

令和7年度 臼田公民館 学習グループ

ジャンル	グループ名	月例	曜日	時間帯	会費	グループ紹介
コーラス	クワイアグリーンヒル	毎週	(土)	夜	月 2,000円	昭和48年結成のグループで、幅広い年齢層の団員が和気あいあいと合唱を楽しんでいます。
コーラス	モーニンググロー	毎週	(土)	夜	月 1,000円	私達らしくをモットーに、楽しく元気に歌声を響かせています♪
童謡唱歌	うすだ童唱会	第1・3	(火)	午後	月 1,000円	会員24名。月2回の例会で楽しく歌っています。会員募集中です。
音楽(三味線)	かたくりの花の会	第1・3	(金)	午後	月 1,000円	三味線好きな仲間が集まって月2回練習をしています。随時会員募集しています。
書道	臼田書藝会	第1・2・4	(月)	午後	年 1,800円 ～2,400円	自身の課題や心落ち着く写経などの作品作り、競書誌での稽古OK。
短歌	短歌会ねむの花	第1	(月)	午後	年 7,000円	月1回先生の指導の下で楽しく短歌を学んでいます。
俳句	やまなみ俳句会	第2	(金)	午後	年 2,000円 ～6,000円	毎月1回句会を開き、互いの作品を批評し合って俳句の力量を高めている。
俳句	星のまち俳句会	第2	(木)	午前	年 3,000円	たった十七文字の中で、色々な景色や思いを表現出来るおもしろさ
俳句	一位俳句会	第2	(水)	午前	年 10,000円	公民館主催の初心者俳句教室生が集まり結成、俳句好きな人達が句の詠み方を教わり自然の美しさ、身近に感じた事柄を句にして楽しんでいる。
俳句	さく柵俳句会	第3	(火)	午前	年 4,000円	令和2年度公民館主催の「初心者俳句講座」の受講生で立ち上げた句会。現在14名で活動しています。
詩吟	千曲吟道会	第1・3	(土)	午後	年 4,000円	日本伝統芸能の詩吟を高齢化に悩みつつ仲良く楽しく学び合っています。
百人一首	佐久やこのはな会	毎週	(土)	1日	年 5,000円 高校生以下 3,000円	小学生からご年配の方まで、百人一首競技かるたを楽しみましょう。
絵手紙	うすだ絵手紙教室	月1回	(月)	午前	年 8,000円	身近な花、野菜、自然を描きながら仲間の輪を育む会です。
ウォーキング	ノルディック ウォーキング臼田	毎週	(水) (金)	午前	入会時 1,000円	健康維持・増進を目指しウォーキング・筋トレを楽しんでいます。
健康体操	はつらつ健康体操	月2～3回	(月)	午後	月 1,000円	月2～3回楽しい曲に合わせての体操です。運動不足解消と、健康・仲間づくりを目標に頑張っています。
リズム体操	リトル☆スターキッズA	毎週	(金) (土)	午後	月 2,000円	小学3年生～6年生のグループです。音楽に合わせて元気よく体を動かしています。
リズム体操	リトル☆スターキッズB	毎週	(水)	午後	月 2,000円	園児～小学2年生のグループです。音楽に合わせて、元気よく体を動かしています。
ヨガ	臼田ヨガクラブ	第1・3	(火)	午後	1回 1,000円	ヨガポーズ、ストレッチ、脳トレ。とにかく若い方が入ってくればと願っていますが、なかなか大変です。でも先生の丁寧な指導で楽しいですよ。
健康体操	ちょこっとストレッチ	毎週	(月)	午後	1回 200円	やさしいストレッチで、健康増進を図ることを目的としています。
日本舞踊	清流会	第2・4	(土)	午後	なし	私たちは、40代～80代の幅広い年令で楽しく活動しています。

ジャンル	グループ名	月例	曜日	時間帯	会費	グループ紹介
フラダンス	フラブルメリア・臼田	第1・2・4	(木)	午後	月 2,000円	日常の生活を忘れ、フラの曲に合わせ踊ってみませんか。
フラダンス	ふらホアヘレ	毎週	(水)	夜	1回 500円	結成7年、楽しく仲良く踊っています。
空手	空手教室	毎週	(木) (土)	夜	月 2,000円 ～4,000円	空手の稽古を通じて精神力、忍耐力、礼儀を学んでいます。
少林寺拳法	少林寺 健康会	第1	(金)	夜	なし	少林寺拳法の護身の術と教えを学び、健康と生き甲斐作りをします。
茶道	茶味の会 A	第1・3	(月)	午後	なし	「お茶をきれいな手前で。有り合わせの器に。」をモットーにお稽古をしています。
茶道	茶味の会 B	第2	(土)	午前	年 2,000円	会員が高齢となり人数が減少しましたが心静かにお手前を続けております。
華道	臼田池坊華道クラブ	月1回	(金)	午後	年 6,000円	一輪の花のさりげない美しさを求め、和気合々と華道の心の奥深さを習得しています。
囲碁	臼田囲碁愛好会	毎週	(水) (土)	午後	年 1,000円	市内及び近隣の囲碁を愛する仲間、週2回切磋琢磨しています。
将棋	将棋愛好会	月4回	(木)	夜	年 1,000円	佐久市民の将棋普及
木彫	臼田木彫教室	第1・3	(水)	夜	年 1,000円	題材は自由発想で、心静かに木彫を楽しむ教室です。
陶芸	陶芸教室 ゆびのあとの会	第1・2・3	(金)	1日	年 6,000円	お互いアイディアを出し合って、作陶している仲良しグループです。
陶芸	陶芸倶楽部「粋」	第1・3	(火)	1日	年 4,000円	楽しみながら自分らしい陶芸作品を創っています。
パッチワーク	パッチワーク ひまわり会	月1回	(土)	午後	なし	月1回土曜日に、おしゃべりをしながら楽しく進めています。
切り絵	うすだ切絵クラブ	月1回	(金)	午後	年 3,000円	切り絵を楽しみながら学び、仲間になった皆さんと交流を深めたい。
古文書解読	臼田古文書を読む会	月2回	(水) (日)	午後	年 10,000円	地域に残る古文書を解読し、江戸時代の生活や社会を学ぶ。
パソコン	パソコンサークル ぴぴかねっと	月2回		午後	1回 500円	皆で楽しくパソコンやスマホを学んでいます。初心者大歓迎！
パソコン	佐久要約筆記グループ パソコン班「ミミー」	月2回	(水) (木)	午前 夜	年 2,000円	聴覚障がい者の方々へ音声情報をパソコン入力により伝える要約筆記を学びます。
山野草	山野草すみれ会	月1回	(火)	午後	年 2,000円	山野草を通して同志の人達が植物を育てる楽しみと観賞の会
生涯学習	佐久おやじの会	月1回	(火)		年 1,200円	自然や歴史に触れ、体験や講座などを通じて、会員の親睦を図る。
生涯学習	げんき会	月1回	(土)	午前	なし	発達障害への知識を深め、悩みを共有する。当事者だけでなく、関心のある方もご参加ください。
パステル画	パステル和(NAGOMI) アートサークル「お和ん」	第3	(火)	午後	1回 800円	パステルを削って指で塗る！驚きの技法で誰でも描けるアートです。