

今年の春は、  
何か新しいことを  
始めてみませんか

# サークル会員募集中!

市では、英会話やパークゴルフなどのさまざまなサークルが活動し、仲間を募集中です。  
興味があるサークルを見つけて、気軽に参加してみませんか。



## スポーツ・運動

日常になじみのあるスポーツや健康体操に加えて、今までやったことのないスポーツまで、幅広いサークルがそろっています。初めて挑戦するものでも、楽しみながら体を動かせます。



### チームT・S (テニスサークル)

初級(ラケットにボールを当てられる)~中級(相手に合わせてプレイできる)レベルで、男女問わず募集しています。

- 活動日時 毎週日曜日: 午後7時~9時
- 活動場所 スポーツセンター
- 連絡先 渡辺 080-7459-4509

### 戸田市生涯野球 (戸田クラシックアローズ)

充実人生。昭和39年4月1日以前に生まれた人、好きな野球をもう一度。70代、80代の人も楽しく汗を流しています。昨年秋、埼玉県大会で準優勝しました。

- 活動日時 土曜日: 午後1時~4時
- 活動場所 笹目公園野球場
- 連絡先 山崎 048-442-4637

### ママさんバレーボール・ぼてと (戸田市バレーボール協会加盟)

幅広い年齢層で元気に活動中。年に数回、戸田市の大会に出場します。未婚・既婚は問いません。経験者の方お待ちしています。

- 活動日時 火曜日: 午後7時~9時  
土曜日: 午後3時~6時
- 活動場所 戸田第一小学校 体育館
- 連絡先 澤田 sawanana1107@gmail.com

### 笹目空手スポーツ少年団

空手の「型」を基本とした練習です。今回の募集人数は10人程度。空手(武道)を楽しみ、心と身体を鍛えます。「呼吸同時」の思いを大切に取り組んでいます。

- 活動日時 水曜日: 午後6時~7時30分  
金曜日: 午後6時~7時
- ※祝日は休み。夏休み、冬休みあり
- 活動場所 笹目東小学校 体育館
- 連絡先 河合 090-6511-4072

### 健康体操 自彊術

独自の呼吸法を取り入れた31の動作により全身を動かし、心と身体の調和を図ります。自然治癒力を高め、血管を若々しく保つことで動脈硬化の予防と改善に効果がある、若返りの体操です。

- 活動日時 毎週木曜日: 午前9時~10時30分  
毎週金曜日: 午前10時~11時30分
- 活動場所 新首福祉センター
- 連絡先 青嶋 090-6517-7133

### 中町ソフトボール愛好会 (男子チーム・女子チーム)

コロナ禍で体がなまっていますか? ソフトボールで軽く汗を流しましょう。戸田市の大会で優勝を目指しこつこつと練習しています。男女や経験などは問いません。まずはご連絡ください。

- 活動日時 日曜日・祝日: 午前8時~10時
- 活動場所 戸田東小学校 校庭
- 連絡先 本田 midtown.softball.team@gmail.com

### 戸田市パークゴルフ協会

荒川上部公園内に開設された、クラブ・ボールが貸与されるパークゴルフ場で、現在年間2万人以上の方が楽しんでいます。あなたも協会会員に仲間入りし青空のもと健康づくりをしませんか?

- 活動日時 年4回程度の定期大会、年3回程度の講習会
- 活動場所 荒川上部公園
- 連絡先 中島 048-421-5031

### 自彊術 芦原同好会

日本で最初につくられたと言われている自彊術体操。何歳でも正座ができなくても、立ったままでも椅子に座っても体操することができます。無理せず自分の体調に合わせてやっていきましょう。

- 活動日時 毎週火曜日: 午前9時30分~11時
- 活動場所 芦原小学校 生涯学習施設 集会室
- 連絡先 丸山 090-4531-4310

### 自彊術 新首木曜教室

仕事の疲れやストレスが溜まるように溜まっていますか。1週間に1度、自彊術体操で元気になりましょう。知らぬうちに心も身体も整っていき、帰る頃には笑顔になっていることでしょう。

- 活動日時 毎週木曜日: 午後7時~8時30分
- 活動場所 新首福祉センター1階 いこいの室
- 連絡先 丸山 090-4531-4310

### ゆるりヨーガ

コンパルで14年前にできました。広い和室を使ってとても気持ちよく活動しています。インドで生まれ、5000年の歴史を持つヨーガで心と身体を蘇らせてみませんか。

- 活動日時 月4回 水曜日
- 活動場所 笹目コミュニティセンター(コンパル)和室
- 連絡先 迎 090-5753-3787

### 美笹フォークダンス

健康のためはもちろん、会員仲間との笑顔のコミュニケーションが楽しみ。50~80代が踊っています。優しい先生が世界の民謡を丁寧に指導してくれます。随時入会歓迎!(会費500円/月)

- 活動日時 第1・3月曜日: 午前9時30分~11時30分
- 活動場所 笹目コミュニティセンター(コンパル)
- 連絡先 加藤 048-421-6862

### ダンスサークル ピュア

元JBDFプロ女性講師が指導しています。コロナ禍でも継続して活動している数少ない社交ダンスサークルです。初心者(特に女性)歓迎です。マスクと手袋着用で活動中。

- 活動日時 土曜日: 午後7時~9時
- 活動場所 笹目コミュニティセンター(コンパル)
- 連絡先 大塚 090-6177-2504

### 美・one

ワンバンボール(戸田市版の「さいかつぼーる」)と一緒にやりませんか? 18歳以上で月2回ぐらい参加できる方(体験のみもOK)を募集中です。メンバーは20代前半から60代前半まで、幅広く参加。運動ができる格好で室内履きをお持ちください。飛び入り参加もOKです。

- 活動日時 毎週水曜日: 午後7時~9時
- 活動場所 美谷本小学校
- 連絡先 土田 090-1856-2049

### バレエサークルナーティ

ママたちの運営するサークルで、ノグチ先生を中心にレッスンしているモダンバレエ教室です。元気にリズムカルに音楽に乗る楽しさを教えてくれます。



- 活動日時 毎週木曜日: 午後5時~7時
- 活動場所 上戸田地域交流センター(あいパル)
- 連絡先 ノグチ 090-3451-1064

### インド舞踊の会

神秘的の踊り・南インドの古典舞踊と一緒に踊りましょう。大地を裸足で踏むステップは、健康増進に効果抜群です。サリーを着てみたい方もぜひ! 着方から丁寧に指導します。

- 活動日時 毎週土曜日(場合により日曜日)  
午前10時~午後2時
- 活動場所 笹目コミュニティセンター(コンパル)
- 連絡先 桑原 090-8689-8321



# 文化

一人心静かに向き合える活動や英会話、和気あいあいと取り組めるサークルまで。同じ志を持った人たちとも、交流が深まります。



## 筆文字アート己書を楽しむ会

筆ペンを使ってぐるぐると、誰でもコツを掴めばすぐに味のある文字が描けるようになります。書き足しもOK。上手い下手ありません。字が苦手という方にもおすすめです!!

**活動日時** 平日、土・日曜日：午前・午後  
**活動場所** 東部福祉センター、新曾福祉センター、西部福祉センター、心身障害者福祉センター  
**連絡先** 藤原 090-9848-0918 hitomisuzurara@gmail.com

## 手形アートペタペタ

かわいい赤ちゃんの手形を押してかわいくアレンジして思い出をカタチに残します。毎月季節のテーマに合わせて作品をつくります。赤ちゃんの今を残しませんか。

**活動日時** 木曜日：午後など  
**活動場所** 東部福祉センター、心身障害者福祉センターなど  
**連絡先** 藤原 090-9848-0918

## TODA子どもパラダイス!

戸田市内で子育て支援をしている現役の子育て中の団体です。季節の唱歌や子ども向けの手遊び・歌・ダンスを行い、1人で育児の悩みを抱えることなく笑顔の絶えない子育てを応援しています。戸田市内のイベントにも出ています。

**活動日時** 第1金曜日：午前10時30分～正午  
**活動場所** 児童センタープリムローズ  
**連絡先** 森永 090-4560-3343 tokotoko.paradise@gmail.com

## おはなしれすとらん

この会は読み聞かせを主として絵本、紙芝居、わらべ唄、昔話などの語りを依頼に合わせ、幼児から大人まで幅広くお届けするボランティアです。男性の参加OKです。

**活動日時** 随時  
**活動場所** 図書館、笹目コミュニティセンター(コンバル)、児童センターこどもの国、地域福祉センター、小・中学校など  
**連絡先** 小林 080-5382-1561

## 戸田天文同好会

1978年創立、現在の会員は約30人(20～80代)です。楽しく一緒に星空を観ませんか。

**活動日時** 月1回の月例会と遠征観測会、天体写真展(年1回)、天体観望会(年6回ほど)、研修会(年2回)、不定期で講演会、会報の発行  
**活動場所** 上戸田地域交流センター(あいバル)、児童センターこどもの国  
**連絡先** 戸田天文同好会 toda.astro.club@gmail.com

## ウォーカーズ(英会話サークル)

カナダ人の男性講師と女性会員3人で和気あいあいな雰囲気のもと、日常会話を中心に活動しています。初心者大歓迎です。

**活動日時** 第1～3金曜日：午前10時～11時  
**活動場所** 東部福祉センター  
**連絡先** 飯川 090-2762-2759

## 道の会(お茶)

私たちは、おいしいお茶、お菓子をいただきながら、楽しく稽古に励んでいます。ぜひ仲間になってください。お待ちしております。

**活動日時** 月2回 土・日曜日：午前9時～  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 石井 048-421-4271

## ガールスカウト埼玉県第18団

小学1年生～高校生の女子を年齢3歳ごとに部門分けて活動しています。一緒に活動して、自ら考え行動する力やリーダーシップ能力などを身に付けませんか。

**活動日時** 月2回程度 日曜日  
**活動場所** 下戸田公民館、上戸田地域交流センター(あいバル)  
**連絡先** 関 090-7405-3066

## コンバル水彩画サークル

現在7人で活動しています。主に部屋で描いており、モチーフとして花を主に使っています。水彩に興味のある方、ぜひお越しください。

**活動日時** 第1・3土曜日：午後1時～4時  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 栗原 048-421-6151

## レアラフラサークル

癒しのハワイアンソングを聞きながら、優しく丁寧に教えてくれる先生や楽しい仲間とフラダンスをしてみませんか! 見学・体験気軽にどうぞ。

**活動日時** 第1・3水曜日：午前10時～正午、第2・4水曜日：午後1時～3時  
**活動場所** 新曾南多世代交流館(さくらバル)  
**連絡先** 宮崎 048-432-6031 my03020318@gmail.co.jp

## 絵手紙サークル宏萌会

筆、ペンにて季節のいちごやリンゴ、ピーマンをモチーフにゆっくりと絵を描き、お便りやハガキを作成しています。

**活動日時** 第2木曜日：午後1時～5時  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 渋谷 048-444-4474

## 絵画サークル虹彩会

絵が好きの方、絵を学びたい方、油彩、水彩、その他画材は問いません。講師は日展、示現会、県展で活躍の優しい女性です。お気軽にどうぞ!

**活動日時** 第1・3金曜日：午後2時～4時  
**活動場所** 新曾南多世代交流館(さくらバル) 2階 会議室  
**連絡先** 岩崎 090-4622-5693 048-432-9855

## 読書会ゴディバ

読書は苦手、月に1冊も読まないほだけれど、何か4月から新しいことを始めたいあなた。好きな本を1冊持って読書会に参加しませんか?

**活動日時** 第3火曜日：午後7時～9時  
**活動場所** 新曾公民館  
**連絡先** 鷲谷 090-3909-1783

## 戸田歴史ガイドの会

戸田の歴史を通して世代を超えた仲間をつくるとともに、市内外の方々に戸田市の名所・史跡・文化財などの案内をしています。令和3年にシラコバト賞を受けました。

**活動日時** 月1回2時間および不定期で市内ガイド  
**活動場所** 新曾公民館など  
**連絡先** 山中 048-443-2687

## むかし話の会

神話や昔話を聞く喜びと、語る楽しさを通して、世代を超えた人々の交流や会員の親睦を図ることを目指しています。令和4年にシラコバト賞を受けました。

**活動日時** 第3水曜日：午後1時30分～2時間程度  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 渡辺 048-437-9754

## English Afternoon Tea

オーストラリアの先生のもと、会員は「Speak Up, Listen Carefully」をモットーにactiveなレッスンに励んでいます。見学大歓迎です。

**活動日時** 月3回 木曜日：午後3時～4時30分  
**活動場所** 新曾南多世代交流館(さくらバル)  
**連絡先** カネザキ 090-2322-4987 merryak1128@gmail.com

## ペンシルランド

対象は年少以上。整った文字を書くための基礎基本を身に付け、正しく読みやすい文字が書けるように、楽しく仲間と練習しています。

**活動日時** 毎週土曜日：午前  
**活動場所** 東部福祉センター  
**連絡先** 横山 080-1174-8142

# 音楽

触ったことのない珍しい楽器を奏でるサークルや、みんなで合唱できるサークルまで。音楽やリズムに合わせて、楽しく活動できるさまざまなサークルが皆さんを待っています。



## 宝珠コーラス

60歳以上の混声合唱サークル。未経験者大歓迎。早苗先生の指導の下、団員は27人(男4人)です。第2の人生をコーラスとその仲間と彩りませんか。特に男性の応募をお待ちしています。

**活動日時** 毎週木曜日：午前9時30分～午後0時30分  
**活動場所** 東部福祉センター  
**連絡先** 八代 090-7941-5651

## カイルアルナ(ウクレレサークル)

ウクレレでメロディーなどを弾いて楽しませんか? 明るくて個性豊かな仲間が待っています。老若男女初心者大募集中!!

**活動日時** 第1・3水曜日など  
**活動場所** 東部福祉センターなど  
**連絡先** カセダ 070-1513-1110

## アプリーレ

イタリア歌曲や合唱曲など、さまざまな曲と一緒に歌いませんか? 見学大歓迎!!

**活動日時** 月3回 火曜日：午前10時～正午  
**活動場所** 新曾福祉センター、東部福祉センター、上戸田地域交流センター(あいバル)の各音楽室  
**連絡先** 松本 090-9853-3083

## リトルスターズ(ハンドベルサークル)

楽譜を使わないので音符が分からなくても大丈夫です! 簡単に演奏できますよ! 市内のお祭りやイベントに参加する予定です。皆でハンドベルアンサンブルを楽しみましょう!

**活動日時** 土曜日：午後1時30分～2時30分  
**活動場所** 新曾南多世代交流館(さくらバル)、上戸田地域交流センター(あいバル)  
**連絡先** おのづか 048-432-0242 kayo@ace.ocn.ne.jp

## あなたも童謡歌おう会

誰でも知っている懐かしい歌、童謡や唱歌。心に響く名曲を無理なく子どもから大人まで、誰でも自由に参加できます。講師のピアノ伴奏と歌声も楽しみのひとつ! 私たちと一緒に歌いましょう。

**活動日時** 月2回(第2木曜日・第4月曜日) 午前10時30分～正午  
**活動場所** 上戸田地域交流センター(あいバル)3階 ホール  
**連絡先** いとう 048-445-1967

## ピアノサークル メヌエット

60歳で初めてピアノの前に座り、ドレミや指の動かし方を学びました。いろいろな歌を選び、合奏する喜びもあります。先生の伴奏のおかげで、曲らしく弾けて、頭の活性化になっています。

**活動日時** 第1・3金曜日：午前10時～正午  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 小野 090-9823-1828

## ラベンダー

私たちカラオケサークル「ラベンダー」は歌の好きな方たちが集まり、高齢の方でも楽しく歌えますよ。優しくて、とても熱心な先生(男性)の指導で和気あいあいとレッスンしています。お気軽に見学に来てはいかがでしょう。お待ちしております!

**活動日時** 毎週月曜日4回+不定期2回：午前9時～正午  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 石田 080-3422-4664

## TODA混声合唱団

あいバル音楽祭、戸田音楽祭に向けて、ミュージカル、歌謡曲、唱歌など2部合唱をメインに楽しく活動しています。初心者も大歓迎! 見学、体験もお気軽にお問い合わせください!

**活動日時** 月2回 土曜日：午後6時～8時  
**活動場所** 東部福祉センター 音楽室  
**連絡先** 大西 048-475-9808

## ピアノサークル エンゼル

10台のキーボードで合奏の楽しさを! その後ピアノで弾きたい曲の個人ワンポイントレッスン。最高齢は80代の方も。仲良く楽しいひと時を過ごしています。

**活動日時** 月2回  
木曜日：午前10時～午後0時30分  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル) 3階 音楽室  
**連絡先** 江口 048-421-6159

## 戸田ハーモニイズ

もう一度、小・中学校時代を思い出す機会はいかがですか。ハーモニカは手軽に持って、いつでもどこでも演奏を楽しめる楽器です。現在10人ですが増員し、市内の施設に活気を届けよう!

**活動日時** 第1・3火曜日：午前10時～正午  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル) 音楽室  
**連絡先** 平野 090-3810-4849

## African Drum Team (アフリカドラムチーム)

西アフリカの太鼓「ジャンベ」を一緒に叩いてみませんか? ジャンベ好きなメンバーがゆるゆると楽しく集まっています。初心者大歓迎!! 興味のある方、ぜひお問い合わせください。

**活動日時** 月1回 日曜日  
**活動場所** 上戸田地域交流センター(あいバル)  
**連絡先** 伊川 080-2012-6587

## 竹志乃会

私たちのサークルは結成50年の民謡・津軽三味線・和太鼓の会です。私たちと一緒に秋田県角館市無形文化財「飾山囃子」民俗芸能を学んで、お祭りなどで披露してみませんか(小学生～30歳くらいまで)。

**活動日時** 月2回 土曜日：午前10時～11時30分  
**活動場所** 笹目コミュニティセンター(コンバル)  
**連絡先** 山下 090-4379-0539

## 戸田ルネッサ吹奏楽団

私たちは皆さんと一緒に音楽を楽しむことを大切に、地域をつなぐハーモニーを目指し活動しています。年齢層も幅広く、和気あいあいアットホームなバンドです。団員大募集中です!

**活動日時** 毎週日曜日：午後4時～7時  
**活動場所** 上戸田地域交流センター(あいバル)、新曾南多世代交流館(さくらバル)  
**連絡先** 戸田ルネッサ吹奏楽団 trsb@outlook.jp

