

令和7(2025)年度 中央公民館グループ(サークル)一覧

中央公民館では、いろいろな市民の自主学習グループ(サークル)が活動しています。
健康づくり、生きがいにぜひご参加ください♪

		グループ名	ひとことPR	週・曜日	時間帯
1	囲碁	囲碁同好会	楽しみながら、囲碁の研鑽に励み、更なる上達を目指しています。	毎火	夜間
2		囲碁みどり会	囲碁を通して会員相互の親睦を図り、ボランティア活動をしています。	毎水・金	午後
3	音楽	伊丹二胡同好会	中国楽器の「二胡」で、色々なジャンルの曲を練習しています。	毎火・水	午後
4		伊丹「響」たいこ同好会	太鼓を通じて親睦を深めながら日本の文化に触れる。声を出し、全身を動かし汗をかいて参加することで、健康ですごしたいと願っています。	第1日 第3土	午前
5		ウクレレ同好会ハニーフレンズ	中高年中心のウクレレサークルです。楽しく弾いて楽しく歌うというコンセプトは結成した10年前のままで頑張っています。	第1・3木	午後
6		歌の集い ひまわり会	音楽療法士の指導のもと、健康の維持、老化防止を図りながら、懐かしい日本の心の歌、童謡・唱歌・ナツメ等を楽しく合唱しています。	第2・4木	午後
7		沖縄三線 島風	沖縄民謡を中心に、ボランティア、イベントなどに参加してみませんか。(千僧公民館)	第1木 第3土	午前 午後
8		ギターサークル# & ♭	演奏経験のある方や、これから始めたいと思っておられる方も、お気軽に参加出来、楽しめるグループにしたいと思っています。	第2・4金	午後
9		ハーモニーいたみ (コーラス)	合唱組曲、唱歌ほか多様なジャンルの曲に取り組み、女声合唱の美しいハーモニーを追求しています。	毎木	午前
10		柳水会	ボランティア活動を目的に集って練習しています。三味線で生の音色をお届けします。	第1・3火	午後
11		スワン愛唱会	すばらしい先生の元、色々なジャンルの歌を歌っています。私も「はもりたい」と思う方は、今、大募集しています。	第2・4火	午前
12		なないろ音楽同好会	主にしない在住の演奏グループの集まりで、コンサートの都度集まって演奏を楽しんでいます。ポップス・ロック・歌謡曲様々な分野が対象です。(アイ愛センター)	不定期	
13	絵画・書道	伊丹現代美術会BUT	自由な発想と創造で表現する現代アート研修をし、展示会で発表しています。(南C)	第1土	午前
14		塩絵サークル	色のエネルギーと塩の浄化力でぬり絵をする要領で、明るい色で描いています。	不定期	
15		水彩画同好会「稲の子」	和気あいあいと皆で楽しく絵を描き、年1回のグループ展をやっています。	木	午前
16		エクセルアート同好会	パソコン(EXCEL)を用いて題材のイラスト化に際しての表現方法や技法を学んでいます。	第2金	午前
17	・コミュニケーション・カウンセリング	AA伊丹昆陽池	アルコール健康障害からの回復を目的としたミーティングや活動を行っています。	毎日	午前
18		ハート・コミュニケーション・スペース伊丹	心と心のキャッチボールしませんか。話を聴く勉強をしたい方、聴いてもらいたい方など、どなたでもご参加ください。	第1土	午後
19		ほどほどS	友情・和を大切に、人生の悩みを話し合い、何事もほどほどにをモットーに活動しています。	毎土	午後
20		私★魅がく(研修)	心理学の基礎知識をやさしく学び、おしゃべりをしながら、明るく前向きに過ごすコツを考える、月1回の「心のメンテナンス」です。	第4土	午前



		グループ名	ひとことPR	週・曜日	時間帯
21	カラオケ	カラオケ倶楽部「きずな」	会員相互のふれあい、地域の人との親睦も大切にしながら「もっと楽しく歌おう!」を合言葉に楽しい時間を継続していきます。	第2,4,5日	午後
22		グループひびき	歌謡曲の練習と会員の親睦を目標にしています。	毎火	午後
23		もず輝（カラオケ）	歌謡曲・演歌の新曲を月1曲のペースで譜面に沿って正しく習得し、年1回ステージ発表会を実施し成果を確認しています。(あすなろG)	第1・2・3水	午後
24	劇・パフォー マンス	赤いろうそく	月1回、先生に指導いただき楽しく朗読をしています。年に1回、発表もチャレンジしてます。(ここいろ)	第1水	午後
25		いたみ子ども芸術劇場企画運営委員会	「たくさん子ども達に笑顔を届けたい」との思いで、「おはなしかフェ」やちょっと本気の「お化け屋敷」等のイベントを企画運営しています。	第4土	午前
26		伊丹マジック同好会	持ちネタ、購入したマジックをお互いに披露したり、地域のセンター・会館でボランティア活動として、マジックの演技をしています。	第3土	夜間
27		スマイルセカンドライフの会	老健施設等での演芸(民謡・歌謡・舞踊・ハーモニカ演奏等)により会場の皆様と共に楽しんでいます。	不定期	午前
28		ちょんかけゴマの会	熊本市の無形文化財の「ちょんかけゴマ」を回して楽しむ会です。	第2・4木	午後
29	語学	ふわふわアート・チェリー(バルーン)	バルーンアートを通じて地域との交流を図り、笑顔を届ける楽しいグループです。	第2金	午前
30		中国語交流会	小人数で水準もいろいろ、楽しく学習しています。丁寧先生が指導致します。	毎水	夜間
31		伊丹日本語学習支援教室	外国籍就労者に日本語学習を通して会話力を向上させるグループです。	毎木	夜間
32	子育て	Let's go English	上手、下手は関係なく英語が好きな人が集まって、いろいろな話題を英語、たまに日本語を交えて会話します。	第2・4土	午後
33		おおきな木(不登校の子どもを持つ親の会)	子育ての悩みを一緒に話しましょう。不登校を経験した子どもの保護者がお待ちしています。(いきいきP等)	不定期(日) 第1・3(水) 第4(木) 第3(金)	午後 午後 夜間 夜間
34		子育て応援隊・あぷりこっと	親子でゆっくり過ごせる場を提供しています。	第2・4水	午前
35	古典芸能・舞踊	伊丹三曲協会	箏・三絃・尺八の流派を超えた資格保有者の団体。合同で演奏技術の向上と伝統文化の継承に努め、演奏会も行っています。	不定期	
36		伊丹連合吟詠会	市内詩吟団体6流派の連合体です。詩歌、漢詩の吟詠を通じて、詩吟の研修・普及に努めています。(サンシティH)	不定期	
37		嘉風会	市内詩吟団体6流派の連合体です。詩歌、漢詩の吟詠を通じて、詩吟の研修・普及に努めています。	不定期	
38		専美会（新舞踊）	居場所作りの場として、会員相互で親睦を図り、楽しく新舞踊・歌謡のお稽古をしています。(アイ愛C)	毎木	午後
39		はつはる民謡会	会員の皆さんと親睦を兼ねながら仲良く体を動かし、楽しく日本民謡のおけいこをしています。	月2回木	午前
40	手工芸	ボンブー民謡会	日本伝統文化の民謡や盆踊りを通じて会員相互の親睦を図り、楽しく踊っています。	不定期	
41		はじめてのパッチワーク	自分のお気に入りの布を縫い合わせて、自由に作品を作って楽しんでいます。	第2・4木	午前
42		凜の会（絵手紙）	絵手紙を通して交流を深め楽しく活動しています。(いきいきP)	第1木	午後
43		ループ（染め）	織り、染色、フェルト等、各々作業しています。	不定期	
44		和紙絵「松の実会」	伝統和紙を使用して、手でちぎりながら、人物、風景、動物などの作品を仕上げています。	第3火	午後
45		折紙同好会こころね	少し難しい折り紙を作れた喜びも、教室に出向くことも大切にしています。	水・金	午前午後
46		パッチワークキルト	布が大好きな仲間です。ワイワイおしゃべりをしながら、パッチワークを楽しんでいます。	第1・3 火	午後
47		パッチワーク同好会	好きな布を縫い合わせていろいろ楽しんでいます。	月2回 金	午後

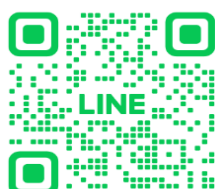
		グループ名	ひとことPR	週・曜日	時間帯
48	食	伊丹いずみ会	自分の健康は自分の手でをモットーにバランスの取れた料理教室を行っています。(健康福祉事務所)	第1水・木 第3火	午前
49	体操・太極拳・スポーツ・ヨガ	伊丹勤労者山岳会	六甲山・中山等近郊の山を中心に活動しています。	土・日	不定
50		伊丹スピリッツ(バドミントン)	小中学生が対象。試合に向けてがんばってます!!	毎水	夜間
51		伊丹スポーツウエルネス吹矢クラブ	スポーツ吹き矢は筒から息を吐いて矢を飛ばして的に当てる競技です。呼吸器を鍛え、脳を活性化する健康スポーツです。誰でも簡単に楽しめます。	第1木 第2・4水	午後
52		伊丹太極拳協会	健康法の一つである太極拳はゆったりとした動きで体をほぐし心身ともにリラックスでき姿勢を美しくします。派遣指導も行います。(市内小学校等)	随時	随時
53		伊丹太極拳公民館グループ	火)老若男女を問わず、どこでも出来る運動、健康体操として最適です。 水)元気に体を動かしてコミュニケーションを大事にしています。	毎火 毎水	午前 午後
54		太極拳らら	太極拳は伸びやかで大きくゆったりした動作が特徴、年齢を問わずどなたでも楽しめます。生涯スポーツとしておすすめです。(サンディーH)	毎週水・土	午前
55		体操同好会ひまわり	楽しく元気に体操しています。	毎火	午前
56		楽しいソフトヨガ	正しい姿勢と呼吸法で「70代80代を元気で生き生き」を目標としてバランスを整えています。初心者の方歓迎!(こらくる)	毎月	午前
57		和みのヨーガサークル	和みのヨーガという和の知恵がいっぱいの優しいヨガをDVDをみながらみんなで楽しくしてます。	毎金	夜間
58		おとなの美姿勢	「背骨を整える」ことで身体のあらゆる不調改善を目指すプログラムです。セルフケアで健康寿命を延ばしましょう。	第2・4木	午前
59	ダンス	アトラス	リズムにのって楽しく体をうごかしましょう。	不定期 金	夜間
60		伊丹フォークダンス協会	世界中の国々のフォークダンスを踊っています。健康にとっても体を動かすことはとても大切です。一緒に踊りませんか。	毎水	午前
61		f&fDANCE	ジャズダンスが主流のやや大人(?)のダンス大好きサークルです。30~70代の仲間が楽しんでます。	隔土	夜間
62		エレガンスダンス同好会	プロ講師のもと、無理のないレッスンで、技術の向上等に励んでいます。レッスン後、インストラクターによる復習もあります。(サンディーH)	土(月3回)	午後
63		さざなみクラブ	プロ講師の元、社交ダンスの技術習得と会員相互の親睦を図る。	月2~3回 (主に木)	午後
64		さつき会(社交ダンス)	ダンス大好きな仲間と楽しく元気に踊ります。	月3回土	午前
65		シャインメイツ	現役A級プロ選手が最新の社交ダンスを教えます。初心者大歓迎。	毎水	夜間
66		ソシアルひとみ	中高年の男女がリズムにのって体を動かす事が健康増進の目的であり、会員の親睦を深め皆が明るいです。 (有岡C)	土(月3回)	午前
67		ハワイアンフラ ピカケ	ゆったりしたハワイの音楽に合わせて心も体も笑顔になりましょう。	第1・3水 第2・4金	夜間 午後
68		ハワイアンフラリノプルメリア (火曜)(水曜) (金曜)(土曜)	「細く・長く・楽しく」をモットーに日々活動しています。ボランティアの出演も多々しています。	不定期火 毎水 第2・4金 毎土	午前 午前・午後 午後 午前・午後
69		美笑生	初心者の方でも気軽に参加できます。社交ダンスの音楽に合わせて楽しく美しい歩き方を目指します。	隔週火 隔週木 隔週日	夜間 午前 午後
70		日美の会 (社交ダンス)	楽しく無理せず社交ダンスを学びます。夢を見つけましょう!	毎金 隔週月	夜間 午後
71		マーガレット	社交ダンスを通し基本の習得、技術の向上を図り、健康増進と会員の親睦を深める。	第4月	午後 ・夜間
72		イングリッシュダンス・フレンドリー	身体と頭を適度に使い音楽に合わせて歩き色々な隊形で踊っています(決められた動き用語があるのでそれに合わせて動きます)。	第3火	午後

		グループ名	ひとことPR	週・曜日	時間帯
73	陶芸	土練りの会（陶芸）	世界でひとつのユニークな陶芸作品を作ることをモットーにする会です。	毎週土	午前
74		陶好会（陶芸）	指導者も無く個人が好きに作陶し楽しんでいます。	隔週日	午前
75		陶友会（陶芸）	陶芸の同好会です。自由に作陶を楽しんでいます。	第1・2・3木	午前・午後
76	文芸	伊丹・古文書を読む会	江戸時代の文書を、メンバーで読み合わせし、輪講しています。	土	午後
77		創作児童文学の会「こてまり」	夢のある楽しいお話を書いて、年1回同人誌を発行しています。	第2・4火	午前
78		伊丹歌人クラブ	月一回会員が短歌を持ち寄り、講師に来て頂き勉強会をし、上達を目指しています。	第2木	午後
79	麻雀	健康麻雀同好会	飲まない吸わない賭けないをモットーに、脳活、会員同士の親睦、技術の向上に励んでいます。	毎水	午後
80		雀健クラブ	高齢者を中心に健康麻雀を楽しみ、会員相互の親睦を図っています。	毎木	午後
81		麻雀「生きがい荘」	賭けない、飲まない、吸わない。頭の老化防止、指と頭の体操に最適です。	隔週日	午後
82		麻雀club	仲間で健康維持と脳の活性化を図っています。	毎土	午前
83	その他	NPO法人 あなたらしくをサポート	すべての人に男女共同参画をわかりやすく伝えることにより、一人ひとりが「自分らしく」生きることができる社会を目指しています。(いきいきP)	不定期 原則2回/月	不定期
84		伊丹市文化財ボランティアの会	市内史跡、文化財のガイドをボランティアでやっています。	毎週火	午前
85		大人の数学	数学の好きな人達が集まり、学校の授業ではない形で皆で楽しく学んでいます。地域でのボランティアもしています。	第3金	夜間
86		グループ モナリザ	スワンホール移転後のコーヒー再開、絵本の定期便も再開です。人と人がつながる今あるこの居場所すてきです。	毎水	午前
87		尚和会	楽しくお抹茶を楽しみませんか	土(不定期)	午前
88		新日本婦人の会 伊丹支部	平和やジェンダー、地球環境・食の問題など女性の関係のあることとおしゃべりしながら学習しています。他に趣味のサークルもしています。(いたみH他)	随時	随時
89		日本ボーイスカウト兵庫連盟 伊丹第11団	野外を中心に青少年の心を育む活動をしています。指導者募集中です。	日	午前
90		野村生涯教育センター兵庫支部	民間の教育ボランティア活動を推進しています。	不定期	午前
91		ひょうご・伊丹シェアリングネイチャーの会	自然体験活動を通して自然の驚異、美しさ、面白さ、大切さなど「自然への気づき」を目的としています。自然物を使った工作もしています。(学校公園等)	不定期	
92		フォトコスモス	写真には撮る楽しみや見る楽しみがあり、その瞬間を記録できます。写真で人生をもっと豊かにし、心に残る写真を残しませんか。	偶数月 第3水	午前
93		旅愛好会いたみ	月1回例会を開き、旅の情報交換の場とし、相互の親睦をかね、日帰りの旅を企画、実行しています。	第2水	午後

☺この情報は、令和7(2025)年4月1日現在のものです。変更となっている場合がありますので、ご了承ください。

☺入会金および会費は各グループで決められていますが、おおむね月100円～5,000円です。

☺公民館以外を主な活動場所としているグループについては()にC…センター、H…ホール、P…プラザなどと記載しています。



友だち募集中

伊丹市立中央公民館【スワンホール】

(第1・3月曜休館／祝日の場合は翌日)

☎664-0015 伊丹市昆陽池2-1(スワンホール1階)

TEL:072-784-8000 FAX:072-784-8001