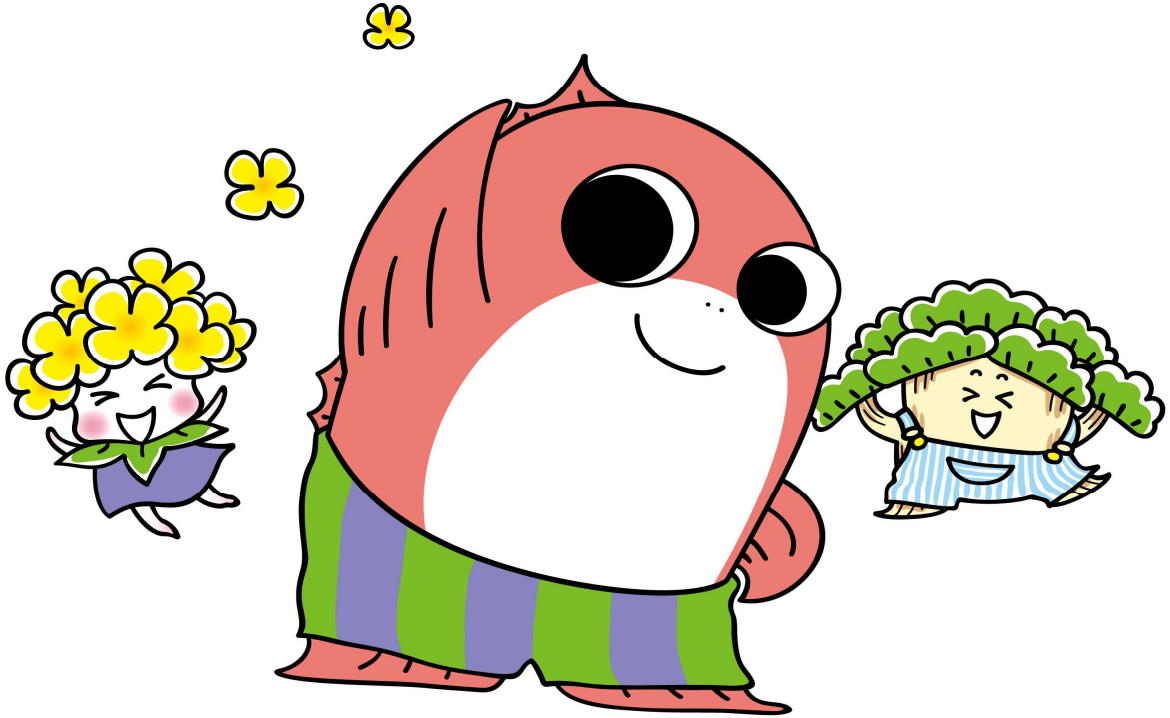
市民活動　盛りあげ鯛(ﾀｲ)！きっかけづくりガイド

# 令和5年度 鴨川市「市民活動団体紹介一覧」



●鴨川市内の市民活動団体のうち、情報公開了承団体のみ掲載しています。

●この紹介一覧は、市民活動推進を図るために作成したものです。
　営利目的等、市民活動推進の目的以外で使用することは固くお断りします。

●各団体への問い合わせは、一覧表中の連絡先へお願いします。

●この紹介一覧に掲載を希望する場合は、発行元に問い合わせてください。

発行：鴨川市市民福祉部市民生活課　協働推進係　電話：04-7093-7822
令和６年１月４日　第３版

# NPO・市民活動団体の紹介

鴨川市内で活動しているNPO・市民活動団体を、NPO法にて定められた20の活動分野に分けて掲載しています。各NPO・市民活動団体への詳しい問い合わせは、各団体へお願いします。

## NPO法人20分野の活動

1. 保健、医療又は福祉の増進
2. 社会教育の推進
3. まちづくりの推進
4. 観光の振興
5. 農山漁村又は中山間地域の振興
6. 学術、文化、芸術又はスポーツの振興
7. 環境保全
8. 災害救援
9. 地域安全
10. 人権の擁護又は平和の推進
11. 国際協力
12. 男女共同参画社会の形成の促進
13. 子どもの健全育成
14. 情報化社会の発展
15. 科学技術の振興
16. 経済活動の活性化
17. 職業能力の開発又は雇用機会の拡充支援
18. 消費者の保護
19. 前各号に掲げる活動を行う団体の運営又は活動に関する連絡、助言又は援助
20. 前各号に掲げる活動に準ずる活動として都道府県又は指定都市の条例で定める活動

| | 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 | 問合せ連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 保健、医療、福祉の増進 | 鴨川市老人クラブ連合会 | 市内 | お問い合わせ願います | 市民の高齢化が進む中、いかにして健康を保ち、元気な日常を過ごすかが大きな課題となっています。家から外に出て人と交わり、自らの趣味を生かした付き合いをすることが大切です。フレイルにならないためにも、各地区にクラブが存在しますので、是非ご加入ください。 | 499名 | 60歳以上の方 | 有<br>クラブ毎に会費を設定 | カモガワシ　フクシカ<br>鴨川市　福祉課<br>電話：04-7093-7112<br>FAX：04-7093-7115 |
| | しらかば会 | 各公民館<br>市外研修等 | お問い合わせ願います | 本会は、発足30年を越える会になります。健全な老後のアプローチと会員同士の親睦を深め、活動の場を作ることで老後の生きがい作りを目的に楽しく活動中です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。男性の会員大歓迎です。 | 75名 | 無 | 年会費<br>1,500円 | カモガワシ　ケンコウスイシンカ<br>鴨川市　健康推進課<br>電話：04-7093-7111<br>FAX：04-7093-7115 |
| | 菜の花歌謡クラブ | 天津小湊<br>福祉センター | 毎週<br>火曜日・金曜日<br>９：30～11：30 | カラオケ練習・発表会を通して、仲間づくり健康づくりをしております。どなたでも歓迎いたします。 | 16名 | 無 | 年会費<br>1,000円<br>月会費<br>1,000～<br>2,000円 | イケヤ　フミコ<br>池谷　冨美子<br>電話：090-2227-7033<br>FAX：04-7094-0826 |
| | 特定非営利活動法人<br>ふく笑らい | 鴨川市<br>南房総市 | 日曜日～土曜日<br>８：30～17：30 | デイサービス、ヘルパー、ケアマネ事業所を運営しています。独居等の方々に草刈りなどの生活支援を行っています。<br>長くご自宅で生活できるよう一緒に相談していきましょう。 | 38名 | 無 | 無 | イシイ　ケンイチ<br>石井　健一<br>電話：04-7093-2902<br>FAX：04-7094-5350 |
| まちづくりの推進 | 「魚見塚」の活性化を進める会 | 魚見塚展望台～ふるさとの道 | 土曜日<br>９：00～11：00 | 豊かな自然と文化に恵まれた「魚見塚」の環境を守り、新たな郷土の資源としてその価値を発信していく。様々な形、関わり合い方でご協力いただければと思います。 | ９名 | 無 | 年会費<br>1,000円 | キタムラ　キクオ<br>北村　喜久男<br>電話・FAX<br>04-7093-1657 |

| | 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 | 問合せ連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| まちづくりの推進 | 大山音頭の会 | 大山公民館 | 毎月<br>第１日曜日<br>第３金曜日<br>13：30～15：45 | みなさん揃って、一緒に踊り、健康になり人の輪（和）をひろげましょう。 | 39名 | 無 | 月額<br>500円 | ハラダ　ヒサコ<br>原田　久子<br>電話：04-7098-0008 |
| | 鴨川歌の街宣言推進委員会 | お問い合わせ願います | 不定期 | 御当地ソングで街おこし。房州鴨川音頭や望郷列車を唄い鴨川をアピール。 | ５名 | 無 | 無 | ショウジ　ユウスケ<br>庄司　祐輔<br>電話：04-7093-3257<br>FAX：04-7093-3282 |
| | 鴨川市国際交流協会 | 市内全域 | お問い合わせ願います | 姉妹都市マニトワック市との交流や外国人交流事業等、国際交流に関する事業の実施、情報及び資料の収集などを行っています。外国人住民と交流したい方やマニトワック市と交流したい方、参加してみませんか。 | 団体<br>43団体<br>個人<br>200名 | 協会の趣旨に賛同される方 | 年会費<br>団体1口<br>10,000円<br>個人<br>1,000円 | ｶﾓｶﾞﾜｼ ｼﾐﾝｾｲｶﾂｶ<br>鴨川市　市民生活課<br>電話：04-7093-5931<br>FAX：04-7093-4145 |
| | 鴨川自然学校 | 鴨川自然学校 | 土曜日、日曜日<br>10：00～17：00 | そば打ち体験は一回で打てるようになり、美味しいそばが食べられます。海辺に打ち上げられた物、鹿の角、鴨川にしかない蛇紋岩でアクセサリーを作っていると縄文人になった気分になり楽しいです。 | そば打ち体験<br>10名<br>アクセサリー<br>15名 | 無 | お問い合わせ願います | ノムラ　ヒサコ<br>野村　久子<br>電話：090-5807-8695<br>FAX：04-7093-6915 |
| | 鴨川ジャンボかぼちゃ研究会 | みんなみの里 | 不定期<br>９：00～17：00 | 巨大なかぼちゃを栽培する夢を実現させ、日本一を目指し交流事業を通して街づくりに貢献する。 | 15名 | ジャンボかぼちゃを栽培すること | 年会費<br>1,000円 | シミズ　ヒロシ<br>清水　宏<br>電話：04-7099-8033<br>FAX：04-7096-6611 |
| | 鴨川を住みよい街にする会 | 東条<br>吉尾<br>天津 | お問い合わせ願います | 鴨川を住民にとって住みよい街にし、観光客にとっても訪れたい街にするために、会として可能な事業を実施しています。趣旨に賛同される方は御連絡ください。 | 88名 | 会の趣旨に賛同される方 | 無 | イチカワ　ヨシナリ<br>市川　能成<br>電話：080-3083-2666 |

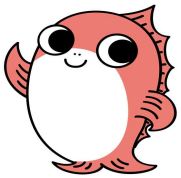
| | 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 | 問合せ連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| まちづくりの推進 | 鴨川ハーブソサエティー（ＫＨＳ） | クラブハウス<br>市内全域 | 随時及び<br>第２・４木曜日<br>14：00～16：00 | 和洋のハーブを衣食住に利用して、スローライフにより心身の健康を増進し、元気なまちづくりに関わっていきます。植栽(園芸療法)、食育(エディブルスクールヤード)などにより、SDGｓを目指しています。ご参加お待ちしています。 | 21名 | 会規約による | 年会費<br>3,000円 | タカナシ　スミヨ<br>高梨　澄代<br>電話：04-7096-5030 |
| | 千葉県長ヒョウタン研究会 | みんなみの里 | 不定期<br>９：00～17：00 | 長ヒョウタンを栽培し、その長さを競い合い千葉県（鴨川市等）の知名度向上を図り、ヒョウタンの加工品を製作する事で体験交流を図り、作品を展示公開して街づくりに貢献します。 | 30名 | 鴨川市と関われる者で、長ヒョウタンの栽培、加工者 | 年会費<br>1,000円 | シミズ　ヒロシ<br>清水　宏<br>電話：04-7099-8033<br>FAX：04-7096-6611 |
| | 吉鴨会 | 安房地域 | 不定期 | 本会は会員相互の親睦を図りながら、鴨川の活性化のために婚活を主として活動しています。その他、負担にならない範囲で楽しみながら幅広いボランティア活動を展開します。特に、入会条はありません。賛助会員としての受け入れもしています。 | 10名 | 無 | 年会費<br>5,000円<br>賛助会員<br>3,000円 | ワキザカ　ヤスオ<br>脇坂　保雄<br>電話：090-3226-8375<br>FAX：04-7092-2303 |
| | まるごみ鴨川実行委員会 | 市内各所 | 不定期 | ごみ拾い活動へ広くご参加いただきたく、皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。 | 30名 | 無 | 無 | タカセ　トモヒロ<br>髙瀬　智弘<br>takase@mrsotetsu.co.jp |
| | 鴨川みんな食堂 | 中央公民館 | 金曜日 | 鴨川市在住、在勤者なら誰でも来ていただける月１度開かれる食堂です。日々のご飯作りに追われているあなたにも、いつも一人で食べているあなたも、ただお喋りしたいだけのあなたにもどなたでもご利用いただけます。 | ５名 | 無 | 年会費<br>500円 | カツマタ　クニエ<br>勝又　國江<br>電話：080-1009-6222 |

| | 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 | 問合せ連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| まちづくりの推進 | 特定非営利活動法人<br>かもがわ大山寺保存会 | 大山寺 | お問い合わせ願います | 来年、開創1300年を迎えます。歴史的節目を祝し、大山寺を知ってもらうため記念事業を行ないます。<br>・大山寺を修復し保存する事業<br>・大山寺と周辺文化を活用し、地域を活性化する事業<br>・上記の目的を達成するために必要な普及、啓発等の事業 | 32名 | お問い合わせ願います | 年会費<br>10,000円<br>賛助会員<br>3,000円 | カワサキ　ヒロユキ<br>川崎　浩之<br>電話：090-3217-7894<br>FAX：04-7099-9105 |
| | 四方木ベイス<br>したなおい | 四方木地区 | 毎月第１・３<br>土曜日、日曜日<br>９：00～15：00 | 人口減少が止まらない四方木地区において地域再生、人口増加を地域の仲間と共に考えながら、そのための環境整備に楽しみながら取り組んでいます。古民家再生、農業、森林整備など興味のある方は一緒に活動してみませんか？ | 30名 | 移住や田舎暮らしを体験したい方 | 無 | カラカマ　ミノル<br>唐鎌　稔<br>電話：04-7094-1736<br>FAX：04-7094-0728 |
| | 小湊サークル<br>オブフレンズ | 内浦海岸<br>小湊さとうみ学校 | お問い合わせ願います | 海岸清掃を中心に、海辺の自然の楽しさ、大切さを伝える活動を通じて、地域の人の親睦を深めるとともに、市内外の人と交流し、地域の活性化を図ります。 | 30名 | 鴨川市内在住で、小湊の地域活性に協力してくれる方 | 年会費<br>1,000円 | エノキダ　マスミ<br>榎田　ますみ<br>電話：090-3542-1287 |
| 観光の振興 | 清澄癒しの里づくりの会 | 工房きよすみ＆カフェ | 土・日・祝日<br>10：00～16：00 | 自然豊かな清澄！！小鳥の声やさわやかな風、癒やしの時間には、もってこいです。ぜひ、工房きよすみ＆カフェでの時間を楽しみに来てください。 | 12名 | 無 | 年会費<br>1,000円 | ムラオ　ヨシコ<br>村尾　佳子<br>電話：080-5488-0596 |
| 農山漁村又は中山間地域の振興 | 特定非営利活動法人<br>NPO法人　うず | 大山地区<br>釜沼北集落<br>鴨川市内 | 不定期 | 地元住民、新住民、都市住民、企業、大学、行政等々と連携しながら、里山及び棚田保全活動、都市農村交流、教育活動、持続可能な地域づくりを行っています。 | 12名 | 無 | 年会費<br>1,000円 | ハヤシ　ヨシキ<br>林　良樹<br>電話：080-5087-3280 |
| | 釜沼木炭生産組合 | 大山地区及び釜沼北集落 | お問い合わせ願います | 地域循環型社会へ向けて、炭焼きを通して里山の資源を利用し、里山文化を維持継承していきます。 | 15名 | 無 | 無 | ハヤシ　ヨシキ<br>林　良樹<br>電話：080-5087-3280 |

| | 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 | 問合せ連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 農山漁村又は中山間地域の振興 | 特定非営利活動法人<br>鴨川現代バレエ団 | 主基スタジオ | 月・水・土<br>18：00～21：00 | オリジナルバレエ「里舞」を通じて、里の美を表現していきます。基本となるバレエ技術の取得を行います。 | 50名 | 無 | 正会員<br>5000円<br>賛助会員<br>3,000円 | ナガムラ　ジュンコ<br>長村　順子<br>電話：080-5473-8938 |
| | 一般社団法人<br>鴨川市農林業体験交流協会 | 道の駅鴨川オーシャンパーク又は里のMUJIみんなみの里 | 月曜日～日曜日<br>（個人の判断）<br>８：00～17：00<br>（任意） | 町興し事業に興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。 | 316名 | お問い合わせ願います | 年会費<br>5,000円 | ワタナベ　タカヨシ<br>渡辺　公康<br>電話：04-7096-1911<br>FAX：04-7096-1912 |
| | ひらつか地域活性化協議会 | 平塚区民センター | 毎月<br>第３日曜日<br>９：00～12：00 | 毎月第３日曜日に朝市を開催しています。会員を募集しています。 | 20名 | 平塚地区に居住する方 | 年会費<br>2,000円 | シマヅ　タダシ<br>島津　正<br>電話：090-4126-6215 |
| | 川代柿ノ木代棚田 | 川代地区 | 日曜日<br>８：00～17：00 | つなぐ棚田遺産の認定は県で２ヶ所。<br>市内を望む農村景観のすばらしさをぜひ観てほしい。都会の人は、この価値を共有してほしい。 | 34名 | 原則として川代区民 | 年会費<br>1,000円 | カワカミ　ミチオ<br>川上　道夫<br>電話：090-3067-4703 |
| 学術、文化、芸術又はスポーツの振興 | 縄クラブ<br>STEP　UP・AWA | 長狭学園<br>体育館 | 隔週　日曜日<br>13：00～16：00 | なわとびやダブルダッチは、年齢関係なく誰でも楽しめるスポーツです。一緒にチャレンジしませんか？ | ６名 | 無 | 年会費<br>1,000円 | ナガイ　マオ<br>永井　麻央<br>電話：080-8130-1211 |
| | 鴨川オーシャンスポーツクラブ | 一戦場公園体育館、市内小中学校、KCCスポーツクラブ | 木・土・日曜日 | 子供から大人までを対象にした「いつでも・どこでも・誰でも」参加できる総合型地域スポーツクラブです。世代の枠を超えた交流の場として、６種目全ての競技に参加可能です。 | 112名 | 無 | 年会費<br>3,600円<br>入会金<br>500円<br>保険料<br>1,850円 | ｶﾓｶﾞﾜｼ　ｽﾎﾟｰﾂｼﾝｺｳｶ<br>鴨川市　スポーツ振興課<br>電話：04-7093-5111<br>FAX：04-7093-5112 |

| | 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 | 問合せ連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 環境保全 | 鴨川市生活環境整備推進協議会 | 市内全域 | お問い合わせ願います | 花を通して、明るく豊かな生活と環境づくりを目指し、地域集会所などの花壇を管理しており、それに伴い花壇コンクールを開催して、美化意識を持ち、鴨川市の生活環境水準の向上を目的とする会です。 | 23名 | 無 | 無 | ｶﾓｶﾞﾜｼ　ｶﾝｷｮｳｶ<br>鴨川市　環境課<br>電話：04-7093-7838<br>FAX：04-7093-7856 |
| | 東条地区環境保全の会 | 東条地区 | お問い合わせ願います | 鴨川市東条地区において、農村環境の整備を行っている団体です。農道・排水路の草刈り・植栽・ホタルの生息環境の整備等。 | 434名 | 東条土地改良区の組合員・東条小PTA | 無 | ハハカベ　クニオ<br>波々伯部　邦夫<br>電話・FAX<br>04-7093-7576 |
| 災害救援 | 鴨川市赤十字奉仕団 | ふれあいｾﾝﾀｰ福祉センター | 月曜日・火曜日<br>14：00～15：00 | 毎月、救急法を福祉センターで学んでいます。(AEDや三角巾の包帯を使った傷の手当てなど)一度見に来てください。そして、会員になってください。 | 35名 | 無 | 無 | カモガワシ　フクシカ<br>鴨川市　福祉課<br>電話：04-7093-7112<br>FAX：04-7093-7115 |
| 地域安全 | 安房地区保護司会鴨川支部 | 鴨川市内全域 | お問い合わせ願います | 色々な職種の方々が参加され、お互いに助け合いながら活動を進めております。更生は人生の大切な機会、啓発活動も含め犯罪のない明るい社会、より良い人生を過ごしてほしいと願い活動しております。 | 11名 | お問い合わせ願います | 年会費10,000円その他2,000円 | クリハラ　ヒロミチ<br>栗原　弘道<br>電話：04-7092-0520<br>FAX：04-7093-3933 |
| 子どもの健全育成 | ボーイスカウト鴨川第５団 | スカウトハウス | 日曜日<br>９：00～15：00 | 「なろう。一人前に。」ゴミゼロ活動や募金活動、社会奉仕活動やキャンプ、ハイキングなど自然の中で体験や活動を通して、青少年の健全な心と体の育成に貢献したいと願っています。 | 40名 | お問い合わせ願います | 年会費18,600円 | タツノ　トシノリ<br>辰野　利文<br>電話・FAX<br>04-7094-0235 |

# みんなで育て鯛（タイ）！まちづくり支援補助金



市では、個性豊かで魅力ある地域づくりが効果的に進められるよう、市民活動団体などから提案事業を募集し、公開プレゼンテーション等による審査により、事業が採択された市民活動団体などに、その実施事業に係る経費の全部又は一部を、「みんなで育て鯛（タイ）！まちづくり支援補助金」として交付しています。

| コース | はじめ鯛（タイ）！コース【立上げ支援】 | 発展させ鯛（タイ）！コース【発展自立支援】 |
|---|---|---|
| 趣　旨 | これからまちづくりを始めようとする市民団体等の立ち上げを支援するコースです。<br>※設立から補助金交付申請日までの間に、市及び市の外郭団体から補助金の交付を受けたことがない団体に限ります。 | 現在取り組んでいるまちづくりを一層充実し、自立発展させたい市民団体等を支援するコースです。 |
| 補助金額 | １０万円以内 | ５０万円以内 |
| 補 助 率<br>（限 度 額） | １０／１０（10万円） | ・１回目（年次）１０／１０(50万円)<br>・２回目（年次）２／３ (33万3千円)<br>・３回目（年次）１／２ (25万円) |

令和５年度に採択された団体は、６団体です。

・はじめ鯛！コース（３団体）**小湊サークルオブフレンズ、縄クラブ STEP UP・AWA、鴨川みんな食堂**

・発展させ鯛！コース（３団体）**千葉県長ヒョウタン研究会、「魚見塚」の活性化を進める会、川代柿ノ木代棚田**

問合せ先　鴨川市市民福祉部市民生活課　協働推進係
０４－７０９３－７８２２

# ボランティア連絡協議会登録団体　　TEL：04-7093-0606（鴨川市社会福祉協議会）

| 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| いなほの会 | 田原公民館 | 毎月 第２水曜日<br>９：00～13：00 | 月１回会員の交流をしながら手作り昼食を調理し、地区の独居の高齢者の方に届けています。食して頂く方々を想い作っています。お届けは、民生委員さんに協力して頂き、地域のつながりが安心な生活を生むと思っています。会員自身が健康で活動を続けていきたいと思っています。 | 23名 | 無 | 無 |
| つくしの会 | 江見公民館 | 毎月 第２土曜日<br>９：00～13：30<br>（８月休み、10月と12月は第１土曜日） | ①毎月１回第２土曜日に独居老人に手作り弁当を届け、安否確認と友愛訪問を行う。<br>②配達は会員と民生委員（１名）の方がする。<br>③弁当希望者は、昨年月平均33人くらい。 | 15名 | 無 | 無 |
| やまびこグループ | 主基公民館 | 毎月 第４日曜日<br>９：00～11：45<br>（８月休み、12月第３日曜日） | 月１回、独居高齢者の方々に、季節の野菜・長狭米等を使用して、手作りの昼食弁当を民生委員さんの協力で届けています。お料理好き、関心のある方々の協力をお願いします。 | 23名 | 無 | 無 |
| すぎの木会 | 天津小湊<br>保健福祉センター | 毎月 第２金曜日<br>８：30～12：00 | ひとり暮らしの70歳以上の方へお昼用お弁当を作り配布しています。調理の好きな方、活動参加お願いいたします。 | 35名 | 無 | 無 |
| ともしびの会 | 鴨川市内 | お問い合わせ<br>願います | 施設訪問・障害者介助など。ボランティアしてみませんか！！ | 11名 | 無 | 無 |
| たかづる会 | 曽呂公民館 | 毎月 第２土曜日<br>11：30～15：00 | 曽呂地区の70歳以上の１人暮らしで希望する方に、公民館で調理した弁当を配っています。 | 16名 | 無 | 無 |
| むぎの会 | 田原公民館 | 毎月 第４日曜日<br>９：30～14：30 | 各自のためのボランティア活動・たのしくぼけない様に歩いたり、調理したり、話をしたり、笑ったりする会。 | 13名 | 女性<br>限定 | 0～<br>300円 |

| 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 天津小湊<br>介護予防サポーター | 天津小湊地区 | ・年間計画による<br>・全体会<br>13：30～15：00 | 年１回「元気でい鯛まつり」、個人活動では見守り、グループではサロン活動として高齢者の閉じこもり予防を目的としています。日頃から、ご近所やサロン活動で高齢者の方に声かけをする事により、安心感や親近感をもっていただき、楽しい時間を過ごしてもらえるように頑張っています。 | 35名 | 無 | 無 |
| スマイルズ | 板東団地 | 毎月１回<br>10：00～11：30 | 市の介護ボランティア研修会の修了者で、地域の情報交換をスタートしました。身近な出会い、楽しいおしゃべりで住みやすい地域作っていきましょう。 | ７名 | 無 | １回ごと<br>100円 |
| すみれの会 | 大山公民館 | 毎月 第２火曜日<br>９：00～13：30 | 地域のお一人暮らしの方々へのお弁当作りに38年。５班編成、それぞれ腕を振るってご用意しています。現在、配食は民生委員さんに依頼しています。 | 36名 | 無 | 無 |
| なの花サポーターの会 | ・江見<br>・太海<br>・曽呂 | 平日<br>９：00～17：00<br>土日祝日<br>年末年始は休み | なの花サポーターとは、江見・太海・曽呂で活動している生活支援・介護予防サポーターの名称です。誰もが安心して暮らせる地域づくりを目的として、日常の中の一寸した困りごとを「お互い様」で支える活動を目的としている団体です。<br>活動に参加してくれる方（サポーター）も大募集しております。 | 31名 | 無 | 無 |
| ふく（服・復・福）の会 | 市内公共施設 | 定例会は<br>月１回程度<br>収集は毎日 | 「もったいない」を「ありがとう」へ相言葉に、市内の皆さんから不要になった制服や運動着・園服等の寄付をいただき、必要な方に橋渡しする活動をしています。「助かります」という声や笑顔をいただくことが喜びです。 | ８名 | ボランティア活動、SDGsに関心・意欲のある方 | 無 |

| 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 大正琴ボランティア<br>グループ　リピート | 小湊さとうみ学校 | 毎月 第２土曜日<br>午前中 | 鴨川市内のサロン、施設の慰問をしています。1時間くらいのボランティア活動です。大正琴の音色と歌を一緒に口ずさんで、仲間と一緒に楽しい一時を過ごしていただければと思っております。曲に乗って体を動かしたりも楽しいですね。練習は月１回しております。 | ７名 | 無 | お問い<br>合わせ<br>願います |

## ふれあい・いきいきサロン

TEL：04-7093-0606（鴨川市社会福祉協議会）

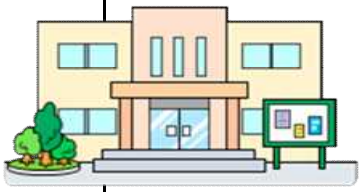
| 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ふれあいサロン広場 | 須賀神社　青年館 | 毎月１日、15日<br>９：30～14：30 | 年齢の制限がないので、若い人はお年寄りから地域の行事、習慣や風習などを聞くことができる。これを次の世代に伝えていくことが出来るといいので、１日中おしゃべりしてその中で学ぶ。 | 18名 | 無 | １回ごと<br>200円 |
| サロンひまわり | 浜荻西町青年館 | 毎月10日<br>13：00～15：00<br>（８月は休み） | 高齢者の方、誰でも気軽に集まり、交流する場として立ち上げました。歌、ゲーム、体操、移動交番、天津駐在所、保健師さんのお話や介護予防サポーターの参加をいただき、楽しい時間を過ごしています。クリスマス会、ひなまつりの会も行っています。 | 26名 | 無 | 月額<br>200円 |
| ますやサロン | 空店舗ますや | 毎月　第４木曜日<br>10：00～12：00 | 「ちょっとお話聞いてよ」なんて遠慮なくお出かけください。頭を使って、手を使って、おしゃべりしていろいろ楽しみましょう。 | 10名 | 無 | 無 |

| 団体名 | 活動場所 | 活動曜日・時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ひだまりさかもとサロン | 天津小湊<br>保健福祉センター | 毎月<br>第２・４水曜日<br>９：00～12：00 | 高齢者のひきこもり予防と体操を行っております。感染対策をし、午前中のみ行っていました。皆さんと一緒にお弁当を食べようと考えています。様子を見ながら実施していきたいと考えています。 | 27名 | 無 | １回ごと<br>300円 |
| サロンパプリカ | 浜荻東町青年館 | 毎月　第３火曜日<br>13：30～15：00 | 参加をすることで皆様との繋がりを深め、行政等からのお話もあったり、軽い体操を教えていただきリフレッシュしています。サロンになって年数が浅いので、皆様と共にいろいろ体験したいと思っています。皆様のご参加お待ちしています。 | 10名 | 無 | 月額<br>100円 |
| 大里サロン | 真福寺 | 毎月　第１水曜日<br>10：00～14：00 | コロナの前は、高齢者の人も多数参加してくださいました。病気になったり施設に入所したりで少なくなりましたが、皆様方楽しく1日を過ごされているようです。<br>昼食は、ボランティアの人と食改の人達が手伝ってくださり、新鮮な野菜を使って調理しております。 | 10名 | 無 | 無 |
| なかよし広場<br>おはなし会 | 大山公民館<br>図書館分室 | 毎月　第３土曜日<br>10：30～11：30 | お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん。そして、子どもたち一緒に楽しい時間を過ごしましょう。絵本の読み聞かせ、紙芝居、パネルシアター、紙工作で遊びましょう。 | ５名 | 無 | 無 |
| サロンいこい | 萬福寺客殿 | 毎月２回<br>10：00～15：00 | 65歳から100歳まで活動的でにぎやかな人ばかりです。外出、おでかけサロンも多く、お花見、七夕まつり、お月見、秋の紅葉、クリスマス会、新年会等の食事会もしています。 | 22名 | 60歳以上<br>どなたでも | 100円 |
| 天面サロン | 天面青年館 | 毎月　第3月曜日<br>13:00～15:00 | 笑いの絶えないサロンです。ビンゴゲームやトランプ、また、ボッチャやモルックも行っています。 | 15名 | 天面地区<br>男女年齢<br>問わず | 100円 |

# 公民館活動の紹介

各公民館活動団体への問い合わせは、活動場所の公民館へ電話してください。

| 公民館名 | 連絡先 |
|---|---|
| 中央公民館 | 04-7093-1141 |
| 大山公民館 | 04-7098-0002 |
| 吉尾公民館 | 04-7097-1111 |
| 主基公民館 | 04-7097-1505 |
| 江見公民館 | 04-7096-1111 |
| 太海公民館 | 04-7092-0669 |
| 曽呂公民館 | 04-7092-9449 |
| 田原公民館 | 04-7093-2857 |
| 西条公民館 | 04-7093-0733 |
| 東条公民館 | 04-7092-3123 |
| 天津小湊公民館 | 04-7094-2230 |



# 中央公民館　　TEL：04-7093-1141

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 合唱 | 野の花コーラス | 毎月<br>第１・３木曜日<br>14：00～15：30 | 毎月２回中央公民館で素晴らしい指導者と一緒に楽しく練習しています。身も心も若返ります！一緒に歌ってみませんか！ | 19名 | 無 | 年会費<br>5,000円 |
| 語学合唱 | Kamogawa Song Birds | 毎月第１・３木曜日<br>19：00～20：45 | 鴨川市国際交流協会が運営しています。歌を通じて英語に親しむことを目的に活動しています。英語が苦手でも、楽譜が読めなくても大丈夫です！英語で楽しく歌ってみませんか。 | ８名 | 無 | 年会費<br>300円 |
| 詩吟 | 南房総至誠会 | 毎週火曜日<br>13：30～15：30 | 童謡、民謡、新体詩入り詩吟を楽しく吟じます。年代に合わせて伴奏つきで楽しめます。音読の楽しさ、活舌、日本語の美しさを再確認、健康維持に最高です。 | ７名 | 無 | 月額<br>2,000円 |
| 短歌 | 中央公民館　短歌クラブ | 毎月第１・３金曜日<br>13：30～15：30 | 短詩を正しく学び、言葉のお遊びを楽しみましょう。 | ６名 | 無 | 月額<br>1,000円 |
| 俳句 | 若葉会 | 毎月第３日曜日<br>13：00～15：00 | 日本古来の文化の一つである俳句。十七音という限られた十人十色のメイクドラマ。一緒に楽しみましょう。季節ごとのその人なりの文学を。 | ５名 | 無 | 無 |
| 俳句 | 若葉会 | 毎月第３日曜日<br>13：00～15：00 | 日本古来の文化の一つである俳句。十七音という限られた十人十色のメイクドラマ。一緒に楽しみましょう。季節ごとのその人なりの文学を。 | ５名 | 無 | 無 |
| 民謡 | 鴨川松風会 | 毎月第１・３金曜日<br>13：30～15：30 | 三味線・尺八の伴奏で民謡を勉強をしています。「私も民謡を唄ってみたいな～」と思われる方は、一度遊びに来て見てください。 | 10名 | 無 | 無 |
| | 鴨川市民謡保存会 | 毎月第１・４火曜日<br>13：30～15：30 | 郷土民謡を保存・育成するとともに、後世に伝承し、当市の観光産業の振興に寄与する事を目的としています。ボランティアで老人施設等へ慰問をしたいと思っています。 | 12名 | 無 | 無 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| マンドリン | 鴨川マンドリンクラブ | 毎月第１・３土曜日<br>18：30～20：45 | 1980年に創設されたギター・マンドリン等の演奏を楽しむクラブです。現在、市民音楽祭・公民館まつりの他、年１回の演奏会を開催しています。初心者でも歓迎です。一緒に合奏を楽しみましょう。 | 17名 | 無 | 年２回<br>6,000円 |
| 囲碁 | 鴨川囲碁愛好会 | 毎週金・土曜日<br>13：00～15：45<br>奇数月<br>第４日曜日 | 年６回囲碁大会を行っています。入会は随時です。みんなで囲碁を楽しみましょう。 | 28名 | 無 | 年会費<br>4,000円 |
| 卓球 | シニアピンポン<br>ぼちぼちクラブ | 毎週木曜日<br>13：00～15：45 | 「人生百年」が現実味を帯びてきました。高い割合を占める高齢者の身体的自立が迫られてきます。小さな玉を追いかけていると、下半身に筋肉がつき、瞬発力が養われ、動体視力が強化していることを実感します。転倒防止や運動能力の維持に役立っているようです。皆さん！卓球で楽しく元気に過ごしませんか。 | 11名 | 60歳<br>以上 | お問い<br>合わせ<br>願います |
| フラダンス | レイホーク一鴨川<br>フラサークル | 毎月第２・４火曜日<br>13：30～15：30 | 各自、家庭との両立をさせながら、少しの時間フラダンスを通しながら体を動かしたり、おしゃべりをしながら心と体のリフレッシュを求めて楽しんでおります。ご興味のある方は、ぜひどうぞ！先生が、初歩から教えてくださいますよ。 | ７名 | 無 | 月額<br>2,000円 |
| フォークダンス | フォークダンスクラブ | 毎月第１・２・４<br>水曜日<br>10：30～11：45 | フォークダンスは、世界中に伝わる民族の踊りです。踊りの輪、人の和が醍醐味です。美容と健康、仲間づくり。そして、踊りで世界を旅しましょう。ご参加をお待ちしております。 | 11名 | 無 | 月額<br>1,500円 |
| 太極拳 | 太極道交会　鴨川支部 | 毎月第２・４木曜日<br>９：00～11：45 | 陳式太極拳の第一人者、山口博永先生から気功と太極拳を学びます。気力を養いながら、太極拳での体の動かし方を習得していきます。興味のある方、ぜひ見学においでください。 | ９名 | 無 | お問い<br>合わせ<br>願います |
| 茶道 | 茶道クラブ | 毎月第１・３木曜日<br>13：00～15：45 | 日本の伝統文化の茶道を気軽に知る事で心豊かになりませんか。気軽に見学においでください。お待ちしております。 | ６名 | 無 | 月額<br>2,000円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 登山 | 鴨川山の会 | 毎月第４金曜日<br>13：00～15：00 | 歩いたら若返るをモットーに登山・ハイキングの好きな愉快な仲間の集まりです。 | 24名 | 無 | 年会費<br>3,000円 |
| 社交ダンス | ソシアルダンス | 毎週木曜日<br>19：00～20：45 | ボケ防止と健康寿命の存続に。シャルウィダンス！ | ８名 | 無 | 月額<br>2,000円 |
| ３Ｂ体操 | さんびーず鴨川 | 毎月第１・２・３<br>金曜日<br>10：00～11：00 | いつまでも健康で美しく！楽しく活動しています。新しいお仲間大歓迎です。気軽にのぞいてください。 | ９名 | 無 | １回<br>500円 |
| ピラティス | ウェルネスピラティスサークル | 毎月第１・２・３<br>火曜日<br>10：00～11：30 | ピラティスは、体幹を鍛え免疫力を高めるスポーツです。健康な身体づくりを目的としています。 | ７名 | 女性<br>限定 | 月額<br>3,000円 |
| フラワーアレンジメント | フラワーアレンジメントクラブ | 毎月第２金曜日<br>13：30～15：45 | 今だから季節の花を感じて、癒やされませんか？親切、丁寧な指導者のもとで、自分の思いのままにお花を感じて楽しい時間を過ごしませんか？ | ５名 | 無 | 年会費<br>10,000円<br>花代１回<br>2,000円 |
| 古文書 | 鴨川古文書サークル | 毎月第４木曜日<br>13：30～15：00 | 鴨川市内に保存されている古文書の解読を目的に学習しています。初心者でも大丈夫です。興味のある方、ぜひご参加ください。 | ７名 | 無 | お問い<br>合わせ<br>願います |
| 切り絵 | 切り絵クラブ | 毎月第３木曜日<br>13：30～15：00 | 紙を切り抜いて、台紙に貼ることで立体感の出る切り絵を作ってます。興味のある方は、ぜひ見学に来てください。 | ５名 | 無 | 月額<br>800円 |
| 英会話 | 鴨川英会話サークル | 毎月第１・４水曜日<br>13：30～15：30 | 皆様、ちょっぴり目を通してください。中学１年生からの英語スタートです。頭をトレーニングしましょう。認知症予防にも役立ちます。どうぞ！いつでもご参加を。 | ９名 | 無 | １回ごと<br>1,000円 |
| | EEC<br>(エンジョイ･<br>イングリッシュ･クラブ) | 毎月第３土曜日<br>13：30～15：30 | カナダ人の講師を交えて、英会話を楽しんでいます。いつでもWelcomeです。一緒に楽しみましょう。 | ５名 | 無 | １回ごと<br>1,000円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 中国語 | 中国語サークル | 毎月第２・４木曜日<br>19：00～20：30 | NHKラジオ「まいにち中国語」のテキストを使って、中国語の基本を勉強しています。初心者大歓迎。中国語会話の練習をして、中国語を話してみませんか？ | ６名 | 無 | 月額<br>600円 |
| 日本語 | 日本語サークル | 毎週水曜日<br>13：00～15：45<br>毎週金曜日<br>19：00～20：45<br>（第５金曜日は除く） | 鴨川市国際交流協会が運営する外国人のための日本語教室です。日常会話や職場で使える簡単で自然な日本語を日本語で教えます。市内在住外国人と交流しながら、日本語を教えてみませんか？ | ７名 | お問い合わせ願います | 年会費<br>1,000円 |
| | こども日本語教室 | 毎週金曜日<br>18：30～20：00 | 鴨川市国際交流協会が運営する外国人にルーツのある子どものための日本語教室です。ひらがな、カタカナ、漢字を教えるなどの学習支援を行います。子どもたちに楽しく教えてみませんか？ | ５名 | お問い合わせ願います | 年会費<br>1,000円 |
| ボランティア給食 | 鴨川さくら会 | 毎月第３土曜日<br>11：30～15：30 | 月に一度、有志が集まり独居老人のために、お弁当を作っています。「美味しかったよ！」の一言を励みに頑張っています。只今、お料理好きな仲間を募集中です。 | 17名 | 無 | 無 |

## 大山公民館　　TEL：04-7098-0002

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 気功 | 気功クラブ | 毎月第２・４日曜日<br>９：30～11：00 | 大山公民館で月２回気功をのんびりしています。お気軽にご参加ください。 | 14名 | 無 | 月額<br>500円 |
| 蕎麦打ち | 鴨川そば倶楽部　大山道場 | 毎月第１土曜日<br>９：00～14：00 | そばをこよなく愛し、そば打ちの技術を極めるために集まり、会員の親睦を深める会です。初心者でも打てるように指導いたします。 | ９名 | 無 | 年会費<br>2,000円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 読み聞かせ | なかよし広場おはなし会 | 毎月第３土曜日<br>10：30～11：30 | 子どもさんと関係の方（保護者）が一緒に絵本の読み聞かせを聞くことで本の楽しさを味わってください。 | ５名 | 無 | 無 |
| ３Ｂ体操 | 健康３Ｂ体操クラブ | 毎月第４金曜日<br>13：30～14：30 | チェア体操も取り入れながら、無理なく楽しく健康づくり、体力向上を目的に活動しています。 | ８名 | 無 | 1回ごと<br>500円 |

# 吉尾公民館　　TEL：04-7097-1111

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 囲碁 | 囲碁クラブ | 毎週水曜日<br>13：00～15：45 | 脳活・脳トレの交流の場に囲碁を始めてみませんか。今や、国際ゲームの囲碁。インターネットを通じて、世界中の人々と対局できます。 | 12名 | 無 | 無 |
| ヨガ | ヨガクラブ | 毎月第３木曜日<br>19：00～20：00 | 身体のゆがみの矯正、身体も柔らかくなり徐々に解消。ダイエットとなります。会員の皆さんも毎回楽しみに来ております。ぜひとも参加して、体験をしてみてください。お待ちしております。 | 10名 | 無 | 月額<br>500円 |
| ３Ｂ体操 | 吉尾３Ｂクラブ | 毎月第１・３土曜日<br>９：30～11：45 | 健康づくりの一助になればと、音楽に合わせて無理なく楽しく身体を動かしています。 | ５名 | 無 | 随時<br>必要額 |
| | ３Ｂはなみずき | 毎月第２・４水曜日<br>10：00～11：30 | ボール、ベル、ベルターの３種の用具を使って、誰でも簡単気軽に出来る健康体操です。無料体験はいつでも大歓迎です。 | ５名 | 無 | 月額<br>1,500円 |
| 日本画 | 鴨彩会　日本画クラブ | 毎月第２日曜日<br>９：30～15：45 | 指導者はおりませんが、身近な花や風景を描いてみませんか。男性、女性どなたでも。 | ５名 | 無 | 無 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| パソコン | 吉尾パソコンサークル | 毎月第１・３・５<br>水曜日<br>13：30～15：30 | パソコンを始めてみたい方、初心者の方どなたでも参加できます。体験のご希望も承ります。お気軽にご相談くださいませ。 | ６名 | 無 | 無 |
| 英会話 | ながさ英会話サークル | 毎月第２・４土曜日<br>13：30～15：30 | 「ゲット・アップ・エイト」ではなく「ゲラパレ」。「ターン・オフ・アット・エイト」ではなく「タナファレ」。簡単に聞きとれ、話せる英語を学びます。目からウロコの英会話サークル。 | ６名 | 無 | 無 |

# 主基公民館　　TEL：04-7097-1505

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ヨガ | 健康ヨガクラブ | 毎月第１・３木曜日<br>13：15～14：15 | カラダしなやかに、ココロを軽やかに。リフレッシュ、リラックス、デトックス！どなたでもお気軽に参加できるやさしいヨガです。 | 13名 | 無 | １回ごと<br>500円 |
| ３Ｂ体操 | はっぴー＆すまいる | 毎月第２・４金曜日<br>10：00～11：00 | 毎月、親子で一緒に体を動かし楽しんでいます。親子のコミュニケーションを深め、いつも笑い声が絶えない３Ｂ体操にぜひいらしてください。 | ８名 | 無 | １回ごと<br>500円 |
| 料理 | 主基食育クラブ | 毎月第２木曜日<br>９：00～11：45 | 料理を作る事、食べる事に興味のある方なら男女、年齢に関係ありませんので、多くの方の参加をお待ちしております。また、得意料理等ある方には色々と教えていただけると勉強になりますのでうれしいです。よろしくどうぞ！！ | 10名 | 無 | １回ごと<br>500円前後 |
| そば打ち | 鴨川そば倶楽部　主基道場 | 毎月第２土曜日<br>９：00～12：00 | そば打ちが大好きで、会員同志で和気あいあいの中で親睦を図り、楽しく活動をしています。見学に来てください。 | 12名 | 無 | 年会費<br>2,000円 |
| パンフラワー造花 | パンフラワー主基 | 毎月第２火曜日<br>13：30～15：30 | 小麦粉を原料にした塑性粘土で花や人形、小動物などの制作を楽しんでいます。 | ５名 | 無 | １回ごと<br>600円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| シャドーボックス | シャドーボックス | 毎月第３日曜日<br>９：00～11：45 | 毎月第３日曜日の午前９時から活動しております。見学・体験に来てください。 | ７名 | 無 | 月額<br>3,000円 |
| 竹細工 | 主基竹細工クラブ | 毎月第４土・日曜日<br>９：00～11：45<br>13：00～15：45 | 竹を編むことを通して、自然素材の良さを多くの人に知ってもらいたい。また、日常生活の中でそれらを使う楽しみを共有したい。 | ９名 | 無 | 年会費<br>2,000円 |
| 竹彫刻 | 竹彫刻・細工物愛好会 | 毎月第２土曜日<br>13：00～15：45<br>第４土曜日<br>９：00～11：45 | ・孟宗竹へ彫刻刀で書や絵を表現する。<br>・竹等を素材に人形、昆虫、バランストンボ等の細工物を制作する。 | ７名 | 無 | 無 |
| からくり | からくり研究会 | 毎月第４土曜日<br>13：00～15：45 | からくりの仕組みを理解し、からくり玩具、金子式からくりの製作。江戸からくり人形の研究・理解と復元を目指す。※金子式からくり：鴨川市在住で、長年からくり玩具を製作している。 | ７名 | 無 | 無 |

## 江見公民館　　TEL：04-7096-1111

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 詩吟 | 江見詩吟クラブ | 毎週土曜日<br>19：30～20：45 | 会員は少なくなっていますが、研究心は旺盛で１年に１回ではあるが、山口県より宗家、宗嗣が館山までおいでになり指導して頂きます。その指導によりさらなる努力がはじまります。 | ５名 | 無 | 月額<br>3,000円 |
| ３Ｂ体操 | ３Ｂ江見 | 毎月第１・２・３金曜日<br>13：30～15：00 | ボール、ベル、ベルター（頭文字Ｂ）を使って「健康で美しく老いる」を目標に、誰でも気楽に簡単に楽しめる体操です。無料体験いつでも大歓迎いたします。 | ６名 | 無 | 無 |
| 手話 | 江見手話サークル | 毎月第１・４水曜日<br>19：00～20：45 | 聴覚障害者との会話は手話です。楽しく和気あいあいの教室です。見学に来てください。 | ９名 | 無 | 年会費<br>1,500円 |

# 太海公民館　　TEL：04-7092-0669

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| マンドリン | 鴨川マンドリンクラブ | 毎月第１・３水曜日<br>第４・５土曜日<br>19：00～20：45<br>第２日曜日<br>13：00～15：45 | 1980年に創設されたギター、マンドリン等の演奏を楽しむクラブです。現在、市民音楽祭、公民館まつりの他、年間１回の演奏会を開催しています。初心者でも歓迎です。一緒に合奏を楽しみましょう。 | 17名 | 無 | 年間２回<br>6,000円 |
| 尺八 | 徒然 | 毎週水曜日<br>９：00～11：45 | 尺八は、めっきり日本人の生活から遠のいてしまいました。しかし、一本の竹筒からくり出される繊細な音色は、月・風・虫・水等四季折々の情景や、心の情感を見事に映しだす極めて日本的楽器です。“一音”で日本人に立ち戻れる魅力があり、練習を重ねています。絶やすには忍びない尺八！一緒に挑戦しませんか？ | ５名 | 無 | お問い合わせ願います |
| リズム体操 | リズム体操クラブ | 毎週火曜日<br>10：00～11：45 | 健康体力づくり、仲間作りを重点に講師の指導のもと、有酸素運動・ダンベル・ストレッチ・筋トレ・床運動等、無理なく音楽のリズムに合わせて、楽しい仲間づくりをしながら続けられます。体を動かし、スリム体型を目指しています。無料体験は、いつでも大歓迎です。 | 21名 | 女性限定 | 月額<br>500円 |
| ３Ｂ体操 | ３Ｂはなみずき | 毎月第２・３・４<br>土曜日<br>13：30～15：00 | ボール、ベル、ベルター（頭文字Ｂ）を使って、「健康で美しく老いる」を目標に、誰でも簡単に楽しめる体操です。音楽に合わせてリズミカルに体を動かしてみましょう！無料体験いつでも歓迎いたします。 | 10名 | 無 | １回ごと<br>500円 |
| パソコン | パソコンサークルアリーナ | 毎月<br>第２・４金曜日<br>10：30～15：45 | パソコンを始めてみたい方、初心者の方、どなたでも参加できます。体験のご希望も承ります。お気軽にご相談くださいませ。 | ６名 | 無 | 無 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 絵画 | 太海絵画クラブ | 毎月第１・３水曜日<br>13：00～15：00 | 太海絵画クラブは、油・水彩・アクリル等、バラエティに富んだメンバーです。先生の指導もほめ上手で楽しく、また上達が早いです。興味ある方は、一度、見学に来てください。 | ８名 | 無 | 半期<br>8,000円 |
| 俳句 | 花句会 | 毎月第３金曜日<br>13：00～15：00 | 俳句を通して和気あいあいの愉快な仲間です。皆様の入会いつでもお待ちしています。初心者の方も、ぜひご参加ください。 | 20名 | 無 | １回ごと<br>1,000円 |

## 曽呂公民館　　TEL：04-7092-9449

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 囲碁 | 鴨川囲碁愛好会 | 毎月第１・３木曜日<br>13：00～15：45 | 現在、会員28名で活動中。年６回囲碁大会を行っています。入会は随時です。皆で囲碁を楽しみましょう。 | 28名 | 無 | 年会費<br>4,000円 |

## 田原公民館　　TEL：04-7093-2857

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 将棋 | 鴨川将棋愛好会 | 毎週火・木曜日<br>13：00～15：30 | 将棋をして、楽しい１日を。ボケ防止にいいですよ。皆さん来てください。 | 13名 | 無 | 無 |
| 太極拳 | 太極道交会　鴨川支部 | 毎月第１・３・５木曜日<br>９：00～11：45 | 陳式太極拳の第一人者、山口博永先生から気功と太極拳を学びます。気力を養いながら、太極拳での体の動かし方を習得していきます。興味のある方、ぜひ見学においでください。 | ９名 | 無 | 月額<br>2,000円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 押し花 | 押花クラブ | 毎月第３日曜日<br>９：30～12：00<br>13：00～15：00 | お花好きな人なら皆すてきな作品が出来ます。<br>小物（はし袋、マグネット、コースター）等作ります。コロナがおさまったら県外に採集に行きます。（観光がてら）一緒に楽しみましょう。色褪せない額絵も作れます。 | 13名 | 無 | １回ごと<br>500円 |
| 革工芸 | カービングクラブ | 毎月第２・３火曜日<br>13：00～15：30 | レザーにカービングをして、オリジナルのバッグや小物を作っています。作業しながらのおしゃべりも楽しいです。 | 10名 | 無 | １回ごと<br>1,000円<br>(材料費は別料金) |
| 水墨画 | 中国水墨画クラブ | 毎月第３金曜日<br>13：00～15：30 | 中国の水墨画と彩墨画を基本から学び、身近な花や風景を描いてみませんか。講師は、千葉水墨画協会会長　張　暁文先生です。 | ７名 | 無 | 月額<br>3,500円 |
| 着付け | きもの自装サロン | 毎月第２・４日曜日<br>13：00～15：45 | 普段着から第一礼服までの美しい自装をめざす（基本をしっかり学ぶ）。年に一度、着物を着て会食を楽しむ。 | ５名 | 女性<br>限定 | 年会費<br>4,500円 |
| 日本語 | 日本語サークル | 毎週木曜日<br>13：00～15：45 | 鴨川市国際交流協会が運営する外国人のための日本語教室です。日常会話や職場で使える簡単で自然な日本語を日本語で教えます。市内在住外国人と交流しながら、日本語を教えてみませんか？ | ６名 | お問い<br>合わせ<br>願います | 年会費<br>1,000円 |
| 研究会 | 嶺岡牧を知って活用を考える会 | 毎月第３金曜日<br>19：00～20：45 | 日本酪農発祥の地で「人々が元気に！」を牽引した嶺岡牧とは何か。嶺岡牧文化資源を活かして地域を元気にするにはどうしたらよいか。<br>①嶺岡牧サロン②嶺岡牧セミナー③嶺岡牧エクスカーションで迫ります。 | 31名 | 無 | 年会費<br>3,000円 |

# 西条公民館　　TEL：04-7093-0733

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 尺八 | 尺八クラブ | 毎週水曜日<br>13：30～15：30 | 日本古来の楽器に触れてみませんか。箏（コト・ソウ）との合奏もあります。民謡、歌謡曲、童謡も楽しめます。 | ５名 | 無 | 年会費<br>6,000円 |
| ハーブ | ハーブクラブ | 毎月第４火曜日<br>13：30～15：00 | 日本古来のハーブを含めてハーブを生活の中に活用して生かしていきます。料理やお茶などの料理方法や季節ごとに飾ることのできるクラフト作りなどをします。ハーブの苗もお分けしています。 | ８名 | 無 | 無 |
| 着付け | 着つけクラブ | 毎月第４金曜日<br>13：30～15：30 | タンスに眠っている着物を出して着てみませんか。一緒に楽しみましょう。 | 17名 | 女性<br>限定 | 年会費<br>6,000円 |
| 竹細工 | 竹わら細工クラブ | 毎月第２・４水曜日<br>９：30～15：00 | 見学自由です。 | 15名 | 無 | 月額<br>500円 |
| ドライフラワー | 自然色ドライフラワークラブ | 毎月第３火曜日<br>13：00～15：30<br>（８月休み） | 生花をそのままドライフラワーにして、ガラスの器にアレンジメントしながら入れ密閉します。花の色のまま長い間保てます。 | 10名 | 無 | 無 |
| フラワーアレンジメント | アスカ四季花 | 毎月第３水曜日<br>９：00～15：30 | 生花、アートフラワー、プリザーブドフラワー、ドライフラワーの中より月々テーマを決めて、お好きなものを選んでアレンジするサークルです。手ぶらで来て、花材費のみでお楽しみいただけるサークルです。 | 17名 | 無 | 花代<br>1,500円～<br>3,500円<br>くらい |
| サロン | 多世代サロンお茶の間 | 毎月第３火曜日<br>10：00～11：45 | 特にプログラムもなく、誰もが気軽に寄ってもらえるゆる～い感じの地域の居場所です。 | ６名 | 無 | 無 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 研究会 | 戦争を語り伝える会in鴨川 | 毎月第１火曜日<br>13：00～15：30 | 2015年より毎月１回、１人の方に戦争体験を語っていただき「鴨川の戦争と暮らし50人の証言」という本にまとめました。今後は、偶数月第１火曜午後に語る会。また、小中学生に体験の出前授業をやって行きたいと思います。 | 20人 | 無 | 年会費<br>1,000円 |
| エアロビクス | レッドローズ | 毎週水曜日<br>19：00～20：45 | 生活習慣病の予防のため、元気に楽しく、美しくをモットーに体力作りをしています。リズムに合わせてみんなで一緒に良い汗を流しましょう。 | 13名 | 無 | 月額<br>2,500円 |
| 愛好会 | 鴨川錦鯉愛好会 | 毎月第１日曜日<br>19：00～20：45 | 各会員のお池拝見。春、秋の県の品評会の出品。業者の売出し等に皆で行きます。 | ６名 | 無 | 月額<br>1,000円 |

# 東条公民館　　TEL：04-7092-3123

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 合唱 | すばる東条 | 毎月第２・４金曜日<br>19：00～20：45<br>（８月・12月・１月休み） | 和気あいあいと笑顔で歌っています。初心者も大歓迎です。（９月から11月は毎週金曜日） | 11名 | 18歳<br>以上 | 年会費<br>2,000円 |
| 俳句 | 東条俳句クラブ | 毎月第２土曜日<br>13：00～15：00<br>(12月休み) | 十人十色のメイクドラマ。十七音の限られた範囲内で、いかに季節の情景を詠めるか。皆さんも楽しみませんか。 | ５名 | 無 | 無 |
| 囲碁 | 鴨川囲碁愛好会 | 毎週　日曜日<br>毎月第１・３火曜日、第２木曜日<br>13：00～15：45 | 現在、会員28名で活動中。年６回の大会を行っています。入会は随時です。みんなで囲碁を楽しみましょう。 | 28名 | 無 | 年会費<br>4,000円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| フラダンス | 東条イリマ | 毎月第２・４金曜日<br>13：30～15：30 | フラダンスは全身運動・脳のトレーニングに最適です。楽しい仲間と一緒に踊りませんか。 | ７名 | 女性限定 | 月額<br>1,000円 |
| 着物リメイク | リメークサークル | 毎月第１火曜日<br>９：00～12：00 | 古布を利用して袋物や洋服、帽子などの小物類などを作成し便利な物や価値のある物に再成する。染色もしています。 | ６名 | 女性限定 | 年会費<br>1,000円 |
| 篆刻 | 篆刻クラブ | 毎月第４木曜日<br>13：00～15：30 | 篆刻は石に文字を彫る。石を刀（印刀）でバリバリと小さい印から絵手紙、葉書、書道等の落款を作ります。朱白のバランスの妙なる楽しみ。 | ８名 | 無 | 入会時<br>3,000円 |
| ３Ｂ体操 | ３Ｂサークル東条 | 毎月第２・４水曜日<br>10：00～11：45 | ３Ｂ用具（ボール・ベル・ベルター）を使って楽しく体を動かしています。一緒に健康づくりをしましょう。 | ５名 | 無 | 月額<br>1,500円 |
| | ３Ｂ体操ガールズ＆ボーイズ | 毎月第１・２・３火曜日<br>19：00～20：45 | 年齢・性別に関係なく、どなたでも楽しめる３Ｂ体操です。日頃の運動不足解消に。体験・見学いつでもどうぞ！！ | ５名 | 無 | 月額<br>2,500円 |
| | スマイル・キッズ | 毎月第１・３金曜日<br>15：00～17：00<br>（８月休み） | 毎月親子で楽しく体を動かしています。<br>見学・体験いつでもどうぞ！！ | ７名 | 無 | １回ごと<br>500円 |
| 料理 | なかよしクッキング | 毎月第３火曜日<br>９：00～15：30<br>（８月休み） | 菓子作り大好きな人達が集まって、毎月１回パンやケーキを作っています。月ごとに内容を変えて出来上がりを楽しんでいます。 | 12名 | 無 | １回ごと<br>1,500円 |
| | 男性料理クラブ | 毎月第３金曜日<br>９：00～13：00 | 日常家庭で食べている普通の食事のレシピをもとに指導者の指導を受け、全員で調理して会食をしております。 | 11名 | 男性限定 | 年会費<br>5,000円位 |
| 学習支援 | 寺子屋東条 | 毎週日曜日<br>９：00～11：00<br>（８月休み） | 寺子屋東条では、毎日曜日に小学生が伸び伸びと、そして、真剣に学習に取り組んでいます。学習の習慣ができた子は目に見えるように成長します。そうです、子ども達には無限の可能性が秘められているのです。 | 10名 | 12歳以下 | 月額<br>1,000円 |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 水彩画 | 東条水彩画サークル | 毎月第４日曜日<br>９：30～12：00 | 芝田講師指導のもと、水彩画のさまざまな技法を学びます。興味のある方、ぜひ見学にいらしてください。絵を描くことの楽しさを一緒に発見してみませんか。 | 11名 | 無 | １回ごと<br>1,000円 |
| サロン | もみじ会 | 毎月第２・４火曜日<br>９：30～11：45<br>13：00～15：30 | 楽しい会話と歌とストレッチ運動。 | 10名 | 無 | 無 |
| 子育て | 子育てひろば「ほっと」 | 毎月第１水曜日<br>９：00～11：45<br>13：00～15：30<br>（８月・１月休み） | 未就学児の親子や妊婦さんが自由に遊びながら「ほっと」過ごせる「ひろば」を開いています。情報交換や出会いの場にもなっていますので遊びに来てくださいね。見守りなど一緒に活動してくださるスタッフも募集中です。 | 20名 | 無 | 無 |
| 蘭の育成 | 南房愛蘭努クラブ | 毎月第３土曜日<br>18：00～21：00<br>（４月・８月休み） | 洋らんの栽培に興味がある方、洋らんがお好きな方、私達と一緒に楽しみませんか。お気軽にご入会ください。 | 24名 | 無 | 年会費<br>3,600円 |

# 天津小湊公民館　　TEL：04-7094-2230

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ピラティス | ピラティスサークル | 毎月第１・３木曜日<br>13：30～15：00 | 入会等の条件はありませんが、10名程度の人数で運営したいので、３～４名の人数枠があります。気軽に見学に来てください。 | ８名 | 無 | 月額<br>1,500円 |
| ストレッチ | ストレッチサークル | 毎月第４土曜日<br>13：30～15：00 | 寝て行うストレッチです。膝や腰に負担がかかりません。ストレッチをすることで筋肉がやわらかくなり身体が元気になります。 | 10名 | 女性<br>限定 | 月額<br>500円 |
| 毛糸刺繍絵画 | 絵画毛糸刺繍サークル | 毎月第２・４金曜日<br>19：00～20：45 | 毛糸刺しゅうは、花や風景、人物などを毛糸で刺して創ります。毛糸は暖かさや量感もあって、あなたの手で素晴らしい作品が出来上がります。会員募集しています。 | ６名 | 無 | お問い<br>合わせ<br>願います |

| | 団体名 | 活動時間 | ちょこっと紹介 | 会員数 | 入会条件 | 会費 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| フラダンス | 天津フラサークル | 毎月第２・４火曜日<br>13：30～15：00 | ハワイの音楽に合わせて、曲の意味を手や表情で表現していきます。楽しくフラを踊りましょう。年齢問わず参加できます。 | ６名 | 無 | 1回ごと<br>1,000円 |
| | ママ＆キッズフラ　ミノアカ | 毎月第２・４土曜日<br>14：00～15：30 | 親子フラダンス教室です。毎月２回のレッスンはとても楽しく踊っています。ハワイを感じながら一緒に踊りませんか？親子じゃなくても入会可能です。お子さんの場合は付き添いを。体験レッスンあり。 | ７名 | 女性限定<br>50歳以下 | 親子で<br>１回ごと<br>500円 |
| 編物 | 手編みサークル | 毎月第３水曜日<br>13：30～15：30 | 手編み教室の指導者はいませんが、皆で楽しく教え合いながら作品を作りあげています。興味のある方は、気軽に参加してください。 | ５名 | 無 | 無 |
| 水彩画 | 水彩画サークル | 毎月第３火曜日<br>13：30～15：30 | 私たちは絵を描くことをこよなく愛し、絵画を通じて親睦を図ることを目的とした集まりです。多摩美術大学日本画専攻を卒業された坂本先生のご指導のもと、デッサンやスケッチに出かけたり様々な活動を発展しています。 | 11名 | 無 | お問い<br>合わせ<br>願います |
| 英会話 | 天津英会話サークル | 毎月第１・３木曜日<br>19：00～20：45 | 外国人の講師と共に、会員が交流しながら、楽しく英会話を学んでいます。老若男女どなたでも、初心者の方も気がねなく入会をお待ちしております。 | ９名 | 無 | 年会費<br>4,000円<br>程度 |