室** (ID:004674357)		人物画、風景画、静物画を楽しく学びましょう。初心者・見学歓迎です。 （透明水彩画の学習）	池会館 毎月第1（木）13：00～16：30
会員数	11人　(男:1　女:10)	会員要件	制約なし
年齢層	ー	連絡先	松林　淳　090-2721-0094

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
水墨画 **伊東水墨会** (ID:002475300)		初心者大歓迎です。黒と白の世界ですが、お花や草花を書きますので顔彩を入れます。是非見学にきてください。	宇佐美コミセン 毎月第3（土）13：00～15：30
会員数	4人　(男:0　女:4)	会員要件	制約なし
年齢層	76歳　～　83歳	連絡先	鈴木　隆江　090-7258-2622

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
書道 **伊豆書道** (ID:000002238)		文字文化の継承。書芸の研究と発表など、書の勉強に励んでおります。見学に来てください。	関係者自宅など 毎月第2.4（金）13：00～15：00
会員数	8人　(男:2　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	50歳　～　76歳	連絡先	島田　晴夫　090-9175-7498

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
書道 **華香かな書会** (ID:000033912)		小筆でかな文字を書いたり読んだりする事によって、文化的な生活を日常に取り入れ、人生１００年時代、教養を身につけ、生活を豊かにする。	中央会館 毎月第3（水）13：00～15：00
会員数	7人　(男:1　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	渡邉　忠　090-6154-1706

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
書道 **年金者お習字の会** (ID:006888267)		初心者の入会大歓迎です。 認知症予防にもなります。気軽に見学に来てください。 （毛筆で書く漢字・仮名文字）	はばたき 毎週（土）13：30～15：40
会員数	6人　(男:1　女:5)	会員要件	60歳以上
年齢層	60歳　～　90歳	連絡先	海老原　昌代　090-2464-5686

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
書道 **己書　楽楽道場** (ID:009218950)		文字や絵の苦手な方大歓迎。コツを掴めば己の書。筆ペンや色をつけて脳活。楽しさと感動を提供します。何かを始めることに遅いということはありません！	各生涯学習センター、各コミセン ふじのゆめ　など 平日（月-金）　10：00～12：00 13：00～15：00 ※上記以外にも活動あり。詳細は下記にお問い合わせ下さい。
会員数	60人　(男:5　女:55)	会員要件	制約なし
年齢層	4歳　～　95歳	連絡先	山中　明子　090-5035-5645

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
絵画全般 **椿絵画サークル** (ID:000002351)		色鉛筆、パステル、水彩、油彩と各自好みのジャンルで作画しています。茶話会の延長の様に仲良くやっています。初心者歓迎です。	中央会館 毎月第2.4（金）13:00～16:00 ※上記以外に年数回の写生
会員数	6人　(男:5　女:1)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　85歳	連絡先	渡辺　吉郎　38-4482

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
己書 **己書笑弁天道場** (ID:002196641)		筆ペン一本で楽しい時間を一緒に過ごしませんか？思うままに筆を走らせ、表現豊かに自分らしく己の書を描いて心も脳も元気いっぱい！	市内全域 ※詳細は団体に直接お問い合わせ下さい。
会員数	30人　(男:1　女:29)	会員要件	制約なし
年齢層	14歳　～　84歳	連絡先	片山　きよか　090-6333-9150

手工芸

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パッチワーク **パッチワークさくら会** (ID:000002101)		布が好きな仲間が月1回集まって、パッチワークキルトのバックやポーチ、タペストリーを作ります。	中央会館 毎月第4（火）10：00～12：00 13：00～15：00
会員数	10人　(男:0　女:10)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	墓　絹枝　45-0936

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パッチワーク **藤の会** (ID:000002428)		毎回楽しみながら、パッチワークキルトのバッグやポーチなどを作ります。色の配色が人それぞれで楽しみ、世界で一つの物が作れます。	荻会館 毎月第2.4（金）10：00～12：00
会員数	5人　(男:0　女:5)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	山田　ちえ子　45-0816

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パッチワーク **キルトパッチワーク教室** (ID:000210777)		パッチワークキルトのバッグ等の制作をしています。地域の親睦を図りながら、手仕事を楽しんでいます。実用的な物を誰にでも作ることができます。	富戸コミセン 毎月第1.3（木）10：00～12：00
会員数	4人　(男:0　女:4)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	三好　教子　51-2750

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パッチワーク **パッチワークやんも** (ID:006412173)		好きな布を色合わせを楽しみながら、バックやポーチなど、実用的な物を中心に作ります。	八幡野コミセン 毎月第1.3（金）10：00～12：00
会員数	8人　(男:0　女:8)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	高橋　時子　54-7301

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
折り紙 **折り紙の会** (ID:005958541)		季節により色々な種類の折り紙を折っています。	はばたき 毎月第3（火）13：30～15：30
会員数	9人　(男:0　女:9)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	森　千代子　45-3802

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
折り紙 **折り紙教室** (ID:008072544)		毎回、新しい作品を折ることにより、自然と指先と脳を使うことによって認知症の予防にもなっています。 一度体験に来てください。※有料	八幡野コミセン 毎月第3（木）9：00～12：00 ※1月と8月は休みです
会員数	10人　(男:0　女:10)	会員要件	講師の説明を聞くことができること
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	三輪　綾子　54-2038

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バティック **バティック染めの会 ラフレシア** (ID:008184332)		バティックとはマレーシアのろうけつ染めです。作品展を目指して頑張っています。	中央会館 毎月第2.4（水）13：00～15：00
会員数	6人　(男:1　女:5)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　84歳	連絡先	木部　詔子　080-3021-7802

スポーツ・アウトドア・健康づくり

スポーツ

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ゴルフ **ゴールド川奈CC・友の会 ≪ゴールド会≫** (ID:009600970)		競技（コンペ）の会ではなく、様々なレベルの方たちが出来栄えを披露する発表会的な場です。技や頑張りなどがポイントで評価されます。	ゴールド川奈カントリークラブ 毎月第4（火）8：30～15：00
会員数	45人　(男:38　女:7)	会員要件	制約なし
年齢層	59歳　～　92歳	連絡先	井上　徹　090-3315-2652

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パークゴルフ **伊東市パークゴルフ連盟** (ID:001122815)		伊豆ぐらんぱる公園パークゴルフ場で楽しむ。市内パークゴルフ5団体の親睦団体で、交流会開催を中心に活動しています。	ぐらんぱる公園 毎週（日、火-金）9：30～16：00
会員数	203人　(男:99　女:104)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　90歳	連絡先	田中丸　哲郎　090-8342-8018

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パークゴルフ **伊東市パークゴルフ友の会** (ID:001672366)		パークゴルフ始めませんか？ パークゴルフは楽しいスポーツです。 生涯スポーツとして健康づくりに最適です。	ぐらんぱる公園 毎週（月・木）9：30～12：00
会員数	29人　(男:13　女:16)	会員要件	制約なし
年齢層	70歳　～　92歳	連絡先	嶋田　浩三　51-9898

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パークゴルフ **伊豆パークゴルフ愛好会** (ID:001782086)		健康維持やリハビリとして気軽にパークゴルフを楽しみましょう。	ぐらんぱる公園 毎週（水）9：30～13：00
会員数	57人　(男:28　女:29)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　88歳	連絡先	野口　順規　080-8255-5349

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パークゴルフ **パークゴルフ ハッピークラブ** (ID:003419247)		風光明媚な伊豆ぐらんぱる公園のパークゴルフ場で、健康寿命が長くなるよう生涯スポーツとして取り組んでいます。	ぐらんぱる公園 毎週（水・金）12：30～16：00
会員数	39人　(男:20　女:19)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　88歳	連絡先	磯崎　泰洋　51-5190

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パークゴルフ **伊東市パークゴルフ協会** (ID:004611686)		楽しんでストレス解消。認知症予防。手軽にアンチエイジング。 今、女性が多数参加しています。是非見学に来てください。	ぐらんぱる公園 毎週（月・木）8：50～12：00
会員数	21人　(男:8　女:13)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　90歳	連絡先	渡邉　明　080-2011-7742

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
パークゴルフ **伊東市パークゴルフクラブ** (ID:008283027)		健康づくりを柱に、会員相互の親睦ゴルフを楽しく元気でプレーすることを基本としております。	ぐらんぱる公園 毎週（火・金）9：00～
会員数	65人　(男:32　女:33)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　90歳	連絡先	田中丸　哲郎　090-8342-8018

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バレーボール **球和会** (ID:000006091)		みんなで楽しくバレーやってます！ 初心者でもOK！身体を一緒に動かしませんか？（ママさんバレーボール）	市民体育センター 毎週（金又は土）19：30～21：00
会員数	17人　(男:0　女:17)	会員要件	制約なし
年齢層	25歳　～　64歳	連絡先	稲葉　和世　080-1607-4273

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バレーボール **南クラブ** (ID:000025064)		時々中学生も混ざり、楽しく練習しています。いそじの方もたくさん活動しています。（家庭婦人バレーボール）	南小体育館 毎週（月・木）19：00～21：00
会員数	15人　(男:0　女:15)	会員要件	女性限定　バレーボールが好きな方
年齢層	－	連絡先	山道　晴美　090-8557-9897

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バレーボール **深山クラブジュニア女子** (ID:000032536)		小学生バレーボールチームです。現在2年生から6年生が一緒に週4回の練習に励んでいます。興味のある子は、是非見学に来てください。	旧西小体育館、大池小体育館 毎週（水・木）18：45～21：00 毎週（土・日）13：00～17：00
会員数	12人　(男:0　女:12)	会員要件	女性、小学校1年生～6年生
年齢層	6歳　～　12歳	連絡先	山下　輝久　090-7034-9553

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バレーボール **BUZZ　CLUB** (ID:000032981)		ママさんバレーとして活動をしていますが、練習の参加はどなたでも大歓迎です。一緒に楽しく身体を動かしましょう！	伊東小体育館 毎週（水）19：00～21：00
会員数	20人　(男:3　女:17)	会員要件	制約なし
年齢層	ー	連絡先	沼田　香織　090-7699-8615

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バレーボール **伊東倶楽部** (ID:000331820)		当団体は家庭婦人バレーボールのいそじチームです。週1回、皆かなり真面目に参加し、気持ちよく汗を流しています。	南中体育館 毎週（火）19：00～21：00
会員数	10人　(男:0　女:10)	会員要件	女性限定　49歳以上
年齢層	50歳　～　64歳	連絡先	川﨑　美智代　080-5466-8855

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **パピヨン** (ID:000002307)		毎週日曜日午前中と火曜日午前中に活動しています。第一に健康促進・融和を目的とし、さらに技術の向上を目指しています。	荻会館 毎週（火・日）9：00～12：00
会員数	21人　(男:7　女:14)	会員要件	男性60歳以上　女性50歳以上
年齢層	65歳　～　87歳	連絡先	山本　美鈴　080-8254-0436

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **スマッシュクラブ** (ID:000002311)		毎週金曜日午前中に荻会館で活動。卓球を通して楽しく和気あいあいと活動しています。試合への出場を目指し、健康を促進します。	荻会館 毎週（金）9：00～12：00
会員数	15人　(男:1　女:14)	会員要件	男性60歳以上　女性50歳以上　シニア卓球大会出場
年齢層	67歳　～　89歳	連絡先	宮下　和比古　090-8459-4118

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **荻卓球菜の花会** (ID:000002392)		卓球を通じ体力・健康を維持し、仲間との交流を図りながら楽しく卓球をします。	荻会館 毎週（土）9：00～12：00
会員数	11人　(男:2　女:9)	会員要件	女性55歳～　男性60歳～
年齢層	55歳　～　85歳	連絡先	小島　健二　45-0819

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **城星卓球クラブ** (ID:000006097)		初心者大歓迎です。体力維持・運動不足解消！！	市民体育センター 毎週（火・金）9：00～11：45
会員数	23人　(男:10　女:13)	会員要件	制約なし
年齢層	61歳　～　92歳	連絡先	能登　武則　090-1061-7493

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **高原卓球クラブ** (ID:000006103)		和気あいあいとした集まりです。初心者大歓迎。楽しい仲間と一緒に健康寿命を延ばしましょう。	市民体育センター 毎週（火）13：00～16：00
会員数	10人　(男:3　女:7)	会員要件	制約なし
年齢層	58歳　～　82歳	連絡先	佐々木　規雄　080-5024-0664

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **大室卓球クラブ** (ID:000032293)		シニアとして卓球を通じ、健康と体力維持を図り、楽しく卓球をします。	市民体育センター 毎週（木）13：00～16：00
会員数	11人　(男:3　女:8)	会員要件	女性55歳～　男性60歳～
年齢層	55歳　～　85歳	連絡先	池田　敏幸　54-9110

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **いいとも** (ID:000032937)		チームのキャッチフレーズは和気藹々です。卓球を通して、健康増進と仲間意識の大切さを学びながら卓球技術の習得・向上を目指します。	市民体育センター 毎週（水）9：00～12：00
会員数	24人　(男:9　女:15)	会員要件	女性50歳以上　男性60歳以上
年齢層	63歳　～　82歳	連絡先	飯野　貞彦　090-4535-1752

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **すいらん卓球** (ID:002064076)		運動不足解消と健康に毎日を過ごす事を目的とし、卓球を楽しむシニアクラブです。大半が初心者です。入会希望者大歓迎です。	小室コミセン 毎週（水）13：00～16：00
会員数	9人　(男:4　女:5)	会員要件	制約なし
年齢層	55歳　～　85歳	連絡先	齋藤　静子　080-3617-7143

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **小室コミセン卓球クラブB** (ID:003647129)		ワイワイ・ガヤガヤと仲良く卓球を楽しんでいます。	小室コミセン 毎週（木・土）9：00～12：00
会員数	17人　(男:8　女:9)	会員要件	制約なし
年齢層	68歳　～　93歳	連絡先	兵頭　良一　45-2197

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **小室コミセン卓球クラブA** (ID:006668597)		卓球の健康効果は脳血流を増加させ、ボールを目で追いながら瞬時に判断して行動する為、脳の活性化に繋がります。	小室コミセン 毎週（水・金）18：30～20：30 毎週（日）　9：00～11：30
会員数	21人　(男:10　女:11)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　90歳	連絡先	鈴木　芳男　090-7439-0752

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
卓球 **宇佐美卓球愛好会** (ID:006912064)		若い世代からシニア世代まで、週2回楽しく活動しています。	宇佐美小学校 毎週（月・木）　19：00～21：00
会員数	17人　(男:11　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	20歳　～　80歳	連絡先	米澤　義正　090-8509-2363

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
バドミントン **オレンジ・バドミントン** (ID:002252847)		楽しむバドミントンです。 主婦を中心とした集まりです。	市民体育センター 毎週（水）9：00～12：00
会員数	23人　(男:5　女:18)	会員要件	制約なし
年齢層	50歳　～　70歳	連絡先	勝俣　とも子　38-2977

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
スポーツ吹矢 **スポーツ吹矢クラブ 伊東かわせみ会** (ID:000002407)		スポーツ吹矢の技術向上と会員の心身の健康増進を目指し、会員相互の親睦交流を図ることを目的としています。	中央会館 毎週（日）13：00～15：00
会員数	10人　(男:8　女:2)	会員要件	制約なし
年齢層	70歳　～　83歳	連絡先	大島　雄二　080-3594-7023

武道

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
剣道 **伊東剣誠会** (ID:000006199)		初心者から経験者まで、生涯剣道を目標に基本稽古中心に活動しております。見学自由ですので興味のある方は見に来てください。	大原武道場 毎週（水・土）19：00～21：00
会員数	12人　(男:9　女:3)	会員要件	制約なし
年齢層	23歳　～　92歳	連絡先	畠山　一之　38-3990

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
柔道 **伊東柔道会** (ID:000006198)		初心者でも基本的なことから指導します。受け身を覚えて身体を鍛えましょう。	大原武道場 毎週（月・水・土）19：00～21：00
会員数	18人　(男:10　女:8)	会員要件	制約なし
年齢層	6歳　～　73歳	連絡先	鈴木　尚　090-8551-9095

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
なぎなた **伊東市なぎなた連盟** (ID:004848989)		なぎなたは生涯スポーツです。声を出すことでストレス発散！猫背も治りますよ。一緒に和気あいあいと稽古しませんか？男性歓迎。	大原武道場 毎週（土）13：30～16：00 ※その他県内大会が数回
会員数	14人　(男:1　女:13)	会員要件	小学生以上
年齢層	10歳　～　70歳	連絡先	春川　優子　090-1725-3070

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
太極拳 **荻リラックス太極拳クラブ** (ID:000002306)		太極拳は身体をゆるめながら体力を高めることのできる運動です。年齢を重ねても続けていけば上達し、充実感を得ることができます。（簡化24式太極拳、32式太極剣、混元陳式太極拳、伝統楊式太極拳）	荻会館 毎週（水・金）9：45～12：00 19：00～21：00
会員数	20人　(男:6　女:14)	会員要件	制約なし
年齢層	40歳　～　90歳	連絡先	丸茂　幸子　090-6759-2487

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
太極拳 **養生太極拳圓花會** (ID:000025856)		太極拳と導引養生功を毎週練習しています。導引養生功は東洋医学に基づき整体する効果があります。是非ご一緒に学びませんか？	池会館 毎週（火）9：30～11：30 大原武道場 毎週（金）9：30～11：30
会員数	30人　(男:4　女:26)	会員要件	制約なし
年齢層	37歳　～　87歳	連絡先	平岡　公子　080-1011-7036

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
太極拳 **宇佐美致柔伝承教室** (ID:001545249)		扇・剣・刀等を使う太極拳です。他にはない太極蔵拳というものもあります。 脳トレにもいいかも？	宇佐美コミセン 毎週（土）9：30～11：30
会員数	10人　(男:0　女:10)	会員要件	楊式太極拳の基礎が出来る方
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	三宅　成以子　47-6229

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
太極拳 **伊東太極拳康会** (ID:004360688)		初心者大歓迎です。講師の先生のご指導のもと、体幹を鍛える太極拳をしながら、楽しく、健康寿命90歳を目指しましょう。	伊東小体育館 または はばたき 毎週（月）19：00～20：30
会員数	5人　(男:2　女:3)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　75歳	連絡先	林　益代　47-3579

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
太極拳 **伊東太極拳同好会** (ID:005321760)		健康な身体を目指して楽しくやっています。みんな高齢のため、無理をしないようにしています。一度見学に来てください。	市民体育センター 毎週（火）13：30～15：00
会員数	5人　(男:1　女:4)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　85歳	連絡先	村上　亙　45-0284

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
太極拳 **八幡野気功太極拳** (ID:008077790)		太極拳を体験してみませんか？ 若い方大歓迎です。		八幡野コミセン 毎週（火・金）10：00～11：30
会員数	94人　(男:15　女:79)	会員要件	制約なし	
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	北村　房江　54-1584	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
太極拳 **富戸太極拳クラブ** (ID:008424070)		太極拳は身体をゆるめながら体力を高めることのできる運動です。年齢を重ねても続けていけば上達し、充実感を得ることができます。（簡化24式太極拳、32式太極剣、混元陳式太極拳、伝統楊式太極拳）		富戸コミセン 毎週（木）9：45～12：00
会員数	20人　(男:4　女:16)	会員要件	制約なし	
年齢層	40歳　～　90歳	連絡先	古川　訓弘　51-0492	

ダンス

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
社交ダンス **Ａ・Ｉ スポーツダンスクラブ** (ID:000002249)		月に１度プロの先生の指導を受け、ダンスの技術向上・フォーメーションダンスの習得に励んでいます。是非見学に来てください。		中央会館 毎週（日）19：30～21：30
会員数	10人　(男:3　女:7)	会員要件	制約なし	
年齢層	63歳　～　76歳	連絡先	岩沢　昇　090-4265-2002	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
社交ダンス **フェニックス会** (ID:000002362)		ダンスの習得と技術の向上を図り、健康管理をしながら和を以て楽しく踊り、一日を過ごしています。是非見学に来てください。		荻会館 毎週（木）13：00～16：00
会員数	19人　(男:5　女:14)	会員要件	制約なし	
年齢層	65歳　～　85歳	連絡先	牧野　和代　090-9170-1130	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
社交ダンス **舞夢** (ID:000002432)		社交ダンスを通して、会員相互の親睦と健康維持を目的として活動しています。 地域交流や他の社交ダンス愛好者とも交流しています。		中央会館 毎週（火）13：00～15：00
会員数	9人　(男:4　女:5)	会員要件	初級者・中級者	
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	柳田　優　36-0666	

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
社交ダンス **絆 社交ダンス愛好会** (ID:000002448)		健康の為、脳の活性化や楽しい仲間づくりに社交ダンスはいかがですか？ 随時2回無料体験ができます。 初心者・経験者大歓迎です。	宇佐美コミセン 毎週（金）13：00～16：00 毎月第1.2.3.4（金） 18：45～20：45
会員数	24人　(男:8　女:16)	会員要件	制約なし
年齢層	18歳　～　83歳	連絡先	稲葉　博子　090-4116-9159

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
社交ダンス **Ｔｅａｍ－Ｍ** (ID:000002449)		「コミュニケーションを最優先としたペアダンス」を目標とし、技術習得を目指す、唯一無二のボールルームダンスサークルです。	ひぐらし会館 毎週（水）14：00～16：30
会員数	6人　(男:3　女:3)	会員要件	制約なし
年齢層	62歳　～　79歳	連絡先	稲葉　雅子　090-3444-8947

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
社交ダンス **ロンデ** (ID:000033328)		パーティー形式で楽しく踊っています。スタンダードとラテンのミキシング。無料記名トライアルがあります。男女ほぼ同数で活動しています。	池会館 毎月第1.3.5（土）13：30～15：30
会員数	35人　(男:17　女:18)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　83歳	連絡先	古谷　茂貴　090-7337-1394

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
社交ダンス **マイスター６０** (ID:000033883)		明るく楽しく和を以って、素敵な音楽を聴いて軽快にステップを踏んで踊りましょう。初心者大歓迎。是非見学に来てください。	大原武道場 毎月第1.2.3（木）13：00～15：00
会員数	14人　(男:5　女:9)	会員要件	58歳以上
年齢層	70歳　～　90歳	連絡先	中坊　汎　090-7317-7571

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
社交ダンス **ジョイフル** (ID:000128363)		楽しく運動することができて、健康維持に良いです。初心者の方は、競技経験者のワンポイントアドバイスで上達することができます。	富戸コミセン 毎週（木）13：30～15：30
会員数	25人　(男:12　女:13)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　83歳	連絡先	古谷　茂貴　090-7337-1394

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ジャズダンス **キヨミ・ジャズダンス** (ID:000023033)		子どもから大人まで毎週楽しくレッスンをしています。ダンスに興味のある方、身体を動かしたい方、是非体験に来てください。	宇佐美コミセン 毎週（木）18：00～20：30 市民体育センター 毎週（金）14：30～ 吉田区民会館 毎週（土）13：00～
会員数	25人　(男:0　女:25)	会員要件	制約なし
年齢層	4歳　～　70歳	連絡先	岡崎　きよみ　090-8495-6936

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
スクエアダンス **伊東スクエアダンスクラブ「ラリンカ」** (ID:000001030)		スクエアダンスとは、アメリカのフォークダンスです。やさしい英語を聞いて、8人のチームで踊ります。認知症機能トレーニングに。創立63周年。	中央会館 毎週（火）13：30～15：30
会員数	11人　(男:2　女:9)	会員要件	制約なし
年齢層	59歳　～　80歳	連絡先	鈴木　幸延　47-2948

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
フォークダンス **マリアンヌ** (ID:002081542)		八幡野コミセンにてフォークダンスを楽しんでいます。	八幡野コミセン 毎週（水）10：00～12：00
会員数	11人　(男:1　女:10)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　90歳	連絡先	松上　和美　080-3837-6613

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
フォークダンス **伊豆高原フォークダンスクラブ** (ID:006866386)		世界の踊りを楽しく踊っています。 ジュニアクラス、大人のクラス、シングルクラスの３つのクラスがあり、好みに応じて選んで頂いています。	池会館 毎週（金）9：30～11：30 天麗301研修所 毎週（木）9：30～11：30
会員数	22人　(男:6　女:16)	会員要件	制約なし
年齢層	4歳　～　87歳	連絡先	松上　和美　080-3837-6613

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ハワイアンダンス **モアナ　フラ** (ID:000002396)		子供から大人まで楽しく踊っています。	赤沢会館、富戸コミセン ※大人と子供で活動日が異なります。 詳細は団体までお問い合わせ下さい。
会員数	25人　(男:0　女:25)	会員要件	制約なし
年齢層	7歳　～　65歳	連絡先	田畑　瞳　090-1557-6252

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ハワイアンダンス **マカマカ** (ID:000002417)		フラは心と身体のエクササイズ。ハワイの風を感じ、仲間と楽しく踊りましょう。初心者は基礎から手ほどき。経験者も大歓迎です。	赤沢会館 毎週（金）10：00～12：00 八幡野コミセン 毎月第2.3.4（火）10：00～12：00
会員数	17人　(男:0　女:17)	会員要件	制約なし
年齢層	40歳　～　75歳	連絡先	星　喜代美　090-6529-3890

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ハワイアンダンス **フラサークル　モキハナ** (ID:000002445)		楽しくフラをモットーに、初心者からベテランまで一緒にハワイアンに合わせて踊っています。体幹トレーニングの為にも参加大歓迎！	ひぐらし会館、大室自治会館 毎週（水・日）10：00～11：30 毎月第1.2.3（金）13：00～14：30
会員数	18人　(男:0　女:18)	会員要件	制約なし
年齢層	40歳　～　80歳	連絡先	海沼　朱実　090-6588-2447

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ハワイアンダンス **ラウレアフラ桜木町** (ID:000033175)		初心者大歓迎。子供、男性年齢問わず一緒に身体を動かしませんか？ 一緒にフラを楽しみましょう。ぜひ見学に来てください！		ひぐらし会館 毎週（水）19：00～20：30
会員数	8人　（－）	会員要件	制約なし	
年齢層	13歳　～　60歳	連絡先	土屋　由香　090-6766-1487	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ハワイアンダンス **伊豆プルメリア** (ID:000694798)		皆で楽しくハワイの風を感じながら踊っています。		八幡野コミセン 毎週（木）13：00～15：00
会員数	10人　（男:1　女:9）	会員要件	制約なし	
年齢層	45歳　～　80歳	連絡先	後藤　由貴子　53-3324	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ラウンドダンス **伊東ラウンドダンスクラブ** (ID:000002401)		ラウンドダンスは社交ダンスのステップで振り付けされた曲を、全員がサークルになって踊ります。 ※「やさしいラウンドダンス体験会」を６月に実施		中央会館 毎週（水）10：00～11：30 毎週（日）19：00～20：30 市民体育センター 毎週（水）19：00～20：30 毎週（金）10：00～12：30
会員数	19人　（男:6　女:13）	会員要件	制約なし	
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	澤谷　勝博　080-4541-1240	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
フラメンコ **フラメンコサークル Cariños（カリーニョス）** (ID:000002396)		２０１９年結成のフラメンコサークルです。毎週無理なく楽しくレッスンしています。見学、体験レッスン、いつでも大歓迎です。		池会館 毎週（火）19：00～21：00
会員数	14人　（男:1　女:13）	会員要件	制約なし	
年齢層	21歳　～　71歳	連絡先	磯貝　貴子　090-7688-9093／村上　麻衣子　080-9510-4616	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ヒップホップ **ｍａｊ（マージュ）** (ID:004324601)		下は幼稚園から上は大人まで毎週楽しくダンスをしています。体験、見学無料なので、気軽に来てください。		ひぐらし会館 毎週（木）午後
会員数	43人　（男:2　女:41）	会員要件	制約なし	
年齢層	4歳　～　19歳	連絡先	島村　希衣　080-5688-4893	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
レクダンス **伊東 レクリエーションダンス サークル** (ID:000002109)		なつかしいメロディーから新曲まで、色々な曲にのって楽しく踊っています。		中央会館 ※活動時間は団体に要確認
会員数	10人　（男:0　女:10）	会員要件	制約なし	
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	大川　友子　36-1854	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
クラシックバレエ **ショウ・スティーブン クラシックバレエ・アカデミー** (ID:000033979)		英国ロイヤルアカデミーオブダンスのシラバスに基づいたバレエレッスンです。 お子様から大人まで対応可能です。		活動場所・日時・会費等はクラスにより異なるため、お問い合わせ下さい。
会員数	15人　(男:0　女:15)	会員要件	制約なし	
年齢層	4歳　～　60歳	連絡先	ショウ・スティーブン　090-7864-7500	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
サルサダンス **伊東サルサ愛好会** (ID:008475804)		サルサ音楽を使って、ダンス練習を行います。		ひぐらし会館 ※活動不定期
会員数	6人　(ー)	会員要件	制約なし	
年齢層	35歳　～　80歳	連絡先	石渡　千穂　080-3404-8556	

健康

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
健康体操 **リフレッシュ体操クラブ** (ID:000002387)		身体を動かしたいと考えている方や苦手だと考えていた方、一度見学に来てください。ゲーム感覚で楽しんでいます。		ひぐらし会館 毎週（木）10：00～11：30
会員数	10人　(男:0　女:15)	会員要件	65歳以上	
年齢層	65歳　～　85歳	連絡先	尾藤　知子　37-6323	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
自彊術 **自彊術伊豆友の会** (ID:000032500)		東洋医学をルーツとする日本初の健康体操・自彊術（じきょうじゅつ）は、31の動作で万病克服を目指しています。 一緒に元気へ一歩踏み出しませんか！		池会館、荻会館、八幡野コミセン、富戸コミセン　ほか 毎週（月-金）10：00～11：30 13：00～15：00 ※詳細は団体にお問い合わせ下さい。
会員数	125人　(男:12　女:113)	会員要件	制約なし	
年齢層	50歳　～　90歳	連絡先	鈴木　妙　54-6511	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
筋トレ・ストレッチ・整体 **自力整体** (ID:000841774)		身体のコリをほぐし緩め、流れを良くしていきましょう。いつまでも身体も心もしなやかに！そんな想いで活動しています。		大原武道場 毎月第1.2.3週（木）10：00～11：30 ㈱東和レンタルルーム 毎月第2.3.4週（水）10：00～11：30
会員数	20人　(男:0　女:20)	会員要件	制約なし	
年齢層	ー	連絡先	木内　多巳枝　090-5613-3468	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
筋トレ・ストレッチ・整体 **ホシストレッチ** (ID:005074805)		身体の中心部分にあたる体幹・股関節・肩甲骨の三つのコアを中心に運動するトレーニング。ワンレッスン50分×2レッスンで構成しています。		大原武道場 健康福祉センター（予定） ※活動不定期
会員数	20人　(男:2　女:18)	会員要件	制約なし	
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	山本　博子　45-1875	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
筋トレ・ストレッチ・整体 **小室フィットネスクラブ** (ID:005347069)		食事・運動・睡眠の充実を目指し、人生を完走できるよう共に楽しみましょう。		小室コミセン 毎月第1.2（木）10：00～12：00
会員数	11人　(男:1　女:10)	会員要件	制約なし	
年齢層	70歳　～　80歳	連絡先	大野　義幸　45-1021	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
筋トレ・ストレッチ・整体 **宇佐美ウェルネス** (ID:005494351)		仲間とともにリフレッシュ！コミセンまで足を運び、皆で楽しく、自分の体調に合わせて身体を動かしましょう。 健康運動（ストレッチ・有酸素運動）		宇佐美コミセン 毎月第1.3（金）10：00～11：30
会員数	30人　(男:0　女:30)	会員要件	制約なし	
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	原　きくえ　090-9171-5222	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ヨガ（ヨーガ） **伊豆高原ヨーガ教室** (ID:000002338)		ヨーガとは、呼吸法と体操で新陳代謝を高め、リラクゼーション・ストレス解消はもとより、血行促進、脂肪燃焼、背骨矯正などに効果があります。お気軽にどうぞ。		中央会館、荻会館、八幡野コミセンなど 毎週（火・水・木・金） 10：00～11：30、14：00～15：30 ※詳細は代表までお問い合わせ下さい。
会員数	60人　(男:2　女:58)	会員要件	制約なし	
年齢層	40歳　～　85歳	連絡先	金子　薫　090-7047-5427	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ヨガ（ヨーガ） **ヨガサークル ウェルビーイングＩＴＯ** (ID:004828631)		初心者シニア大歓迎です。ヨガは運動不足の解消、フレイル予防にもなります。是非一緒にヨガを楽しみましょう		中央会館、ひぐらし会館、市内公園 活動不定期
会員数	4人　(男:2　女:2)	会員要件	制約なし	
年齢層	20歳　～　100歳	連絡先	西川　彩子　090-8156-3370	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
ヨガ（ヨーガ） **Ｌｅｉ　Ｙｏｇａ** (ID:006710002)		ヨガで身体と心を健やかに。深呼吸しながら身体を動かして、心も明るく前向きになります。笑顔の日々が続いていきますように。		宇佐美コミセン 毎週（火）10：15～11：15
会員数	20人　(男:1　女:19)	会員要件	制約なし	
年齢層	40歳　～　90歳	連絡先	山下　雅美　070-1301-5233	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
座禅 **伊東座禅会** (ID:000006291)		呼吸と姿勢を正し、静かに座ることで心を整えます。当会では、呼吸法等で「座禅の準備」をしてから座ります。 初心者大歓迎です。		中央会館 ※活動不定期。月2回（水・土）の午後開催
会員数	7人　(男:0　女:7)	会員要件	制約なし	
年齢層	50歳　～　80歳	連絡先	森野　裕子　080-5137-2433	

アウトドア

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
登山・ハイキング **伊東山歩会** (ID:000002252)		東海・関東・信越エリアを中心に登山やハイキング、ノルディックウォーキングを通じ、自然に親しみ、健康増進に取り組んでいます。		東海・関東エリアを中心とした山 月2回、山歩きやハイキング
会員数	13人　(男:4　女:9)	会員要件	制約なし	
年齢層	ー	連絡先	北島　明治　090-1756-8059	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
森林（竹林）整備 **ＮＰＯ法人 森のボランティア** (ID:000001066)		伊東市の桜と竹林を対象に、公共施設の桜木の整備、高室山竹林二万坪の整備と間伐、竹の有効活用、たけのこ村運営等を実施		荻会館、富戸竹広場 毎週（火・木・金）9：00～12：00
会員数	60人　(男:41　女:19)	会員要件	制約なし	
年齢層	40歳　～　80歳	連絡先	平井　良介　090-6350-2211	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
自然・環境観察 **伊東植物散歩の会** (ID:000002217)		伊東植物散歩の会は昭和42年に発足しました。今年で57年の歴史を有します。貸切バスでの樹木・草花巡りは会員に人気があります。		ひぐらし会館 県内外の名園・名所 ※活動不定期
会員数	51人　(男:20　女:31)	会員要件	制約なし	
年齢層	65歳　～　85歳	連絡先	内ケ島　義明　090-9432-6583	

団体情報		コメント・PR・活動詳細		主な活動場所・日時
自然・環境観察 **伊東ホタルを育てる会** (ID:000032399)		ホタルの自然飼育。 初心者および若い方の参加歓迎です。６月に行う奥野ダム自然教室には是非見学に来てください。		奥野ダムほか 活動不定期
会員数	11人　(男:3　女:8)	会員要件	制約なし	
年齢層	76歳　～　83歳	連絡先	福田　喜八郎　37-5997	

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
自然・環境観察 **小室山ビオトープの会** (ID:006802692)		私たちは自然植生に添って「あらゆる生き物の生息空間」を保全する活動を目標としています。日光を浴び、土いじりを楽しみましょう。	小室山公園 毎月第1（土）9：00～10：30
会員数	31人　(男:20　女:11)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	内ケ島　義明　090-9432-6583

福祉活動・社会活動

福祉活動・社会活動

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
消費生活 **伊東福祉クラブ** (ID:004969325)		初心者、男女大歓迎です。社会福祉への参加は健康と認知症予防に効果があります。（終活、エンディングノート作成、消費者トラブルなど）	ふじのゆめ 毎月第1.2.4（水）13：00～14：30
会員数	1人　(男:1　女:0)	会員要件	60歳以上
年齢層	ー	連絡先	鈴木　昭男　090-1884-2350

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ジェンダー（男女共同参画） **岡女性の会** (ID:000001023)		男女共同参画を推進し、持続可能なより良い「地域サポート」を行う。講演会、防災教室、地域ふれあい事業、趣味の会など。	中央会館、ひぐらし会館 毎月第1（土）10：00～11：00 毎月第2（火）13：30～15：30
会員数	60人　(男:0　女:60)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～　85歳	連絡先	原　美代　37-1642

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
子育て・教育 **子育て凸凹カフェ** (ID:008909897)		子供の発達に不安を持つ保護者同士が集まり、悩みや情報交換をする居場所です。ペアレントトレーニングなども実施しています。	ひぐらし会館、荻会館、八幡野コミセン　など ※月1回、日曜または水曜の午前中など ※定期的に講演会なども開催
会員数	14人　(男:0　女:14)	会員要件	営利や勧誘目的での参加はご遠慮下さい。
年齢層	16歳　～　65歳	連絡先	中村　里美　090-5393-6290

ボランティア

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
イベント運営・レクリエーション いとうレディス２１ (ID:000001040)		現在、４団体で男女共同参画に向けての学習会を行っています。多くの団体に参加していただきたいです。毎回、有意義な時間になっています。	市役所　ほか 毎月第2（水）10：00～12：00
会員数	5人　(男:0　女:5)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　80歳	連絡先	稲木　光子　36-5824

活動グループ

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ボーイスカウト ボーイスカウト伊東第５団 (ID:000001020)		年代別のプログラムで屋外、野外活動を通じての青少年育成をしています。指導者候補、スカウトも随時募集しています。	中央会館、宇佐美コミセン、青少年キャンプ場、天城山など 月３～４回の集会
会員数	73人　(男:53　女:20)	会員要件	6歳以上の男女
年齢層	7歳　～　80歳	連絡先	渡辺　吉郎　38-4482

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
ガールスカウト ガールスカウト静岡県 第９２団 (ID:000001032)		募金活動、ボランティア活動、キャンプ、調理、クラフト等年間プログラムにそって体験活動を行っています。	中央会館、はばたきなど 月2回 土曜日又は日曜日の10：00～12：00
会員数	10人　(男:0　女:10)	会員要件	年長以上（年長～高校生世代は女性）
年齢層	12歳　～　70歳	連絡先	江川　恵子　080-3288-2448

その他

趣味・実用

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
フラワーアレンジ フラワーアレンジ Ｆｏｕｒ　Ｓｅａｓｏｎｓ (ID:000002243)		楽しい雰囲気の中、自分のイメージで花を飾り・生けることによって、花との出会いにほっとする空間が生まれて心が和みます。	中央会館 毎月第3（木）13：00～15：00
会員数	6人　(男:0　女:6)	会員要件	制約なし
年齢層	63歳　～　83歳	連絡先	山本　博子　45-1875

娯楽・ゲーム

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
囲碁 **宇佐美碁友会** (ID:001618764)		囲碁を覚えてみたい方、老後の趣味にと考えている方、初心者の方、大歓迎！！	宇佐美コミセン 毎週（水、土、日）13：00～17：00
会員数	13人　(男:11　女:2)	会員要件	制約なし
年齢層	ー	連絡先	村上　道雄　090-2180-7831

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
囲碁 **碁親会** (ID:001930909)		囲碁は頭脳ゲームで、ボケ防止に最適です。囲碁を通じて人の輪を広げましょう。	富戸コミセン 毎週（木）13：00～17：00
会員数	15人　(男:12　女:3)	会員要件	制約なし
年齢層	62歳　～　86歳	連絡先	稿科　重実　090-5819-0752

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
囲碁 **碁楽会** (ID:002385216)		上級者、中級者、これから囲碁を始めたい方、歓迎です。 一緒に楽しく遊びましょう。	シニアプラザ玖須美 毎週（月）13：00～16：00 富戸コミセン 毎週（火）13：00～17：00 荻会館 毎週（土）9：00～10：00
会員数	8人　(男:7　女:1)	会員要件	制約なし
年齢層	73歳　～　91歳	連絡先	佐々木　栄　090-7023-4006

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
将棋 **宇佐美将棋愛好会** (ID:006386492)		週１回集まって将棋を楽しんでいます。 多くの方と将棋を楽しみたいと思っていますので、将棋をやったことのある方の参加を募集します。	宇佐美コミセン 毎週（火）13：00～16：00
会員数	7人　(男:7　女:0)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　70歳	連絡先	木部　秀和　090-2267-7779

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
コントラクトブリッジ **伊豆コントラクトブリッジクラブ** (ID:004786844)		コントラクトブリッジはトランプゲームです。その面白さからサンドイッチが生まれました。頭の体操にも社交にもなる楽しい集まりです。	池会館 毎週（火）9：00～12：00
会員数	16人　(男:3　女:13)	会員要件	制約なし
年齢層	55歳　～　89歳	連絡先	森　恵津子　090-9849-1602

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
健康麻雀 **脳トレ健康麻雀同好会** (ID:002008191)		健康麻雀は楽しくボケ防止にも良いものです。子どもから高齢者、男女問わず、初心者でもプレーできます。	代表者自宅 毎週（日、水、木）13:00～16:00 ※4人集まれば不定期でも開催
会員数	100人　(男:63　女:37)	会員要件	制約なし
年齢層	5歳　～　97歳	連絡先	加藤　昇　090-6312-2721

その他

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **伊東市文化協会** (ID:000001001)		市内文化団体相互の連携・親睦・市民文化の向上	※活動の詳細は団体に直接お問い合わせ下さい。
会員数	700人　(ー)	会員要件	制約なし
年齢層	ー	連絡先	事務局　38-5455

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **伊東おやこ劇場** (ID:000001003)		例会（生の演劇・人形劇・音楽・芸能等を年４回鑑賞）と、自主活動（自分たちで企画）を、大人も子供も一緒に楽しんでいます。	中央会館、ひぐらし会館、荻会館 宇佐美コミセン、八幡野コミセン、観光会館　など ※活動不定期
会員数	31人　(男:6　女:25)	会員要件	4歳以上
年齢層	4歳　～　80歳	連絡先	辻井　好美　080-3632-8430

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **ＮＰＯ法人　伊豆の風** (ID:000001068)		自然農法家庭菜園講座、自然食講座、花一輪いけ花サークル、健幸法講座、講演会開催を通して、健康づくり、まちづくりを推進しています。	荻会館　ほか 毎週（木）9：30～11：30 毎月第2（木）13：30～15：30 ※その他不定期に講座開催
会員数	26人　(男:11　女:15)	会員要件	制約なし
年齢層	30歳　～　82歳	連絡先	杉本　正徳　45-2056

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **本郷きずな** (ID:000001080)		音楽に合わせた楽しい体操、折り紙、懐メロなど、どなたでも自由にご参加下さい。	ひぐらし会館 毎月第2.3（土）13：00～15：00
会員数	30人　(男:2　女:28)	会員要件	制約なし
年齢層	65歳　～	連絡先	杉山　うめ子　36-4214

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **新日本婦人の会　伊東支部** (ID:000002322)		様々なサークル活動を行っています。複数の活動を楽しみながら多くの方との交流を行っています。是非体験に来てみてください。（ヨガ、太極拳、健康サークル、リフォーム、絵手紙など）	ひぐらし会館、荻会館、宇佐美コミセン、富戸コミセン ※詳細は団体にお問い合わせ下さい。
会員数	95人　(男:0　女:95)	会員要件	制約なし
年齢層	35歳　～　90歳	連絡先	大川　好子　37-8548

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **全日本年金者組合 伊東支部** (ID:000002423)		行事は新年会、バス旅行、芋煮会など。 サークルは映画観賞会、脳トレクラブ、ニットの会、菜園クラブなどです。	中央会館、ひぐらし会館 ※詳細は団体にお問い合わせ下さい。
会員数	160人　(男:70　女:90)	会員要件	制約なし
年齢層	60歳　～　90歳	連絡先	川合　伸　36-8523

団体情報		コメント・PR・活動詳細	主な活動場所・日時
その他 **猫の手孫の手** (ID:008467473)		市内の道路や公共施設等の美化推進をしています。	市内全域 毎月第2（日）9：00～12：00
会員数	10人　（ー）	会員要件	制約なし
年齢層	ー	連絡先	片山　智幸　090-5113-4754

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00001	イシイ ヨシコ 石井　淑子	中国語	090-3568-6843

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
中国在住20年の講師が「しゃれべる中国語」を目標に指導します。

●資格・経歴
北京大学漢語進修生修了、伊東市市民大学で講師経験あり

●講座指導にかかる経費
直接お問い合わせ下さい

●開催中の教室
◇金秋中国語教室
毎週（金）＋不定期　※費用については要問合せ

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00003	ウエハラ サエコ 上原　佐惠子	読み聞かせ、紙芝居	090-9896-0946

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・読み聞かせ（実技指導・絵本学・ブックトーク手法）
・朗読（発声・実技指導）
・語り（発声・実演・パーソナルストーリーの作り方）
・紙芝居（実演指導・理論・プログラムの組み方）

●資格・経歴
埼玉県東萌短期大学保育科非常勤講師（絵本学）、県読書アドバイザー　など

●所属（加盟）団体
NPO法人全日本語りネットワーク理事、紙芝居文化の会運営委員

●講座指導にかかる経費
直接お問い合わせ下さい

●開催中の教室
◇伊豆おはなし塾（自宅）
毎月第4（日）午前・午後（7，8月は除く）
年10回　12,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00004	ウエヤマ イクコ 上山　育子	コーラス・合唱	090-3156-4603

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
コーラス指導。コーロアンジェラを38年間、コーロ・アイリスを33年指導。

●資格・経歴
伊東市音楽連盟会長を9年間、伊東市文化協会副会長を14年間務める
市の芸術祭に毎年参加、また市の講座の講師経験もあり

●講座指導にかかる経費
直接お問い合わせ下さい（内容により5,000円～10,000円）

●開催中の教室
◇コーロ・アンジェラ（中央会館ほか）
火曜日　13：30-15：10
月4,000円

◇コーロ・アイリス（八幡野コミセン）
金曜日（月3回）13：15-15：15
月3,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00008	カネコ カオル 金子 薫	ヨガ(ヨーガ)	090-7047-5427

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
ヨーガは呼吸法と体操で、リラクゼーション、血流促進、背骨矯正などに効果があります。無料体験（初回のみ）で、まずは体験してみてください。

●講座指導にかかる経費
直接お問い合わせ下さい

●開催中の教室
◇伊豆高原ヨーガ教室
火曜日　10：00-（中央会館）
水曜日　10：00-（八幡野コミセン）
木曜日　19：00-（八幡野コミセン）
金曜日　14：00-（荻会館）　※チケット制4回3,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00010	カワグチ ミズオ 川口 美都緒	華道、フラワーアレンジ	080-2587-3192

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
日本伝統生け花と、現代のフラワーアレンジメント等を融合した新感覚の生け花指導です。（指導歴約8年）

●資格・経歴
千家古流華道正教授
フラワーアレンジメントデザイナー
飾花インストラクター
いけばなアート教室講師

●講座指導にかかる経費
10人の講座で1回10,000円
材料費1回1,300円
詳細は直接お問い合わせ下さい

●開催中の教室
◇いけばなアート教室（中央会館）
毎月第3水曜日　13：00-15：50
花代込2,700円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00011	カワシマ チヨコ 川島 千代子	読み聞かせ	090-6646-1787

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
読み聞かせ

●資格・経歴
東京にて27年間声優として活動。
※青二プロダクションを平成12年に引退

●講座指導にかかる経費
講師料：5,000円～10,000円
交通費：ガソリン代
材料費：適宜

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00012	サイトウ　マチコ 齊藤　真知子	ピアノ	080-5167-3592

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
主に大人の方のためのピアノ教室です。ピアノの音を美しく奏でるための基礎からわかり易く指導します。

●所属（加盟）団体
静岡県演奏家協会

●講座指導にかかる経費
詳細は直接お問い合わせ下さい（個人レッスンのみ）

●開催中の教室
◇ベラムジカ（自宅）
毎月第1、3（火・水）月2回　5,000円～10,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00013	サカモト　シヅコ 坂本　志津子	絵画全般、タップダンス	54-2514

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・絵画（油彩、水彩）
・タップダンス（幼児～高齢者）障がいを持つ方も可

●講座指導にかかる経費
講師料：要相談（交通費・材料費は実費）

●資格・経歴
京都市立美術大学西洋画科卒（現芸大）、元中学・高校美術教諭

●開催中の教室
◇たんぽぽ絵画サークル（自宅）
第2、3、4（木）13：00～16：00　月会費9,000円（題材費含む）

◇小桜タップダンス・サークル伊豆高原
（木・日）9：30～11：00　月会費7,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00016	スギモト　エミコ 杉本　恵美子	フラワーアレンジ	51-8172

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
フラワーアレンジメント（生け花、プリザーブド）
8年間教室を開講しています。

●講座指導にかかる経費
講師料：1時間1,000円（交通費・材料費は実費）

●開催中の教室
◇フラワーアレンジメント恵（自宅）
毎週水曜日　14：00-
お花代＋450円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00017	ズシ　カツタカ 図師　勝貴	オカリナ	080-3072-3108

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
オカリナ演奏指導

●経歴
オカリナ指導歴10年。オカリナは楽器の中でもっとも優しい部類に入り、癒される音色で、常に「やってみたい楽器」の上位に入ります。生徒さんの技量に合わせ、ソロからアンサンブルまでやりたい曲を練習したり、慰問演奏や発表会の場で日頃の練習成果を披露しています。

●講座指導にかかる経費
講師料：3,000円/1人
楽器代：～10,000円
その他：テキスト代、会場代、その他必要経費

●開催中の教室
◇熱海オカリナクラブ（熱海起雲閣）
開催日は要問合せ　費用3,000円＋経費

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00019	スズキ　タカエ 鈴木　隆江（紅月）	水墨画	090-7258-2622

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
水墨画（南画）初心者の方大歓迎です。

●経歴
東京で30人の生徒に指導経験あり。毎年伊東市芸術祭に出品。

●開催中の教室
◇水墨画教室（宇佐美コミセン）
毎月第3土曜日　13：00-16：00
月謝3,000円（材料費別）

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00021	タカハシ　マサル 髙橋　勝（まさる）	俳句	090-6642-8631

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
俳句

●経歴
現在伊東を中心に3つの俳句教室を持っています。
月1回俳誌「朝焼け」を発行して18年目になります。
過去に市の講座以外でも初心者俳句教室を開催しました。

●講座指導にかかる経費
原則無料

●開催中の教室
◇笹鳴句会（湯川シニアプラザ）
毎月第2（金）　費用1,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00022	トミヤマ ヨウコ 富山 揚子(宗揚)	茶道	54-9487

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
茶道（表千家）、懐石料理・茶室のマナー

茶歴60年余の経験を活かし、初心者から上級者まで茶の湯の楽しみを指導。歳事記に合わせた茶事も本格的に学べます。懐石料理のいただき方や、茶室でのマナーも指導しています。

●資格・経歴
表千家茶道教授

●講座指導にかかる経費
実費のみ

●開催中の教室
◇茶道教室　無想庵（自宅など）
（火・木）13：00～16：00　1回3,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00024	ナカムラ ワタル 仲村 渉	鍛金･彫刻	45-6910

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
鍛金・彫刻

●所属（加盟）団体
公益社団法人　日展

●講座指導にかかる経費
講師料：5,000円から（交通費・材料費実費）

●開催中の教室
◇Tan鍛club（自宅）
月2回開催　月謝5,000円（材料費別途）入会金10,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00025	ナカムラ ユキ 仲村 由紀	太極拳	45-6910

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
簡化太極拳、32式太極剣、陳式太極拳、楊式太極拳の指導

●資格
（社）日本武術太極拳クラブ　Ａ級指導員

●所属（加盟）団体
無拳無意求太極会

●講座指導にかかる経費
講師料：5,000円から（交通費実費）

●開催中の教室
◇荻リラックス太極拳クラブ（荻会館）
毎週（水・木）9：45～12：00
月4回 3,700円

◇富戸太極拳クラブ（富戸コミセン）
毎週（金）19：00～21：00
月4回 3,700円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00026	カンドウ　ワカナ 貫洞　若菜	終活	35-9930

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
終活の進め方指導

●資格・経歴
終活カウンセラー１級
伊東市民大学講座で講師経験あり

●講座指導にかかる経費
回数・人数等により変動あるため、要相談

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00029	シマダ　トミホ 島田　登美保	箏曲	37-0453

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容・資格・経歴
5歳で山田流箏曲の指導を受け、27歳で山田流山登派の師範となり、登喜和会の主宰として箏曲の指導を始めました。
現在、家元の演奏会をはじめ、芸術祭などの市内の諸行事に参加。小学校のクラブ活動、障がい者支援施設等の指導、放課後子供教室に参加協力しています。
教室では幼児から大人までそれぞれに合わせて個人指導しています。

●所属（加盟）団体
伊東市三曲連盟

●講座指導にかかる経費
要相談

●開催中の教室
◇登喜和会箏曲教室（自宅）
レッスン日は個別に相談
月謝3,000円～10,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00030	ヒラノ　ミエ 平野　美恵	己書	090-8333-7322

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
主に筆ペンを使用した己書。筆を自由に走らせ、彩りを愉しみます。

●資格・経歴
・2018年12月師範資格取得済
・市の生涯学習講座や居場所づくり事業で講師経験あり

●所属（加盟）団体
一般社団法人日本己書道場

●講座指導にかかる経費
・講師料、交通費、材料費は要相談
・個人@2,200円（90分～120分）

●開催中の教室
◇己書ひらのsmile道場（市内各所、中伊豆ほか）
一幸座（講座）@2,200円（90分～120分）

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00031	フクダ　キハチロウ 福田　喜八郎	自然・環境観察	37-5997

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
昆虫全般（トンボ、セミ、チョウなど）の生活史、昆虫の世界の講演、
カイコの飼育

●資格・経歴
・日本昆虫学会委会員
・毎年4月～5月にかけて市内の幼稚園・保育園で飼養

●講座指導にかかる経費
無料

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00032	フジタ　イチロウ 藤田　一郎	作曲、編曲、オカリナなど	090-6791-9915

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
作曲、編曲、オカリナ、ギター、ＤＴＭ技術など音楽全般

●経歴
作・編曲家として歌謡曲、ドラマ、映画、ＣＭなどの作品多数
オカリナ用編曲楽譜を多数執筆

●所属（加盟）団体
日本音楽著作権協会、日本作曲家協会

●講座指導にかかる経費
講師料：5,000円（交通費・材料費は実費）

●開催している教室
◇オカリナ教室「オカリナのおけいこ」
水・木・金曜日　隔週で月２回開催　月謝6,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00033	マエダ　ジュンコ 前田　潤子	石けんづくり、美容	080-9416-1524

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
環境や手肌に優しい自然素材無添加の石けん、化粧水、クリーム、美容ジェルの作り方や、ハンドセラピー、フットセラピー、スカルプケア等、セラピーのメソッドを指導します。

●資格・経歴
・生活の木ハンドメイドギルド　ハンドメイドソープ講師資格
・AEAJアロマアドバイザー資格
・日本化粧品協会検定2級

●所属（加盟）団体
日本マルベリークラブ

●講座指導にかかる経費
講師料：500円/1回（その他材料費1,500円～3,500円）

●開催中の教室
◇イルミオサポーネ石けん愛好会（シルバー交流サロンふじのゆめ）
毎月第2火曜日　10：30-12：30　内容により2,000円～3,500円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00034	マツモト クラ 松本　くら	ヨガ(ヨーガ)	090-8543-2579

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容・資格・経歴
20代からヨガを学び、インドリシケシのシヴァナンダアシュラムにて研修。帰国後、ボディワーク、アロマテラピー、断食、瞑想、機能解剖学等、多方面から「身体と心へのアプローチ」を学び、30代からヨガを指導。
富戸コミュニティセンター、東海館、サザンクロスで「やさしいヨガ教室」を25年続けています。著書に「プレヨガであなたのヨガを始めよう（ＢＡＢ）」「休息のレシピ（ＢＡＢ）」、監修書に「ヨガ・ボディ（ガイアブックス）」などがあります。

●所属（加盟）団体
エサレン研究所、クラニオセイクラルバランシング協会

●講座指導にかかる経費
講師料：5,000円～20,000円（交通費実費）

●開催中の教室
◇やさしいヨガ教室（富戸コミセン）
水曜日　19：00～20：00　木曜日　10：00～11：00　月謝4,000円
◇やさしいヨガ教室（東海館）
水曜日　10：00～11：00　月謝4,000円
◇リゾートYoga in サザンクロス（サザンクロスリゾート）
木曜日　14：00～15：00　月謝5,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00035	ミズグチ アヤコ 水口　綾子	スマホ	090-2284-3339

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容・資格・経歴
携帯電話販売員歴10年以上。元販売員によるスマートフォン教室。スマホ基礎レッスン～仕事効率化の上級者レッスンまで対応。その他トラブル解消。

●講座指導にかかる経費
講師料：1時間5,000円～10,000円程度

●開催中の教室
◇スマホ教室ＭＡＮＡ（お客様宅または講師自宅）
30分　2,000円～

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00036	モリタ マサユキ 森田　雅行	録音･放送、パソコン	090-3095-3505

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
録音、放送関連全般、パソコン基礎、プログラミングなど

●資格・経歴
元日本大学（芸）放送学科技師、元放送作家協会員、元JAICA講師
放送関連専門雑誌連載執筆、大学での特別講義など
※参考資料はネット検索でお願いします
（森田雅行　音響）（森田雅行　ＦＤＩ）（森田雅行　舞踏音楽）など

●講座指導にかかる経費
講師料無料（材料費実費）

●開催中の教室
◇声優育成セミナー、読み聞かせ教室、ＰＣ関連　※詳細は要問合せ

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00037	モリノ ミツハル 森野　光晴	太極拳、ヨガ(ヨーガ)	090-1823-6550

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
太極拳、ヨガ（ヨーガ）

●講座指導にかかる経費
講師料：1回1,000円
交通費：実費

●開催中の教室
◇伊東太極拳同好会（市民体育センター）
毎週（火）13：30～　　1回1,000円
◇宇佐美太極拳同好会（宇佐美コミュニティセンター）
毎週（木）10：00～　　1回1,000円
◇荻ブッダ・ヨーガ（荻会館）
毎週（水）10：00～　　1回1,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00039	ヤマガタ ヒロトモ 山縣　博朋	演劇	090-9957-9208

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
演って楽しく、観て楽しい演劇（台本作り・演出・演技）を指導します。
毎回基本的な練習（ゲーム・歌など）をした後、チームごとに寸劇を作り、発表し合います。その寸劇を基に1～3本の芝居を作り、観客を招いての卒業公演をしたいと考えています。

●資格・経歴
2017年に熱海市生涯学習演劇の講師経験あり

●講座指導にかかる経費
講師料：無料

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00040	ヤマグチ ヤスヒロ 山口　康裕	自然･環境観察	090-5639-3884

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・講演（環境全般、森林生態系、天城山の自然）
・研修講師（植物観察、ジオ学習、体験学習、登山指導）

●資格・経歴
・環境省登録カウンセラー
・静岡県環境学習コーディネーター

行政やその他法人主催の環境シンポジウムのコメンテーターやファシリテーターを務めている。

●所属（加盟）団体
NPO法人静岡県環境カウンセラー協会、NPO法人伊東里山クラブ
天城山のブナと語る会、ジオテラス伊東、伊豆半島ジオガイドクラブ、
ライトハウスうさみ、日本山岳会、ボーイスカウト伊東第５団

●講座指導にかかる経費
子どもに関する団体10,000円、一般団体30,000円（交通費・教材費は実費）

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00041	ヤマナカ　アキコ 山中　明子	己書	090-5035-5645

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容・資格・経歴
伊豆で唯一の己書上席師範です。各企業（伊豆急やかんぽ）での幸座や作品展・体験会を開催しています。己書は名古屋などでは学校教育に組み込まれており、伊東市内の小学校で７月に己書幸座を開催しています。
登校拒否の子どもや学校に携わる己書を展開することを目標としています。考えながら手や筆を使うことで脳細胞が活性化されます。（書き順自由・逆書き有）

●講座指導にかかる経費
講師料：1人90分2,200円または1回10,000円（～20人まで）
交通費：実費
材料費：1人1回200円

●所属（加盟）団体
一般社団法人日本己書道場

●開催中の教室
◇己書　楽楽（らら）道場
シルバー交流サロンふじのゆめ、宇佐美コミセン、自宅など様々な場所で教室を開催しています。詳細は直接お問い合わせ下さい。

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00045	リョウトウ　ユウゾウ 良藤　有三	話し方、音楽活用	070-1570-8728

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・日本人らしさの話し方講座
・ラジオパーソナリティーと楽しむ歌謡演歌
・心の健康と音楽活用法

●資格・経歴
東海ラジオ、東京FMでアナウンサーDJとして活動。数多くの音楽番組を担当した経験から、音楽を活用した講座を大学などで担当してきました。認知症予防に効果ある音楽を広く普及させています。伊東FMで「良藤有三の心の湯たんぽ60分」担当中。

●講座指導にかかる経費
講師料：1回60分5,000円（交通費実費）

●開催中の教室
◇良藤有三のあの日あの時
◇心の健康と音楽活用法　　※詳細は要問合せ

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00046	ワタナベ　コウスケ 渡辺　高助	自然･環境観察	54-4088

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・野鳥観察
・石絵（石に絵を描いて遊ぶ）

●講座指導にかかる経費
※要相談

●所属（加盟）団体
伊豆野鳥愛好会、伊東ビジターセンター「ジオテラス」

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00047	ワタナベ　スナオ 渡邊　忠	書道、色鉛筆画など	090-6154-1706

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・書道[毛筆（漢字、写経、書道史]
・色鉛筆植物画（色鉛筆で本格的な植物画を描く）
・万葉仮名萬葉集（萬葉集の原点である万葉仮名で萬葉集を楽しむ）

●経歴
市の芸術祭に書道と絵画（植物画）で毎年参加

●所属（加盟）団体
日本書道協会

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00048	ワタナベ　カコウ 渡邊　華香	書道、俳句、短歌など	050-3634-9710

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
毛筆（かな）、書道史、実用書、和歌、俳句、短歌、手紙文
※初心者から上級者まで指導可。

●資格・経歴
書道師範、書道インストラクター1級・2級、小学校教員免許
伊東市芸術祭や東京の美術展に出品
全日本書道連盟賞受賞、その他特選多数

●講座指導にかかる経費
講師料：月1回2,000円、月2回4,000円

●所属（加盟）団体
正筆会（黒田賢一日展審査員書道研究会所属）

●開催中の教室
◇華香かな書会（シルバー交流サロンふじのゆめ又は自宅）
月1回（水）13：00-15：00　2,000円
月2回（月）4,000円
※詳細は直接お問い合わせ下さい。

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00049	イワサキ　ヨウガイ 岩崎　幼凱	バティック	37-3063

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
バティックペインティング

●講座指導にかかる経費
4,000円/6ヶ月（交通費・材料費なし）
短期講座は別料金

●開催中の教室
◇ラフレシア（中央会館ほか）
隔週水曜日　13：00-15：00

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00050	イナギ ミツコ 稲木 光子	パッチワーク	36-5824

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
パッチワークキルト、ハワイアンキルト（キルト歴30年）バック、ポーチ、
タペストリー制作、洋裁

●資格
2級婦人子供服製造技能士

●講座指導にかかる経費
内容によって変動。（1,000円前後）

●開催中の教室
◇ﾊﾟｯﾁﾜｰｸさくら会（中央会館）
第4（火） 10：00～15：00
◇ｷﾙﾄﾊﾟｯﾁﾜｰｸ教室（富戸ｺﾐｾﾝ）
第1、3（木）10：00～12：00
◇ﾊﾟｯﾁﾜｰｸ・ﾊﾜｲｱﾝｷﾙﾄ教室（ﾄｰｶｲ）
第2、4（月）AM 第1、3（火）AM
◇藤の会（荻会館）
第2、4（金）10：00～12：00
◇ﾊﾟｯﾁﾜｰｸやんも（八幡野ｺﾐｾﾝ）
第1、3（金）10：00～12：00
※各教室とも1回1,500円～1,650円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00051	カタヤマ キヨカ 片山 きよか	己書、アロマセラピー	090-6333-9150

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
己書、アロマセラピー（自律神経バランスアップ）

●講座指導にかかる経費
無料（材料費等については要問合せ）

●開催中の教室
◇己書笑弁天道場 ※詳細は直接お問い合わせ下さい。

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00052	スズキ アキオ 鈴木 昭男	終活、消費生活	090-1884-2350

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容
・終活のやり方、エンディングノートの作成の仕方
・消費者トラブルの防止（訪問販売、返信販売、訪問購入など）
・特殊詐欺の防止（オレオレ詐欺、還付金詐欺など）

●資格
終活・エンディングノート作成認定講師、終活ガイド1級
消費生活相談員、静岡県消費者教育講師

●所属（加盟）団体
一般社団法人終活協議会

●講座指導にかかる経費
終活関係 （講師料2,000円～5,000円、交通費実費）
消費生活関係（講師料5,000円～10,000円、交通費実費）

●開催中の教室
◇伊東福祉クラブ（ふじのゆめ）
毎月第1，2，4水曜日 13：00-15：00 2,000円～5,000円

学習指導者ID	氏名（雅号）	指導ジャンル	連絡先
00053	クロサワ　カエコ 黒澤　香恵子	ヨガ(ヨーガ)、笑い文字など	090-5602-8493

指導内容・開催中の教室・実績など

●指導内容・経歴
・笑いヨガ、笑い文字
・認知症予防ゲーム講座
・「ありがとうを贈ろう」「ありがとうが書ける」講座
・息育指導（老若男女、子どもも可）あいうべ体操
・誤嚥嚥下防止　ハッキッキ体操

35年間市内小学校教員、3年間市内小学校音楽非常勤講師として勤め、退職後、母の介護中に「笑いヨガ」に出合いました。
第二の人生を笑って健康的に過ごそうと、笑いヨガリーダー、ティーチャー資格を取得。伊東市の居場所「ジャスミンの笑いヨガぷらす」を立ち上げ、富戸コミセンで毎週火曜日の午前中に行っています。毎週金曜日は2か所のデイサービス、月1回グループの施設2か所でも行っています。

●講座指導にかかる経費
・笑い文字については講師料・交通費・材料費込で3,300円
・ヨガ、体操についは個別に相談

●資格
・みんなの認知症予防ネット認定 エジョイニングゲームリーダー
・あいうべ協会認定　息育指導士
・瞬笑コミュニケーション協会認定　ハッキッキ体操マスター
・リトミック研究センター公認　初級講師
・栄養睡眠カウンセラー協会認定　栄養睡眠認知症予防アドバイザー
・笑い文字普及協会認定　初級講師
・ラフターヨガジャパン認定　笑いヨガティーチャー
・栄養睡眠認知症予防アドバイザー

●開催中の教室
◇居場所「ジャスミンの笑いヨガぷらす」（富戸コミセン）
毎週火曜日　9：30-11：30
65歳以上200円　64歳以下及び市外在住500円

団体	連絡先	活動内容	対象				
			幼児	小学生	中学生	高校生	一般
伊豆野鳥愛好会	酒井　洋平/渡辺　高助 TEL：54-4088 FAX：54-4088	（体験） ・野鳥の観察 野鳥を見る。鳴き声を聞く。野鳥の生態を学ぶ。公開の探鳥会を毎月開催している。 （基本的には第2土曜日に開催）		○	○	○	○
めんだっこスクール	浜野　秀保 TEL：51-1800	（体験） ・里山の生き物観察 ●伊東市内の里山の生き物探し ●伊豆地域の自然探索 ●稲作体験、田んぼの生き物探し 毎月２回（土曜日）開催	○	○	○	○	○
まちこん伊東	代表　　高橋　亘 事務局　稲葉　薫子 TEL：090-8857-4948 FAX：55-9299	（体験） ・竹や間伐材を利用したクラフト ・竹林整備と間伐作業 【小学生】 ⇒竹や間伐材を利用したクラフト ※小1.2年生は保護者同伴 【中学生～一般】 ⇒竹林整備・間伐 チェーンソー安全講習		○	○	○	○
ＮＰＯ法人 森のボランティア	平井　良介 TEL：090-6350-2211	（ボランティア） ・竹林整備 ●竹林整備と竹炭作り ●竹細工作りへの参加					○
伊東市健康づくり 食生活推進協議会	事務局 伊東市健康推進課 TEL：32-1630 FAX：35-5700	（体験） ・料理 伊東市の健康推進課が実施している「健康づくり食生活推進員養成講座」を修了後、入会を希望した方が会員となっています。 生活習慣病予防教室や、親子、男性料理教室など、食の大切さや楽しさを家族、友人、地域の方に伝えています。	○	○			○

団体	連絡先	活動内容	対象				
			幼児	小学生	中学生	高校生	一般
筆談・要約筆記サークル みかん	代表　　福本　信明 事務局　芽野　廣子 TEL：37-8653 FAX：37-8653	（ボランティア） ・要約筆記 聴覚障がい者と筆談によるコミュニケーションを通して親睦を図り、聴覚障がい者の社会参加を促します。		○	○	○	
手話サークルゆりかもめ	兵藤　裕美 TEL：32-1532	（体験） ・手話の学習 毎週月曜日午前１０時～正午、毎週水曜日午後７時～午後９時まで、はばたきにて活動しています。				○	○
社会福祉法人 クープ	理事長　小林　律雄 事務局　瀧　朱美 TEL：35-5030 FAX：35-9383	（ボランティア） ・障害者生活支援 社会福祉法人クープが運営する各事業所（プラウ・喫茶かめりあ・九―ピーズ・side by side、オレンジ）において、中学生・高校生の福祉体験学習、ボランティアを受け入れております。 また、小学生の見学学習も受け入れております。			○	○	○
特別養護老人ホーム 城ヶ崎いこいの園	竹安　広峰 TEL：51-0888 FAX：51-5888 ※担当　青木 洋弥	（ボランティア） ・高齢者施設 ●車椅子体験 ●皆さんの「得意」でボランティア活動 ●介護のお仕事を知ろう ※現在、感染症予防のためボランティア及び体験活動は受け入れを中止しています・受け入れ状況が変わる事がございますので、お問い合わせください。			○	○	
特別養護老人ホーム 奥野苑	代表 山口　弘文 TEL：38-2225 FAX：38-2205	（ボランティア） ・高齢者施設 ●入居者との話し相手 ●苑内清掃 ●レクリエーションへ参加 （歌や踊りを披露）		高学年	○	○	

団体	連絡先	活動内容	対象				
			幼児	小学生	中学生	高校生	一般
伊東市社会福祉協議会	代表 鈴木　洋子 TEL：36-5512 FAX：36-1199	（体験） ・中高生福祉体験 福祉の職場（障がい者や高齢者、児童福祉施設等）での体験			○	○	
伊東市立玖須美保育園	園長　齋藤　かおる TEL：36-6380	（体験） ・保育 ●園児とのふれあい ●清掃作業など ※昼食は持参してください。			○	○	
伊東市立富士見保育園	園長　上村　眞理子 TEL：37-2179	（体験） ・保育 ●園児とのふれあい ●清掃作業など ※昼食は持参してください。			○	○	
伊東市立広野保育園	園長　小林　容子 TEL：37-0575	（体験） ・保育 ●園児とのふれあい ●清掃作業など ※昼食は持参してください。			○	○	
伊東市立宇佐美保育園	園長　鈴木　さと子 TEL：47-3004	（体験） ・保育 ●園児とのふれあい ●清掃作業など ※昼食は持参してください。			○	○	

団体	連絡先	活動内容	対象				
			幼児	小学生	中学生	高校生	一般
児童発達支援事業所 伊東市立さくら園	園長　福西　正美 TEL：36-2875 FAX：36-2875	（体験） ・保育 ●園児とのふれあい ●清掃作業など ※昼食は持参してください。			○	○	
伊東国際交流協会	代表者　宮崎　朝夫 事務局　百瀬　摩利 TEL：32-4666 FAX：37-1813	（体験・ボランティア） ・国際交流 協会主催のイベント（リエティフェア、国際交流フェスタ）等にスタッフとして参加いただけます。友好都市の皆様と交流し、国際親善に携わることができます。			○	○	○
伊東市囲碁連盟	代表　佐々木　栄 TEL：45-0553 FAX：45-0553	（体験） ・囲碁 ●新春囲碁大会（1月） ●レディース大会（4月～5月） ●按針祭囲碁大会（8月）		○	○	○	○
伊豆歴史文化研究会	篠原　憲 金子　浩之 事務局 TEL：45-6420	（体験） ・歴史文化 毎月第３金曜１９時から２１時の定例学習会に随時参加可能です。会場は生涯学習センターです。他に年１，２回の史跡探訪にも随時参加を受け入れています。 ※会員には他にも特典あり		○	○	○	○
エフエム伊東株式会社	代表取締役　小柳　廣己 事務局　　岩﨑　恵美子 TEL：36-7603	（ボランティア） ・放送製作支援 ●パーソナリティ体験 ※要事前連絡		○	○	○	

団体	連絡先	活動内容	対象				
			幼児	小学生	中学生	高校生	一般
ガールスカウト静岡県 第９２団	代表　江川　恵子 TEL：35-1060	（体験） ・ガールスカウト ●募金活動 ●ボランティア活動 ●キャンプ、ハイキング 　自然観察など年間プログラムにそって体験活動を行っています。 　自由に見学・参加できるので、代表者又は団員を通し申し込んでください。（団員と一緒に参加）	年長	○	○	○	○

伊東市ボランティアセンター登録ボランティア一覧

	団体名	活動内容
1	つくしの会	施設行事・市内福祉行事等・障がい者スポーツ大会
2	若竹母親クラブ	マスコット作り・朝おはよう運動
3	筆談・要約筆記サークルみかん	要約筆記・各施設への行事参加
4	ガイドヘルプボランティアあまぎ	視覚障がい者のガイドヘルプ
5	在宅福祉ボランティア「ほほえみ」	施設・行政行事の支援
6	カサブランカ	施設ボランティア・レクリエーション
7	Jazz Izu　実行委員会	演奏活動
8	DRV災害救援ボランティア伊東	災害ボランティア・防災教室の開催と講座
9	伊豆高原きらめき	傾聴・読み聞かせ・認知症カフェ・セラピューテックケア
10	花と緑のボランティアグループ花飾人	草花の育成・植栽・管理・復興公社行事予定の手伝い
11	NPO法人　森のボランティア	竹林整備・樹木整備
12	傾聴ボランティア　ハートピアいとう	傾聴ボランティア
13	伊東市健康づくり食生活推進協議会	食育活動（料理教室・調理実習等）
14	伊東市民病院ボランティアの会	院内案内や介助・アロマケア・おしぼりの作成
15	伊東図書館おはなし会	読み聞かせ
16	水木の会	植物の名札掛け・鹿の食害対策
17	認定NPO法人　アンダーウォータースキルアップアカデミー	災害時の救助支援や復興支援
18	ジオテラス	伊豆半島ジオパーク内の案内・各種ジオに関するイベントの開催
19	特別養護老人ホーム　十字の園ガーデニングクラブ	伊豆高原十字の園のガーデニング活動
20	NPO法人　伊豆の風	食・農・生け花体験を軸に健康な人・街づくり
21	音訳サークル「ひなぎく」	視覚障がい者の方へ音訳（市の広報・議会だより・その他）
22	NPO法人　伊豆高原ゆるかの里	子ども支援や遊びと交流の場の提供・伝統食で地域交流
23	伊豆高原十字の園　子ども食堂　風の子	子ども食堂を通じて食育と子どもの居場所づくり
24	伊豆半島地域活性化支援NPO　笑顔のきずな	まちづくり推進事業・観光の振興事業・経済活動の活性化事業
25	ふるさとカフェ	居場所づくり・コーヒーや紅茶のふるまい・川柳・音楽体験等
26	かどの台移動支援の会	移動支援（かどの台）
27	NPO法人地域生活・就労サポートセンターすぅ	障がいを持つ方への就労支援の場を通じての福祉学習の受け入れ
28	子どもたちを放射能から守る伊豆の会	福島の現状を知らせる・原発についての展示会や学習会
29	伊東市家庭教育支援チーム「サポ茶」	保護者への学習機会の提供等の家庭教育支援
30	伊東地区更生保護女性会	県連の活動・布ﾃｨｯｼｭ作り・あいさつ運動
31	まねき猫　魂	子ども食堂・子どもの居場所つくり
32	ことのはの会	成人を対象としたｽﾄｰﾘｰﾃﾘﾝｸﾞ・朗読の公演会
33	読み聞かせボランティア	絵本や紙芝居等の読み聞かせ
34	読み聞かせ勉強会	読み聞かせ
35	荻　なのはな子ども食堂	寺子屋無料塾・子ども食堂

※1～8は伊東市ボランティア協会加盟団体です。

※メンバーの募集を休止していることがあります。

※詳細につきましては伊東市社会福祉協議会（36-5512）までお問い合わせください。

※この他、個人の登録者・掲載を希望していない団体がいます。

利用できる市の施設

※あらかじめ使用手続きが必要な施設もあります。

施　　設	種　　別	申し込み･問い合わせ
伊東市生涯学習センター中央会館 （音無町5-14）	会議室(4)・視聴覚室・展示兼トレーニング室 美術工芸室・和室(2)	中央会館 36－5411 （FAX） 36－4166
伊東市生涯学習センターひぐらし会館 （桜木町1-1-17）	ホール･楽屋(和室・洋室)･会議室(2)･遊戯室 トレーニング室	ひぐらし 38－1511 ※公民館のため使用 に制限があります
伊東市生涯学習センター池会館 （池475-2）	ホール・会議室(2)・応接室・和室(2)・調理室	54－2330
伊東市生涯学習センター赤沢会館 （赤沢60-1）	会議室・和室(2)・調理室	53－0526
伊東市生涯学習センター荻会館 （荻226-1）	会議室・和室(2)・調理室・児童室兼会議室 トレーニング室(器具使用)・図書コーナー	36－8410
伊東市民体育センター （玖須美元和田716-115）	体育室・卓球室・多目的室	伊東市民体育センター 36－1178
伊東市民運動場 （玖須美元和田716-85）	多目的運動場（ロングパイル人工芝） （少年野球・ソフトボール・サッカー・グラウンドゴルフ等） ナイター設備有	
伊東市青少年キャンプ場 （伊東市池676-1）	テント最大24張まで可、炊事場、トイレ等	
伊東市営かどの球場 （鎌田1281-1）	軟式野球・サッカー・ゲートボール ロングパイル人工芝・ナイター設備・多目的広場有	36－8900
伊東市大原武道場 （大原2-2-6）	道場(畳・板)・ミーティングルーム トレーニング室(器具使用)	35－2100
伊東市観光会館 （和田1-16-1）	ホール・会議室(4)・別館会議室(ステージ付き)	(公財)伊東市振興公社 37－7135
小室山公園運動施設 （川奈1260）	総合グラウンド・野球場・テニスコート・ ゲートボールコート	45－1594
伊東ふれあいセンター （松川町5-10）	ギャラリー・多目的ホール・会議室(和室)	38－5551
コミュニティセンター 宇佐美　（宇佐美1645-6） 小室　（川奈1322-2） 富戸　（富戸594） 八幡野　（八幡野1189-172）	貸出しする施設、条件等は各コミュニティ センターに直接お問い合わせください。	宇佐美　47－3399 小　室　44－0456 富　戸　51－6611 八幡野　53－1177
市内小中学校体育施設	小・中学校15校（廃校含む）の体育施設が利用できます。 （市内在住者団体のみ） 利用を希望される方は、伊東市体育協会へ お問い合わせください。	伊東市体育協会 （伊東市民体育センター内） 48－7145 （FAX） 48－7153
伊東市児童・身体障害者 福祉センター　はばたき （松原622-12）	児童館：遊戯室・体育室・図書室(親子で利用) 障害者福祉センター：会議室(市内の福祉関係団体 等が当館の事業に支障のない範囲で利用できます)	社会福祉課 はばたき 36－3131
シニアプラザ湯川 （湯川2-11-21） シニアプラザくすみ （玖須美元和田716-835）	対象：おおむね60才以上の伊東市民の方 作業室・カラオケ設備有り	湯　川　37－7117 くすみ　35－2224
老人憩いの家 城ヶ崎荘 （富戸911-115）	休憩室(5)･広間(カラオケ設備付き)･温泉浴場など 対象：60才以上の伊東市民の方 身体障害者・母子家庭の方	51－5438
伊東市健康福祉センター （桜木町2-2-3）	多目的ホール・健康スタジオ・調理実習室（要申請） 生きがい交流室（和洋室・音響室）、市民活動交流コーナー 子育て交流ひろば・家庭児童相談室	36－8688