

# 市民活動

## ガイドブック

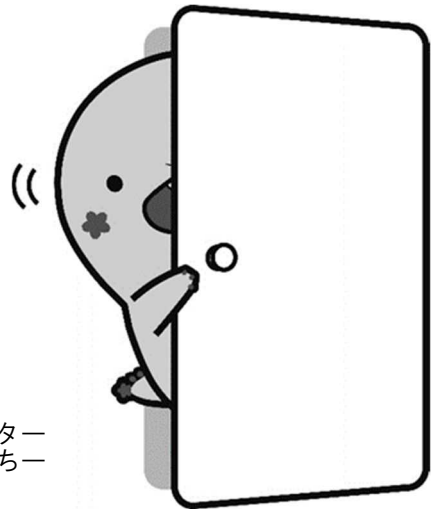




# はじめに

市では、市民活動団体やボランティアグループなど、様々な主体との協働による行政運営を目指し、市民活動の支援を行っています。その取り組みのひとつとして、市民活動を行っている方々が情報を発信したり交換したりできるよう、活動情報等を掲載した本ガイドブックをつくりました。

なお、本ガイドブックには、すでに活動を行っている方々、これから活動に取り組んでいこうと考えている方々の参考となるよう、市や関係機関による市民活動に関する事業や制度等の情報についても掲載していますので、参考にしてください。



東金市マスコットキャラクター  
とっちー

# 目次

## 第1章 市民活動関連情報

---

市民活動こんなことがしたい！	1
・ 情報を発信したい	
・ 文化施設を利用したい	
・ 運動施設を利用したい	
・ ボランティアについて考えたい	
市民活動総合補償制度	4
ボランティア・市民活動センター	9
学校支援ボランティア	11



## 第2章 市民活動団体リスト

---

市民活動団体について	12
ご利用にあたって	13
市民活動団体リスト 索引	14
・ 子育て・青少年	
・ 地域振興・交流	
・ 高齢者・福祉	
・ 環境	
・ 健康づくり	
・ スポーツ	
・ 趣味・文化	
・ 芸術・音楽	
・ 国際交流・外国語	



### 第3章 お役立ち施設情報

---

施設情報一覧・・・・・・・・・・・・・・・・ 53

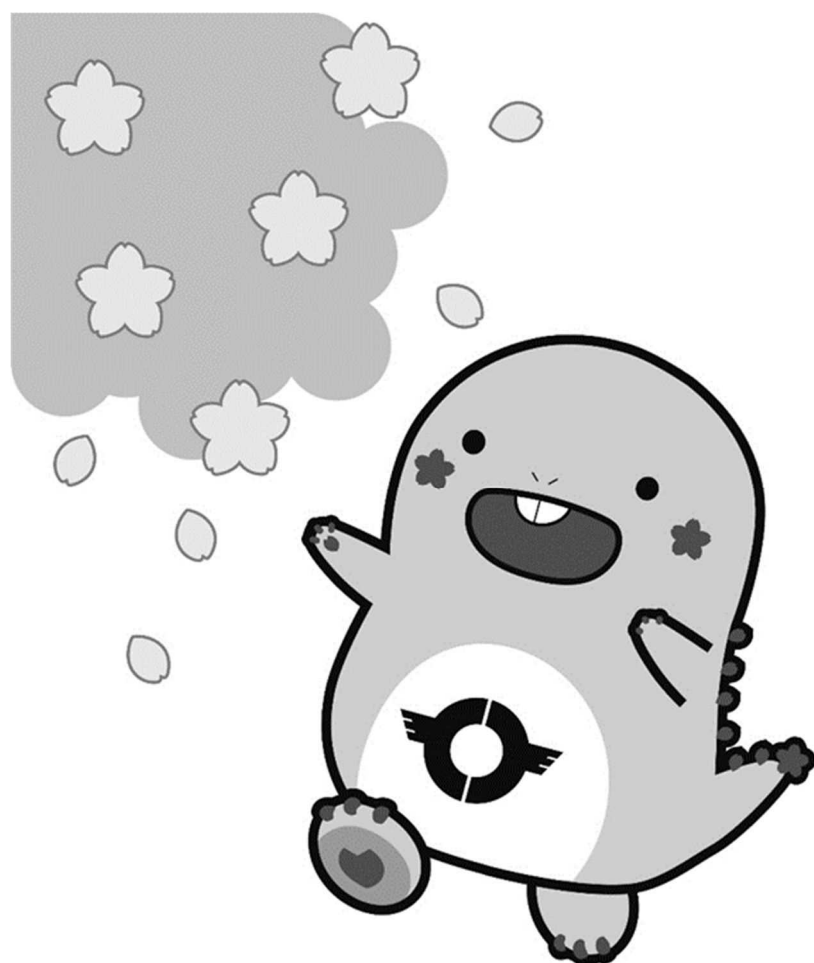
- ・文化施設
- ・スポーツ施設
- ・コミュニティセンター
- ・保健・福祉施設





# 第1章

## 市民活動関連情報



# 市民活動こんなことがしたい！

## 情報を発信したい

### 広報に情報を掲載したい

広報紙への情報掲載については、記事の内容やスペース、締切りの都合などにより掲載の判断をします。本誌は掲載の約束をするものではありません。必ず事前に下記担当課へお問い合わせください。

- 東金市 秘書広報課 広報広聴係  
TEL 0475-50-1114 FAX 0475-50-1299  
E-mail koho@city.togane.lg.jp

### 新聞に情報を掲載したい

新聞へ皆さんの活動の情報掲載を行う場合には、下記の各新聞社にお問い合わせください。皆さんの活動を広く知ってもらうためにも、様々なメディアを上手にご活用ください。

- 東金記者クラブ（東金市役所内）  
TEL 0475-50-1193（FAX 兼用）
- 千葉日報社 東金支局  
TEL 0475-53-0802（FAX 兼用）
- 毎日新聞社 茂原通信部  
TEL 0475-23-0505 FAX 0475-23-0510
- 産経新聞社 千葉総局  
TEL 043-225-2171 FAX 043-226-1782
- 朝日新聞社 千葉総局  
TEL 043-223-1911 FAX 043-223-1931
- 読売新聞社 茂原通信部  
TEL 0475-22-2524 FAX 0475-25-8401
- 東京新聞社 千葉支局  
TEL 043-224-8155 FAX 043-225-2271





## 文化施設を利用したい

### 会議室を使いたい

- 東金中央コミュニティセンター

TEL 0475-50-1191

[詳細はコミュニティセンター  
一覧参照]

- 東金文化会館

TEL 0475-55-6211

[詳細は文化施設一覧参照]

### 調理室を使いたい

- 東金中央コミュニティセンター

TEL 0475-50-1191

[詳細はコミュニティセンター  
一覧参照]

- 各地区コミュニティセンター

[詳細はコミュニティセンター  
一覧参照]

### 講堂を使いたい

- 東金中央コミュニティセンター

TEL 0475-50-1191

[詳細はコミュニティセンター  
一覧参照]



### 和室を使いたい

- 東金文化会館

TEL 0475-55-6211

[詳細は文化施設一覧参照]

- 東金中央コミュニティセンター

TEL 0475-50-1191

[詳細はコミュニティセンター  
一覧参照]

### ホールを使いたい

- 東金文化会館

TEL 0475-55-6211

[詳細は文化施設一覧参照]

- 各地区コミュニティセンター

[詳細はコミュニティセンター  
一覧参照]

### 資料を調べたい

(図書館を利用したい)

- 市立東金図書館

TEL 0475-50-1190



## スポーツ施設を利用したい

### 野球・テニスをしたい

- 東金青年の森公園

TEL 0475-50-1715

[詳細はスポーツ施設一覧参照]

- 東金市家徳スポーツ広場

TEL 0475-50-1715

[詳細はスポーツ施設一覧参照]

### サッカーをしたい

- 東金市家徳スポーツ広場

TEL 0475-50-1715

[詳細はスポーツ施設一覧参照]

### 体育館を使いたい

- 東金アリーナ

TEL 0475-50-1715

[詳細はスポーツ施設一覧参照]

### 体力測定をしてみたい

- 東金アリーナ

TEL 0475-50-1715

[詳細はスポーツ施設一覧参照]

- 東金市トレーニングセンター

TEL 0475-55-8720

[詳細はスポーツ施設一覧参照]



## ボランティアについて考えたい

### NPO法人を立ち上げたい

(特定非営利活動法人設立認証申請窓口)

- 千葉県環境生活部県民生活・文化課

TEL 043-223-4137

FAX 043-221-5858

### 歩行が困難な高齢者や身体障がい者の方を移送するための車を借りたい

- 東金市社会福祉協議会

TEL 0475-52-5198

### ボランティアをしてみたい

- 東金市社会福祉協議会

TEL 0475-52-5198

# 市民活動総合補償制度 | 地域振興課自治振興係

TEL 0475-50-1115

市民活動が自立的・自発的かつ安心して行われるには、市民活動団体は自らの活動に対し、内容に応じた保険に加入することが必要とされます。

東金市では市民活動を支援するため、市として保険に加入し、万が一の事故やけがに備えていますが、これでも十分ではありません。

皆さんの活動をより安心して行うためにも、自らの自覚と責任で各種の傷害保険等に加入しましょう。

## 市が加入している市民活動保険制度とは

この制度は、市民活動中の事故によるけがや賠償責任を補償することで、活動への安心感を生み、市民活動に参加しやすい環境をつくることを目的としています。

当該補償制度適用のための事前登録や申込みは必要ありませんが、対象となる方や活動については決まっていますのでご注意ください。該当する活動であるか、事前に確認しておきましょう。詳しくは地域振興課ホームページをご確認ください。



## 対象となる市民活動とは

この補償制度の対象となる「市民活動」とは、次ページの6項目を全て満たす社会奉仕活動、青少年育成活動、社会福祉活動、社会教育活動などの公益的な活動としています。

- 1 無報酬で行っていること（実費弁償は除く）
- 2 活動が計画的かつ継続的に行われていること
- 3 公共の利益を目的とした自発的な活動であること
- 4 政治、宗教、営利を目的とした活動でないこと
- 5 自助的な活動や懇親を目的とした活動でないこと
- 6 日本国内の活動であること

## 対象となる方は

### ◎ 市民活動団体

→市民活動を行うために概ね5名以上で結成され、活動の拠点が東金市内にある団体

### ◎ 市民活動の指導者

→市民活動団体において、活動の計画立案及び運営の指導的地位にある方（市外居住者を含む）

### ◎ 市民活動のスタッフ

→市民活動団体の構成員や指導者の補助員など、活動の実施に伴ってその運営に従事する方（市外居住者を含む）



### ◎ 市民活動への参加者

→対象となる市民活動に参加する方（市外居住者を含む）

※ただし、参加する活動の実施団体の活動拠点が東金市内にあることが必要です。また、対象となる補償区分は傷害補償のみ（賠償責任は対象外）となり、観覧者や応援者は含みません。

## 補償の内容

この補償制度は賠償責任保険と傷害保険の2本立てになっています。補償の内容は以下のとおりです。

### 賠償責任補償

賠償の種類	賠償の内容	補償金支払い限度額
身体賠償	他人の身体にけがをさせるなどして損害を与えた場合	賠償額の範囲内で 1人につき 6,000万円 1事故につき 2億円まで
財物賠償	他人の財物を壊すなどして損害を与えた場合	賠償額の範囲内で 1事故につき 100万円まで

### 傷害補償

補償の種類	傷害の内容	補償金額
死亡補償金	傷害事故(けがなど)を直接の原因として、事故の日を含めて180日以内に死亡した場合	200万円
後遺障害補償金	傷害事故(けがなど)を直接の原因として、事故の日を含めて180日以内に後遺障害が生じた場合	6万円~200万円 (傷害の程度に応じて)
入院通院補償金	傷害事故(けがなど)を直接の原因として、入院または通院し、医師による治療を受けた場合 (当該事故の日を含めて180日以内に限る。ただし入院日数は180日、通院日数は90日を限度とする)	入院 3,000円 通院 2,000円 (1日につき)

※詳しい内容は地域振興課(TEL 0475-50-1115)にお問い合わせください。

## 事故が起きてしまったら

事故が起きてしまったら、団体の代表者または活動の責任者は、市役所担当部署または地域振興課へ事故の報告をお願いします。報告事項は次のとおりです。

- 主催者            ○日時            ○場所            ○被害者または破損物
- 活動内容            ○事故の状況    ○加害者（賠償責任事故のみ）

この報告を受けた時点で、対象となる活動と判断された場合は、「事故報告書」を提出していただきます。

（事故の日から30日以内）

●事故報告書提出の際には以下の書類が必要です。

- ・ 団体規約、団体名簿、活動計画、開催要項などその活動が客観的に「市民活動」として判断できる資料
- ・ 参加者名簿（参加者が当事者の場合）
- ・ 事故報告書（東金市地域振興課HPからダウンロードできます）  
※保険会社の要望で必要資料が追加になる場合もありますが、ご了承ください。

●補償金請求の際には以下の書類が必要です。

- ・ 保険会社が指定する補償金請求書（送付させていただきます）  
※添付書類として、治療を受けた機関の診察券のコピーや領収書などが必要となる場合があります。



## 注意事項

市民活動中であっても、以下のような場合は対象となりませんので、ご注意ください。

- 活動者等の故意、または重過失による場合
- 戦争、変乱、暴動、労働争議、政治的又は社会的騒じょう
- 地震、噴火、洪水、津波等の自然災害
- 1事故につき損害賠償額が1万円以下のもの
- 施設外における動物によるもの
- その他保険規約に定めるもの 等



上記の他にも補償対象とならない場合があります。詳しくは地域振興課ホームページをご確認ください。

また、保険会社の審査の結果、補償制度の対象外となる場合もございます。事故報告書の提出がそのまま補償制度の適用を保証するものではありませんので、あらかじめご了承ください。

## 安全に活動するために

- 無理のない準備期間、進行計画
- 活動場所の安全確認
- 使用道具の点検
- 責任の所在と役割分担の決定
- 緊急時対応の事前打合せ
- 事故防止の呼びかけ

以上のような注意をしながら、けがや事故のない計画的な活動を心がけましょう！

# ボランティア・市民活動センター

## ●ボランティア・市民活動センターとは？

ボランティア・市民活動センター（以下ボランティアセンター）は東金市保健福祉センター（ふれあいセンター）内にある市民活動、ボランティア活動をしている皆さんを応援する施設です。そして、今後の協働の担い手として期待される団体の活動も、同時に支援していきます。皆さんの活発な活動に、ぜひご活用ください。

センター内には広いスペースと各種設備のある『市民活動サポート広場』を設置しています。皆で集まる交流の場として、作業やミーティング、情報収集など、ぜひお気軽にお越しください。

### <開館日及び利用時間>

【月曜日～金曜日】午前9時～午後5時

※上記以外の時間の利用には、事前に届出（時間外・休日利用届出書）が必要です。詳しくはボランティアセンターにお問い合わせください。

## ●利用するにはどうすればいいの？

- ・初めて利用される方は、ボランティアセンターへ利用方法の確認を行ってください。
- ・ご利用当日はボランティアコーディネーター（休日の場合は警備員）へ声をかけてください。
- ・ボランティアルーム備品利用簿へ必要事項を記入してください。
- ・有料設備を利用された方は、帰る際に（休日の場合は後日）ボランティアセンターへ利用料等をお支払いください。

## ●ボランティア活動やってみたいけど・・・。

「ボランティア活動を始めたい！」「どんな活動があるのか知りたい！」という方は、ぜひボランティアセンターにお越しください。コーディネーターが、ボランティア活動に関する様々な相談にお答えします。

### <受付>

【月曜日～金曜日】午後1時～午後5時





## ●どんな設備が使えるの？

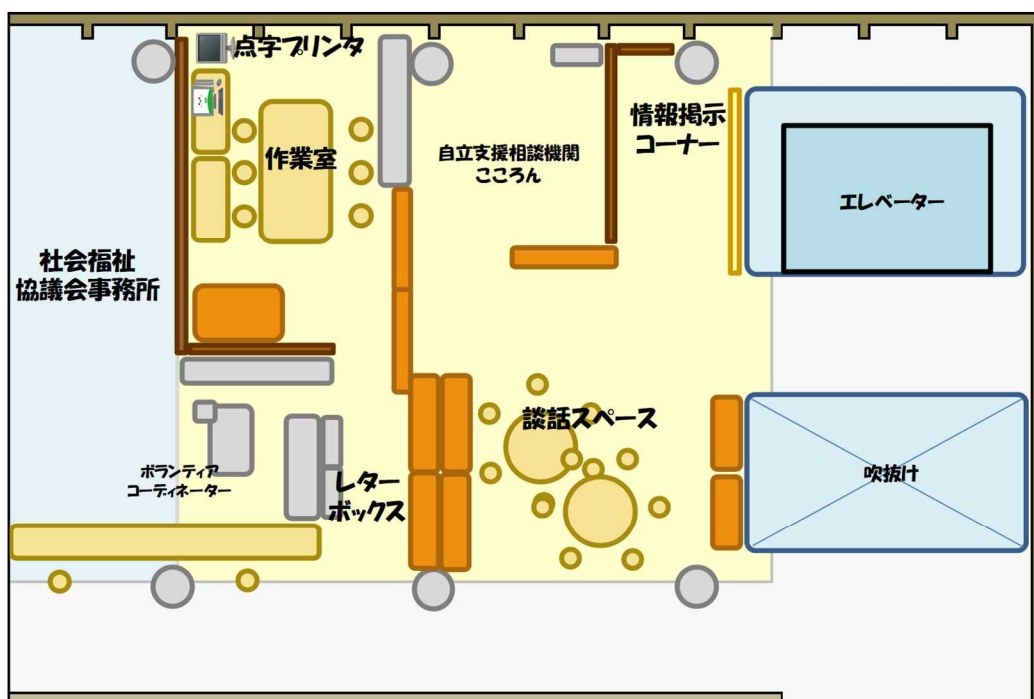
### 設置備品

- DVD プレイヤー
- ラミネーター（用紙持参）
- 点字プリンター
- 裁断機など

※プリンターは有料です。

### 物品の貸し出し

- 点字盤
- 発電機
- 高齢者疑似体験セット
- かき氷機
- フェスティバルテント
- 車いす など



親切安心のコーディネーターと充実の設備。

市内のボランティア・市民活動情報がここに満載！

皆さんの交流・活動にぜひご活用ください。

### ●問い合わせ先

社会福祉法人 東金市社会福祉協議会

TEL 0475-52-5198 FAX 0475-52-8227

E-mail togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp

URL <http://www.togane-shakyo.jp/volunteercenter.html>

# 学校支援ボランティア

学校教育課 指導係  
TEL 0475-50-1204

## ●学校支援ボランティアとは

保護者や地域の方々に、ボランティアとして幼稚園・小学校・中学校でのいろいろな教育活動や環境整備など、学校を支援する活動にご協力いただき、地域の教育力を学校教育に活かしていこうというものです。

Q 活動の内容はどんなもの？

A ○環境整備的活動で支援いただきたい内容

図書の整理、教材教具の作成、施設の補修、  
植木の剪定、草刈り、農園・花壇の手入れ等

○教育的活動を支援いただきたい内容

本の読み聞かせ、教科指導の補助、学校行事、部活動・クラブ  
活動の指導等

例) 講話、校外学習指導、生活指導、楽器演奏、各種スポーツ等

○学校内外において子どもたちの安全を見守っていただく活動  
安全指導員等



Q どの学校で活動するの？

A 申し込みされた方は「東金市学校支援ボランティアリスト」に登録させていただきます。このリストにより各学校から直接依頼があります。

日程や内容の詳細については、依頼された学校とお話してください。

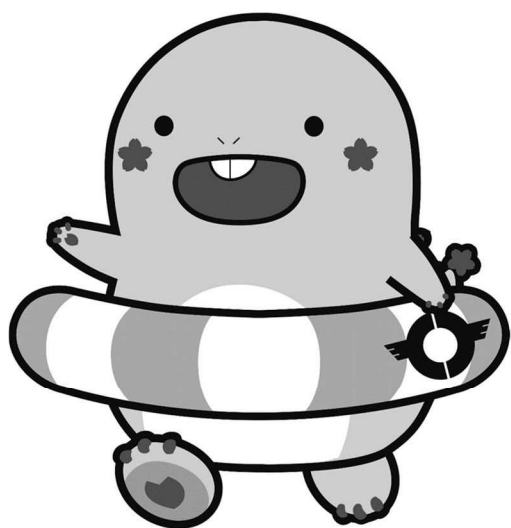
Q 申し込みの方法および期間は？

A 申込書に必要事項をご記入のうえ、幼稚園、小中学校または学校教育課までお申し込みください。なお、申込書は学校教育課、また市ホームページ内にあります。登録期間は翌年の3月31日までで、随時受け付けています。

※学校の必要に応じて支援をお願いしております。したがって、必ず依頼があるとは限りませんのでご了承ください。

# 第2章

## 市民活動団体リスト



## 市民活動団体について

「市民活動」とは、『環境、保健・福祉、地域活動、子どもの健全育成、国際協力など様々な分野で、市民が自主的、自発的に行い、社会性、公益性があって、無償で、先駆的、継続的に取り組む活動』であると言われています。そのため、いわゆるボランティア活動のような、「社会貢献活動」をイメージされる方が多いのではないのでしょうか。



しかし、本誌のいう「市民活動」とは、そのような活動だけを指すものではありません。この冊子では『健康づくりのため、グループで運動をする』『歌うのが好きで合唱団をつくり、年に1回コンサートを開催する』など、自らの楽しみを共有するような活動についてもご紹介しています。

同じ趣味を持っている人たちが、一緒に協力しながら活動していく。そんな『自主的、自発的に活動し、楽しみを共有するグループ』も、市民活動のひとつですね。もちろん、福祉やまちづくり、環境保全など、自分たちの住むまちを自分達の活動でより良くしていきたいと活動されている団体も数多くあります。

皆さんも、興味のある活動に参加してみませんか？



## ご利用にあたって

この章では東金市内を活動拠点としている、あるいは東金市の人々が活動しているボランティア活動団体・市民活動団体をご紹介します。

- 得意なことでお手伝いがしたい。
- 同じようなことをしている人とネットワークをつくりたい。
- 一緒に活動してくれる人いませんか？
- こういう団体があることを、皆さんに知ってほしい！

など、それぞれの思いを紹介していただきました。

ご興味がある団体があれば、ぜひ参加してみてください。新しいあなた自身の発見につながるかもしれません。

～注意事項～

- ◆本ガイドは、市民活動のための情報提供を目的としており、その活動内容を保証するものではありません。活動中あるいは活動によって生じたトラブルについては、当事者同士での解決をお願いします。
- ◆市は、各団体の【活動内容】に記載のある事項について、その事実性を保証しかねます。必ず、ご自身でご確認ください。
- ◆入会金、会費等の金額が記載されてる場合もありますが、令和2年4月現在のものです。その後変更になっている可能性もありますので、必ず団体（個人）にご確認ください。
- ◆団体の連絡先に、代表者の個人のご自宅を登録している場合もあります。連絡をとる際は相手の都合を考え、マナーを守りましょう。

# 市民活動団体リスト 索引

## 【子育て・青少年】

絵本とおはなしの会 きいろい木	15
おもちゃの図書館とんとん	15
親業・エニアグラム、フォローの会	16
子育て支援サークル マスカット・ベリーズ	16
自主保育 おひさまはらっぱ	17
東金オイリュトミーと水彩の会	17
ドレミの会	18
人形劇サークル赤ずきん	18
ボーイスカウト東金第1団	19
無料学習塾・学友会	19
ラウレア オハナ（ママが元気になる会）	20
らっこクラブ	20

## 【地域振興・交流】

映画上映ボランティア 麦わら帽子	21
田間三区ボランティアグループ	21
東金商品開発プロジェクト	22
トウガネゼーション	22
ネーブル会	23

## 【高齢者・福祉】

あひる会 バソコン教室	24
いきいきサロン・季美の森東	24
すずめ会 健康麻雀教室	25
生活支援そよかぜ	25
東金市身体障害者福祉会	26
東金市手をつなぐ親の会	26
東金市レクリエーション協会	27
動作法訓練会 ピノッキー	27
認知症家族交流会 穂垂るの会	28
ふれあいカラオケサロン	28
朗読奉仕つくし会	29

## 【環境】

ストップ the 温暖化・東金	30
するめの会	30
セントラルパーク市民の会	31
NPO御成街道保存会	31

## 【健康づくり】

気功文化研究会	32
くつろぎヨガ	32
健康アップスクール	33
自力整体研究会	33
自力整体同好会	34
砂郷ラジオ体操会	34
だれでもできる健康体操	35
東金市食生活改善会	35
東金市ヘルスサポーターの会「ふれあい」	36
MOA健康生活ネットワーク東金	36

## 【スポーツ】

東金居合抜刀道同好会	37
東金東クラブ	37
福岡健康卓球クラブ	38

## 【趣味・文化】

おはなし勉強会 まめの木	39
茶道同好会 みやび会	39
浜峰会	40
上宿おはやし保存会 青と会	40
九十九里井戸端大学	41
古典の会	41
芝和華会	42
東金市郷土研究愛好会	42
東金関寛斎顕彰会	43
東金俳句会	43
日本将棋連盟東金将棋同好会支部	44
フラワーアレンジメントサークル花空間	44
マナオラナ・フラ・スタジオ	45
わいわいおもしろ（味）塾	45
起山窯陶芸倶楽部	46
東金読書会	46
三志会 書道教室	47
池坊さくら会	47

## 【芸術・音楽】

演歌さざなみ会	48
九十九里黒潮太鼓	48
桜コーラス東金	49
将門寿太鼓	49

## 【国際交流・外国語】

オルDEST（フランス語学習サークル）	50
九十九里地域国際交流推進協議会	50
東金国際交流協会	51
東金日韓交流協会（韓国語教室）	51
東金日中友好協会 中国語学習会	52

## 絵本とおはなしの会 きいろい木

活動日時 第2火曜日 午前10時~12時  
(変更の場合あります)  
活動場所 東金図書館 2F



### 【活動内容】

月に1回集まって、絵本と素話の勉強をしています。  
絵本の読み方や持ち方、ページのめくり方など、子どもが楽しんで聞ける絵本の選び方などを学びます。  
また、毎月“日本の昔話”・“外国の昔話”・“クリスマス・正月”の絵本などとテーマを決めてより深く学びます。素話については、子どもの心に残る「おはなし」の語り方について、みんなで学んでいます。  
年に1回、普段子どもに語るお話を大人だけで楽しむ“大人のためのおはなし会”の開催を予定しています。関心のある方は、ご連絡ください。

会費：資料代として年間200円  
お問い合わせ：高木 55-8034

## おもちゃの図書館とんとん

代表者 岡部 秀子  
構成人数 8人  
TEL 0475-53-2323  
FAX 同上  
活動日時 第2土曜日 午後1時30分~3時  
活動場所 ふれあいセンター  
1階プレイルーム



### 【活動内容】

障がいがある子もいない子も、おもちゃを通して、ボランティアやお母さんお父さんたちとみんなでいっしょに遊ぶ場です。  
子どもどうしがいっしょに遊ぶ場、お母さんたちの情報交換の場に、活用して下さい。  
又、ボランティアのおもちゃドクターも待っています。こわれたおもちゃを持ってきて下さい。  
子どもと遊ぶことが好きな方、おもちゃ修理に興味のある方、一度のぞいてみませんか。ボランティア大歓迎です。

## 親業・エニアグラム、フォローの会

代表者 繁田 幸恵  
 TEL 090-9836-9677  
 FAX 0475-54-1558  
 活動日時 2・3か月に1回程度  
 午前9時30分～12時  
 活動場所 東金中央コミュニティー  
 センター

### 【活動内容】

親業シニアインストラクター・エニアグラム学会理事の内田智代さんを招き、親子・家族内・職場等の人間関係を見つめなおし、具体的な対処の仕方について考えます。様々な年齢の方と出会い、考え方が広がったり、日頃のもやもやした気持ちを整理したりできます。毎回考えるテーマが違うので、色々な切り口から考え自己成長につながる事と思います。1回だけの参加も受けつけます。

- ・親業フォロー；1,100円
- ・エニアグラムフォロー；1,600円

両方の情報内容についての質問も受けつけております。

## 子育て支援サークル マスカット・ベリーズ

代表者 持田 二美子  
 構成人数 5人  
 TEL 080-9500-2052  
 MAIL fumiko-mo\_ncc-7465@docomo.ne.jp  
 活動日時 第2・4土曜日 午後1時～5時  
 活動場所 丘山小学校体育館

### 【活動内容】

子育て支援サークルとして「子どもの為の居場所作り」を目的にY O S A K O I 踊りの練習&イベントへの参加・むかしあそび・お料理体験・わら細工体験等いろいろな活動をしています。小・中学校の授業がすごく早いスピードで進み、お子さん達が大変な時代になっているようではありますが、せめて土曜日の午後は子ども達が心から楽しめる時間の過ごせるようにしてあげたいものですね。子ども達の意見を取り入れながら、幼稚園児～高校生みんなでふれあい、助けあえるそんな居場所づくりを目指しています。

メンバー大募集中で一す!!





## 自主保育 おひさまはらっぱ

代表者 阿知波 純子  
構成人数 15人  
MAIL jyunko.ohisama@gmail.com  
URL <http://ohisama.togane-ukiuki.com>  
活動日時 毎週火・木・金曜日  
午前10時～午後2時  
活動場所 主に八鶴湖内谷公園



### 【活動内容】

子どもと大人が自然な姿で育ち合う手づくりの人育ちの場として、今年（令和2年）で22年目を迎えました。季節の遊びを中心に、田んぼや畑、わらべうたやおはなし、年中行事、誕生日など大切に行っています。子どものそばで過ごせる今を大切に、本当に必要と思えることをやれる限り皆で努力しています。地域の中でいろんな年齢いろんな人とつながり合い、本音でつき合う大家族の様な関係になれたらと思っています。子どもは0才～6才が主ですが、年齢制限はありません。関心のある方、どなたもつながり、育ち合いましょう。皆で集う空家や古民家等もさがしています。

## 東金オイリュトミーと水彩の会

代表者 阿知波 純子  
構成人数 15人  
MAIL jyunko.ohisama@gmail.com  
活動日時 年3回（春・夏・冬休み各1回ずつ）  
活動場所 主に東金中央コミュニティセンター等



### 【活動内容】

小さいクラスは3才から。小人や風、動物になっておはなしの世界を楽しみます。その後、色と出会い、自分と向き合う体験をします。大きいクラスは小学生以上。年齢に合ったおはなしや動き、フォルメン（線描）等を行います。忙しい日常から離れ、静かでゆったりとした空間の中、その時々で必要な動きや体験をすることで、心は満たされ、自分を取り戻します。子どもの内に灯った火は少しずつ静かに育ち、生きる上での大きな支えとなるでしょう。どうか終わった後、感想は聞かないで下さい。内に灯った小さな火が消えないように。希望により大人のためのオイリュトミーも行っています。

## ドレミの会

代表者 高橋 雅子  
 構成人数 10名  
 TEL 090-8301-7860  
 活動日時 毎月2回 水曜日  
 午前10時～11時  
 活動場所 東金青年の家



### 【活動内容】

♪こんにちは!!私達ドレミの会は、リトミックという音楽を基にした、親子で参加して頂き、活動しているサークルです～。

月に2回、0才、1才～幼稚園前までの、かわいい皆さんが、ママやパパとやってきます!!

「先生とお友だち～」というお歌から始まり、タンバリンでのリズムあそび、ホースやボール、ボンボンを使っての親子でのふれあい!!

手あそび～そして、みんなが楽しみな工作の時間もありますー。

かわいい手つきで、クレヨングルグルーひよこ、たまご、こいのぼりと季節を感じながら楽しんでいます!そんな、とっても明るく音であふれている1時間!!ぜひ、皆さんで遊びに来てね♪ひげじいさん♪

## 人形劇サークル赤ずきん

構成人数 6人  
 活動日時 毎週金曜日  
 活動場所 午前9時30分～12時  
 丘山地区コミュニティセンター



### 【活動内容】

我ら赤ずきんは、丘山地区コミュニティセンターを拠点とし、人形劇・紙芝居等を制作・練習しているボランティアサークルです。幼稚園・保育所・グループホーム等で公演しています。結成から、37年に成りますが、素人の集りで、人形制作も演技も、未だまだ未熟ですが、試行錯誤を繰り返し今日に至っています。結成当時園児の母親だった私達も、今はシルバー世代になりましたが、孫のような子ども達の声援と笑顔を励みに頑張っています。興味のある方の見学、入会をお待ちしております。

## ボーイスカウト東金第1団

代表者 山下 すみ江  
構成人数 60人  
TEL 0479-80-8551  
FAX 同上  
MAIL s\_yamashit@r6.dion.ne.jp  
URL <https://bs-toganel.jimdo.com/>  
活動日時 月に2～3回(休日)  
活動場所 東金市周辺



### 【活動内容】

小学生から大学生まで5つの部門に分かれて、ハイキングやキャンプなどの野外活動や奉仕活動を通じ、ボーイスカウトの「ちかいとおきて」を実践し社会に貢献できるように、成長を支援しています。

1978年に発団、40年を超えて活動を継続しています。東金市、山武市、九十九里町から集まる小・中学生と研修を受けた指導者や保護者とともに、年代特性に合わせたプログラムで楽しんでいます。

毎年2回6月と12月に体験会及び入団説明会を予定していますが、入団は年間を通していつでも可能ですので、ご興味のある方は問い合わせ先までご連絡ください。

## 無料学習塾・学友会

代表者 岡安 完福  
構成人数 6人  
TEL 080-4112-0194  
FAX 0475-55-0847  
活動日時 毎週日曜日 午前9時～12時  
活動場所 東金中央コミュニティセンター2F



### 【活動内容】

小学高学年生から高校生までなら誰でも参加できます。スタッフがボランティアでサポート体制をつくっています。

基本は自主的な学習の援助です。宿題、テスト前勉強、受験勉強など自分の課題を持ってきて、集中して2時間～3時間勉強します。

一つの部屋で楽しく勉強してみましよう。

なおスタッフ希望者大歓迎。現在元・教師や企業退職者など多才な方々6名が集まっています。

## ラウレ・ア オハナ (ママが元気になる会)

代表者 相原 千佳  
 構成人数 10人  
 TEL 080-5530-9840  
<http://mama-ohana.webnode.jp/>  
 活動日時 第2木曜日 午前10時~12時  
 活動場所 ふれあいセンター

### 【活動内容】

「ママが元気になる会」として、毎月1回発達障害の子どもを持つママが集まって、情報交換をしたり悩みを相談し合ったりしています。日々の戸惑いや大変さを、同じ悩みを持つ親同士が語り合うことによって元気になれる場になればと思います。

ママがリラックスしてお話しができるように、お子様の参加はご遠慮いただいております。又、講師の先生に来てもらい、講習会も行っています。活動日の変更がある場合がありますので、ホームページでご確認の上、お気軽にご参加ください。

## らっこクラブ

代表者 高浜 智子  
 構成人数 8人  
 TEL 0475-58-6731  
 FAX 同上  
 活動日時 第2・第4火曜日  
 午前10時~11時30分  
 (夏休み・冬休み有り)  
 活動場所 正気地区コミュニティセンター

### 【活動内容】

入園前の親子を対象に、また年会費千円を頂いて、活動中の保険等に利用しています。体操・手遊びで始まり、こいのぼり作り・芋ほり・運動会やクリスマス会等、季節の行事で短い時間を楽しく過ごします。下のお子さんがいても大丈夫！ボランティアが活動中はお手伝いします。まずは、連絡の上見学に来ませんか？お待ちしております!!



## 映画上映ボランティア 麦わら帽子

代表者 清宮 武男  
構成人数 2人  
TEL 0475-58-6218  
FAX 同上  
MAIL Yukimiki\_0819@ybb.ne.jp  
活動日時 各団体からの希望上映日などを受けて伺います  
活動場所 各地区コミュニティセンター・児童館など



### 【活動内容】

子ども会、長寿会、介護施設等の要望に応じて映画会を開催します。上映機材の手配、映画案内のチラシの作成などの手伝いもします。

●東金市ボランティアセンターサポート活動、夏まつり参加、星空映画会開催など

●東金市児童館子ども映画会

※上映機材や資料は「山武郡市視聴覚教材センター」から借用のため、費用はかかりません。

家庭のテレビやDVDでは味わえない、みんなでみる映画の楽しさや感動を伝えたいと思っています。子ども会、長寿会、地区の皆さん、楽しい映画会を開催してみませんか？ 私たちが喜んでお手伝い致します。

## 田間三区ボランティアグループ

代表者 真行寺 靖子  
構成人数 11人  
TEL 0475-52-1750  
FAX 同上  
活動日時 随時  
活動場所 田間コミュニティ会館他

### 【活動内容】

- ・田間地区花見の会手伝い
- ・田間地区敬老会手伝い
- ・バザー手伝い
- ・機能訓練（れんげの会）教室
- ・てんとう虫教室
- ・東金市社福夏まつり手伝い
- ・田間コミュニティ会館清掃

以上の様な事を行なっております。お手伝いをしながら仲間との交流を図り、楽しみながらボランティアの輪を広げたいと思っています。

## 東金商品開発プロジェクト

代表者 佐久間 治行  
 構成人数 15人  
 TEL 0475-54-2198  
 FAX 同上  
 活動日時 不定期  
 活動場所 東金夢・未来塾 子ども食堂



※トマト味噌豚肉丼

### 【活動内容】

東金市の特産品（ゆず、プラム、いちご、いちじく、ぶどう、柿、黒大豆味噌など）を使った新メニュー開発を目的に2016年4月に発足。新メニュー開発により、商品にさらに付加価値をつけ、販路と消費を拡大することにより生産意欲を高めることに繋がるように取り組んでいます。

これまでに開発したものは、「ゆずの葉シフォン、柿ジェラート、いちじくパン、プラムパン、トマト味噌パスタ、トマト味噌豚肉丼」などです。これらの商品は、これまで東金市産業祭で出店・販売しています。

商品開発に興味のある方は是非ご参加ください。みなさんと一緒に東金の「ご当地グルメ」を開発したいと思います。

## トウガネゼーション

代表者 山内 勲  
 構成人数 10人  
 TEL 0475-55-6290  
 FAX 同上  
 活動日時 主に土・日曜日  
 活動場所 八鶴湖弁天島、東金市観光案内所



### 【活動内容】

野外で親睦を深めながら、次の活動を行っています。仲間を募集中です。

- 1 八鶴湖の散策がさらに楽しめるように、弁天島の湿地を草刈りしお花畑に改良しようと頑張っています。
- 2 地域の活性化を図るため、八坂神社の「竹あかり祭り」「環境ウオーク in ときがね湖」および「八鶴湖の十五夜キャンドルナイト」のイベントに参加します。

賛同される方々の参加もあり、活動の休憩中には懇親の場となります。

## ネーブル会

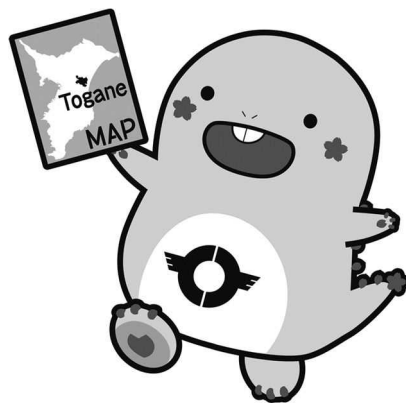
代表者 鈴木 康道  
構成人数 86名  
活動日時 不定  
活動場所 不定

### 【活動内容】

ネーブル会は、東金文化会館の開館時に、すこしでも多くの人々が利用することで、開館運営に協力しようと会員を募り設立しました。30年経過し、現在に至ります。

活動は、文化会館主催イベントのバックアップ（割引券発行等）。

また、年3回ほど、音楽ライブイベントを続けています。



## あひる会 パソコン教室

代表者 池田 貞良  
 構成人数 2人  
 TEL 0475-55-8416  
 FAX 同上  
 MAIL [s-ikeda@m5.dion.ne.jp](mailto:s-ikeda@m5.dion.ne.jp)  
 活動日時 毎週火曜日・水曜日  
 午前9時～12時  
 活動場所 福岡地区コミュニティセンター 会議室



### 【活動内容】

入会金は¥1,000円  
 参加費は1カ月¥500円  
 ワード、エクセル、インターネット  
 年賀状作成等を御支援させていただきます。  
 当会は福岡地区福祉ネットの生きが  
 いづくり「カルチャー教室」まなび  
 あい委員会のひとつです。  
 備付けのノートパソコンもあります。

## いきいきサロン・季美の森東

代表者 石原 泰子  
 構成人数 26人  
 TEL 0475-52-6685  
 FAX 同上  
 活動日時 毎月第2火曜日  
 午前10時～12時  
 活動場所 季美の森東コミュニティハウス

### 【活動内容】

季美の森は入居が始まり 20 年余り  
 となり、高齢化が進んでいます。  
 こういう新興地区で起こりがちな高  
 齢者が閉じこもり、引きこもり、ひ  
 いては寝たきりにならないように  
 と、月1回ですが「いきいきサロン」  
 を開催しています。  
 高齢者が定期的に出掛ける所があ  
 り、仲間と会い、話をし、年齢を越  
 えた人と接し、大声で笑って、元氣  
 に張り合いのある暮らしをして頂き  
 たい。  
 月毎に「頭の体操パズル」「ゲーム大  
 会」「群読」「昔遊び」「教養講座」な  
 どメニューを変えたプログラムを用  
 意しています。



## すずめ会 健康麻雀教室

代表者 中村 克彦  
構成人数 33人  
TEL 0475-52-3098  
FAX 同上  
活動日時 毎週月・水曜日  
午後0時30分～5時  
活動場所 福岡地区コミュニティセンター



### 【活動内容】

- ・指先と前頭葉を使うことで高齢者の認知症を予防します。
- ・明るく、仲良く、楽しく、をモットーにして、友達の輪、地域の輪を広げます。
- ・笑顔と笑い声の絶えない広場をつくり、生きる喜びを感じていただきます。
- ・入会金は1,000円、会費は月500円です。

「住みよい街づくり」を目指して、平成18年にNPO団体福岡地区福祉ネットが設立されました。すずめ会健康麻雀教室はその中のまなびあい委員会が、高齢者の生きがいを見つける場所として作ったものです。

## 生活支援そよかぜ

代表者 元澤 昭子  
構成人数 34人  
TEL 090-3875-0159  
MAIL [akiko.motozawa@outlook.jp](mailto:akiko.motozawa@outlook.jp)  
活動日時 平日午前9時～午後5時  
他要相談  
活動場所 東金市内



### 【活動内容】

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、在宅生活を送る上での困りごとを解決する活動を目的としています。活動者は有償ボランティアとして利用者宅に伺い、生活支援を実施し、高齢者の在宅生活を支えるとともに介護予防・自立支援につなげていきたいと思っています。主な生活支援内容は、庭の草取り・ゴミ出し・外出付き添い・話し相手・掃除・洗濯・買い物代行・食事作りなどです。利用者・活動者（ボランティア）を募集しています。講習会・研修会も開催しています。

## 東金市身体障害者福祉会

代表者 吉井 文夫  
 構成人数 34人  
 TEL 080-5448-7977  
 FAX 0475-58-4910  
 MAIL gokulakutonbo88@ezweb.ne.jp  
 活動日時 奇数月 第3日曜日  
 午後1時～3時  
 偶数月 第3火曜日  
 午前10時～12時  
 活動場所 ふれあいセンター栄養指導室

### 【活動内容】

私達の団体は1975年に発足し、障害のある人もない人も共に住みやすい地域社会づくりをモットーに活動をしています。

今現在、毎月1回、「茶話会」と言って身体障害者手帳をお持ちの方々を対象に「喋り場」(何でも話せる場所)を設けました。

障害者でなければできないこと、わからないことを話しにきてみませんか。話すことによってスッキリしたとか心が軽くなったとか言う人もいます。又、私達に賛助、賛同して下さる方も参加していただいています。(健常者・支援者)

お気軽にご連絡ください。

〔担当 齊藤 090-4429-9846〕  
 各種スポーツもおこなっています。

## 東金市手をつなぐ親の会

代表者 鎗田 敏光  
 構成人数 40家族  
 TEL 090-8510-1114  
 FAX 0475-54-3877  
 MAIL tyarita@hotmail.co.jp  
 活動日時 不定期  
 活動場所 市内全般 他(千葉県内、山武郡内)

### 【活動内容】

親の会は昭和60年に設立した、心身に障がいを持つ子ども達の親と、それを支えてくれるボランティア・支援者の会です。

障がいも価値観・願いも様々ですが、この東金の地に「安心して自分らしく暮らすことができる」を考え、子ども達の夢を実現するために、市民の方々とともに活動しております。是非ご協力をお願いします。

募集 ◇正会員 会費4,000円  
 (市会費2,000円・県会費1,500円・郡市会費500円)  
 ◇賛助会員 個人2,000円  
 法人10,000円

◇ボランティア  
 親の会行事のお手伝い、ふれあいショップ店番、バザーに出品する小物作り 他



## 東金市レクリエーション協会

代表者 永田 昭男  
構成人数 15名  
TEL 0475-54-0547  
FAX 0475-86-7175  
MAIL yamanobe@dg7.so-net.ne.jp  
活動日時 土、日、祝日 主に午前中  
活動場所 室内、野外



### 【活動内容】

レクリエーションは最大のコミュニケーションです。遊びの中から活力や意欲、慈しみが生れます。その上からも地域にレクリエーションを広め皆が幸せになるよう活動をしています。東金市レクリエーション協会は立ち上げから十年が過ぎました。デイキャンプ、クリスマスリース作り、ネーチャーゲームは定期的な活動です。スポレクデイ、福祉夏まつり、産業祭は市と協賛しています。レクリエーション協会は日本レクリエーション協会、県レクリエーション協会、地域レクリエーション協会と連携し、「いつでも、どこでも、誰とでも」楽しい遊びを推奨しています。

## 動作法訓練会 ピノッキー

代表者 小安 知子  
構成人数 40人  
TEL 090-4002-6669  
活動日時 第1又は第2日曜日  
活動場所 ふれあいセンター  
2階和室



### 【活動内容】

肢体不自由者が少しでも自由な動きを獲得できるよう、又、発達障害があるために不器用だったり、行動に落ち着きのない人が自己コントロール能力を向上させることができるよう、動作法という訓練法を学習している会です。スーパーバイザーによる指導の下、ハンディを持った方とその保護者、特別支援学校の教諭や施設職員など療育に関わる方達が集まり、訓練を学んでいます。

## 認知症家族交流会 穂垂るの会

代表者 井上 瑞穂  
 構成人数 8人  
 TEL 090-7171-1701  
 活動日時 第2木曜日  
 午後1時30分～3時30分  
 活動場所 ふれあいセンター

### 【活動内容】

認知症の方を家族にかかえていらっしゃる皆さん！ひとりで悩まないで、戸惑いや大変さを仲間に話してみませんか。少しでも分かってもらえる仲間と話し合い情報交換することで、少し気持ちをラクにしませんか。そして自分らしさを取り戻し、現実の生活に向き合えるエネルギーを貯えましょう。また、認知症のことを知りたい、勉強したいという方の参加も歓迎します。

## ふれあいカラオケサロン

代表者 石川 博敏  
 構成人数 80人  
 TEL 0475-55-3422  
 活動日時 毎週火・木・土曜日  
 午後1時～4時  
 活動場所 福岡地区コミュニティセンター

### 【活動内容】

地域の高齢者の方々の「友達づくり」「生きがいづくり」「健康づくり」の一環として、平成23年12月「ふれあいサロン」を開設しました。入会金は1,000円、月間運営協力金は1,000円です。「住みよい街づくり」を目指して平成18年にNPO団体、福岡地区福祉ネットが設立されました。ふれあいカラオケサロンはその中のまなびあい委員会が高齢者の生きがいを見つける場所として作ったものです。



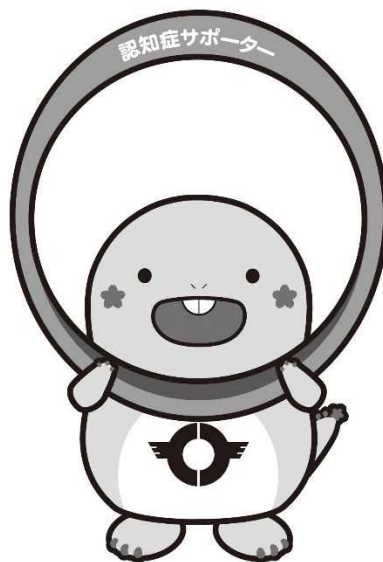
## 朗読奉仕つくし会

代表者 渡邊 久美子  
構成人数 25人  
TEL 0475-52-5310  
活動日時 毎月1日・15日、  
第2・4土曜日  
午前9時～午後3時  
活動場所 ふれあいセンター



### 【活動内容】

視覚障害者にとって、もっとも不自由なのは社会生活を送る上で欠かせない「情報の収集」と「歩行・移動」ではないでしょうか。私たちは身近な情報として「広報とうがね・福祉だより・とうがね市議会だより・週刊誌」等を音声訳し、CDにダビングして視覚障害者に無償で貸し出しています。設立は昭和53年2月。以来42年、その時その時のボランティアが大切に引き継いできました。現在会員は28名、月4回～5回交代で「上手に読む」ことより「正しく伝える、正しく伝わる」ように読むことを心掛けて楽しく活動しています。会費は年額1,500円です。



## ストップ the 温暖化・東金

代表者 寺井 賢一郎  
 構成人数 10人  
 TEL 0475-51-0930  
 FAX 同上  
 MAIL terrakg3chiba@gmail.com  
 活動日時 例会：第3水曜日19時から21時  
 活動場所 東金市とその周辺（例会はふれあいセンターにて）



### 【活動内容】

- 1 地球温暖化防止対策への理解を深め自ら取り組むこと。
- 2 環境保全や自然保護を目的とする団体等と連携・協力すること。

### 【メッセージ】

私たちは、「環境ウォーク in ときがね湖」の開催などを通じて他の団体などと連携し、東金市及び周辺地域における地球温暖化の現状及び地球温暖化対策に関する知識の普及並びに地球温暖化対策を推進する活動を行っています。

子供達に環境の大切さを伝えていきたいと思う方の参加をお待ちしています。

## するめの会

代表者 宮原 サワ  
 構成人数 9人  
 TEL 0475-52-3928  
 FAX 0475-52-3929  
 活動日時 毎月1回 午後1時30分から  
 日程は話し合いで  
 活動場所 中央公園、東金駅東口駐輪場、八鶴湖周辺、ときがね湖周辺他

### 【活動内容】

- 1 環境美化運動 ゴミの収集
- 2 収集活動 プルタブ、古切手
- 3 イベントにボランティアとして参加する  
例一夏まつり、東金チャレンジドフェスタ等

緑豊かな東金市が明るい美しい街であってほしい。月1回のゴミ収集活動を左記の場所で交互に行っている。会員各自の居住地区でのゴミ収集も行っている。その他プルタブ、古切手を集めて社会福祉協議会ボランティアセンターへお届けする。会員は奉仕の精神で楽しみながら実施日に各自参加している。

## セントラルパーク市民の会

代表者 西 芳秀  
構成人数 20人  
TEL 0475-50-1158  
(東金市都市整備課内)  
FAX 0475-50-1298  
MAIL tosei@city.togane.lg.jp  
活動日時 活動会議/イベント活動  
(春・秋)  
活動場所 鶯ヶ嶺の森公園予定地(和泉ヶ池/みんなの森/上人塚等)



### 【活動内容】

緑豊かな私たちのまち、東金の自然や緑地を保全し、水と緑の空間を私たち市民の手で次世代に引き渡していくことを目的とし活動を行っています。

また、JR東日本が主催している「駅からハイキング」に参加し、八鶴湖や東金城址、山王台などの景勝地、日吉神社等の神社仏閣を巡り、東金市の魅力をPRするためのイベントなども実施しております。

セントラルパーク市民の会では、一緒に活動していただける方を募集しています。

## NPO御成街道保存会

代表者 西川 泰雄  
構成人数 50人  
活動日時 定例会・随時草刈整備作業  
イベント講演会9~11月頃  
活動場所 御成街道現地(主に滝地区古道、黒田・油井地区おあし坂)



### 【活動内容】

御成街道を維持保存する目的で、御成街道(東金)の保全と清掃活動および周辺の里山保全活動、御成街道にちなんだイベントをしています。

2009年に実施された御成街道おあし坂復元事業をきっかけに、地域の郷土史研究や自然愛護で活動するメンバーを基に会を結成しました。

御成街道開通400年が過ぎ、貴重な歴史遺産をPRする講演会や、当地に残された先人たちの足跡を辿る街道のウォーキングなど、多数の皆様にご参加を頂いています。

自然環境であり、草刈りなど通年作業に、周囲の地主さん他、多くの方のご理解ご協力を得ながら、東金御成街道の復元・保全運動を続けてまいります。入退会は随時受け付けています。(個人年会費2,000円)

## 気功文化研究会

代表者 石塚 澄子  
 構成人数 12人  
 TEL 0475-52-6017  
 活動日時 第1・2・3金曜日  
 午前10時30分～12時  
 活動場所 東金中央コミュニティセンター



### 【活動内容】

わたしたちは、いたずらな神秘主義に走ることもなく科学的な態度で気功に向かい合いたい。同時に科学の未知の領域に対しても偏見なく向き合っていきたい。情報化社会において、わたしたちの脳は常に緊張状態が続いています。そんな社会の中で「適応者」として生きていく為には不本意なヨロイを着込んだりもします。ヨロイとは「身を守る為の無意識の緊張」のことです。気功でヨロイを脱いだ状態を味わいませんか？ その状態がはっきりと意識できると、社会生活の中で自覚的に必要なときだけヨロイを使えるようになります。それは「自分自身が主人公」になる第一歩です。

## くつろぎヨガ

構成人数 10人  
 MAIL kutsurogi@i.softbank.jp  
 活動日時 第2土曜日(第1・3土曜日への変更等有り)  
 午後3時30分～5時  
 活動場所 ふれあいセンター等

### 【活動内容】

心身ともにくつろげるヨガを、地域の方々と実践共有しているヨガ教室です。忙しい現代人の生活に合わせ、年齢・性別・経験など問わず、ご都合に応じて自由に参加できる制度となっております。健康体操教室として流行しているヨガを、美容や健康長寿を促進する効果だけではなく、精神面の心の安らぎと豊かさをマクロビオティックの考え方も取り入れ実践しております。営利目的や集客重視ではないヨガ本来の意味「つなぎ、結ぶ」ことから、ご自身の目標や目的に合わせて心身と呼吸や意識を「陰陽の調和・融合・統合」させ、幸せの土台となる健康が実現できるご縁も地域の皆様との出会いからも大切にしております。



## 健康アップスクール

代表者 森 茂徳  
構成人数 40人  
TEL 0475-52-3342  
活動日時 毎週水曜日  
午前10時～11時30分  
活動場所 大和地区コミュニティセンター



### 【活動内容】

この会は、希望者が集まり、個々が一緒になって、簡単なストレッチ・筋肉トレーニングや有酸素運動等を行っています。いくらかの健康維持向上に繋ぐのを目的としています。そして、月2回はコーチに来てもらい指導を受け、楽しみながらレベルアップも図ります。スクールメンバー間の親睦も重視しており、春はウォーク花見、夏の納涼、暮の忘年茶話懇親もスクール時間を利用して行っています。みんなで、無理しないで、愉快地に楽しみながらトレーニングを行っています。仲間同士の運動前のお喋りも一つの楽しみようです。爽やかな活動サークルですよ。

## 自力整体研究会

代表者 石塚 澄子  
構成人数 10人  
TEL 0475-52-6017  
活動日時 第1・2・3金曜日  
午前9時～10時30分  
活動場所 東金中央コミュニティセンター



### 【活動内容】

皆さん、立って体を右へねじったり、左へねじったり（上下軸）、背中を反らせたり、丸めたり（左右軸）、右足に重心で右手を上げたり、左足に重心で左手を上げたり（前後軸）してみてください。やりにくい動きはありませんか？ 又は気持ちいい動きはありますか？ こうやって歪みを見つけます。これは「そうたい法」と言って、体操とちがいで、気持ちいい動きを探しながら、ゆっくりと動いていって歪みをなくしてゆくという方法です。座って行なったり、寝て行なったり、色々ありますが、どれも痛い動き、やりにくい動きはしません。すぐ薬に頼る前に、自分でできることは、たくさんあります。★無料体験で実感してみてください。

## 自力整体同好会

代表者 井上 美智子  
 構成人数 6人  
 TEL 0475-52-7245  
 活動日時 毎月第1・2・3土曜日  
 午前9時~10時30分  
 活動場所 大和地区コミュニティセンター



### 【活動内容】

スポーツでも踊りでも、良い結果を出す為には、カラダの歪みは好ましくありません。

日常生活でも同じこと。カラダを大事にするココロが快適なカラダを創り上げます。快適で幸せな気分である人は、他人にもそんな気分を波及させていきます。

カラダの不調やストレスで沈みがちになる人もいれば、負けないで、あの手この手でそれを乗り越え、輝いている人もいます。

不調とは、カラダさんからあなたへの「このままじゃ困るヨ、何とかして」というメッセージ。

カラダの三軸（上下軸、左右軸、前後軸）を自分で整えて、快適で幸せ気分の毎日を過ごしましょう。

★無料体験で実感してみてください。

## 砂郷ラジオ体操会

代表者 角田 幸二郎  
 構成人数 16人  
 活動日時 毎朝  
 午前6時30分~6時40分  
 活動場所 砂郷 菅原神社境内



### 【活動内容】

健康寿命を伸ばし地域での仲間づくりのために、NHKラジオ第1放送のラジオ体操第1と第2を平成29年7月21日より毎朝続けています。どなたでも参加できますので、いつでも6時30分に砂郷の菅原神社境内または隣の寄付して下さった体操広場に来て一緒にラジオ体操をしましょう。

月会費はゼロ。

この会を基に様々な活動、健康講演などにも参加しています。

## だれでもできる健康体操

代表者 佐藤 ひさ子  
構成人数 10人  
TEL 0475-52-0589  
活動日時 毎週金曜日  
午後2時～3時  
活動場所 東金中央コミュニティセンター



### 【活動内容】

日頃の運動不足を解消する為  
おなじみの曲にのって簡単に体を動かし、楽しみながら運動しております。私達の目的は、何才になっても自分の足で歩く事が目標です。転倒防止や肩こり、なんとなく体が重く感じられる方、一度体験してみたいかがですか。メンバー一同でお待ちしております。高齢者大歓迎です。

## 東金市食生活改善会

代表者 畠山 予枝子  
構成人数 149人  
TEL 0475-50-1174  
FAX 0475-53-4411  
MAIL kenko@city.togane.ig.jp  
活動日時 行事により異なる  
活動場所 ふれあいセンター、各地区コミュニティセンター等



### 【活動内容】

「地域の健康は私たちの手で」をスローガンに、健康づくりのための食生活を通したボランティア活動を行っています。

- ・健康づくりメニューの伝達講習
- ・一人暮らし高齢者へのお弁当づくり及び訪問
- ・親子料理教室、男性料理教室の開催 など

健康づくりの世話役、案内役としてあなたの地域で活動しています。どうぞ、お気軽に声をかけてください。(市で開催している「健康教室」を受講・修了すると、食生活改善会員になることができます)

## 東金市ヘルスサポーターの会 「ふれあい」

代表者 角田 幸二郎  
 構成人数 167人  
 TEL 0475-50-1234  
 FAX 0475-53-4411  
 MAIL kenko@city.togane.lg.jp  
 活動日時 地区により異なる  
 活動場所 各地区コミュニティセンター等



### 【活動内容】

東金市内の10支部で活動している、自らの健康づくりを目的とした団体です。「とうがね健康プラン21(第2次)」を活用し、会員同士の親睦・情報交換を図りつつ楽しみながら健康の維持向上を図っています。各地区に集合し、ウォーキングや食生活改善推進員と合同の調理実習、バスツアー、地区の公園を活用したグラウンドゴルフ等を開催しています。

### 【メッセージ】

高齢になっても元気に過ごせるように、仲間作りと体力向上を目的に活動しています。仲間と一緒に楽しく健康づくりをしたい方はぜひお声かけください。

## MOA 健康生活ネットワーク東金

代表者 石橋 啓子  
 構成人数 8人  
 TEL・FAX 0475-52-5986  
 活動日時 随時  
 活動場所 東金中央コミュニティセンター



### 【活動内容】

- ・食育セミナー  
 栄養士、食育指導員による料理教室。季節の素材の持ち味を活かした料理のコツを学び温かく楽しく美味しい食卓を体験します。
- ・美育セミナー  
 美育指導員による花一輪の体験、茶の湯、一服の抹茶と季節の和菓子を頂き、花を愛で自然美と心の織りなす総合芸術を体験します。
- ・健康増進セミナー  
 浄化療法資格者による浄化療法(生体エネルギー)の体験。療法士が体の熱、凝りの状態を確認し急所を定め施術(大自然のエネルギーの放射)を受け心と体の癒しを体験します。体の健康、心の幸福を目指して、日常生活の中で継続、実践しています。

## 東金居合抜刀道同好会

代表者 東 徳銘  
構成人数 40人  
TEL 090-2254-2434  
FAX 0475-52-5339  
活動日時 毎週日曜日  
午後6時30分～9時30分  
活動場所 東金中学校武道場（剣道場・柔道場）



### 【活動内容】

会が出来て今年で37年目になりました。全国大会に連続優勝をしておりましたので平成23年に優良団体表彰を受け、現在は13才から88才の男女40名の会員で日々健康増進の為に頑張っております。居合抜刀道を通じ、日本の伝統文化や、礼儀作法、節度ある態度、集中力等を学び、お互いの心身鍛錬を目的にしております。稽古用の模擬刀等は無料で貸出しますので、道着等は稽古するのに相応した格好であれば何んでも構いません。入退会は随時受け付けています。興味のある方は見学は自由です。その時に抜刀道案内資料説明書等を配布します。年会費5,000円のみで、月謝はありません。無料体験もあり、お気軽に参加下さい。

## 東金東クラブ

代表者 井坂 靖  
TEL 090-1650-9105（鈴木）  
MAIL otokichi\_06@yahoo.co.jp  
URL <http://thunders89.web.fc2.com/>  
活動日時 土・日曜・祝日  
午前9時～午後4時  
活動場所 東小学校グラウンドほか



### 【活動内容】

東金東クラブは、小学生を対象とした軟式少年野球チームです。年間を通じ、少年野球大会への参加をはじめ、各種レクリエーションなど様々な活動をしています。スポーツを通じて、礼儀、人に対する思いやり、自分を支えてくださる方々への感謝の気持ちなどの「心」と年齢に相応した丈夫な「身体」を育てることを目標としています。月会費…小学4年生以上 2,000円  
小学3年生以下 1,000円

### 【メッセージ】

野球に興味がある東金市内の小学生を募集しています。初心者でも女の子でも大丈夫です。ぜひ一度、グラウンドへ遊びに来て下さい。お待ちしております。

## 福岡健康卓球クラブ

代表者 高橋 勝見  
 構成人数 15人  
 TEL 0475-55-2577  
 活動日時 毎週月曜日 午前9時～12時  
 毎週木曜日 午後1時～4時  
 活動場所 福岡地区コミュニティセンター



### 【活動内容】

中高年の方々を対象に卓球を通して明るく、楽しく、心身の健康作りを図るとともに仲間作りにより地域の活性化を進めております。活動は各人の体力と健康状態に合わせて無理なく気軽に行っております。

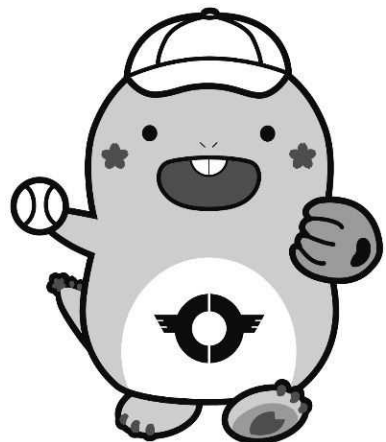
卓球は血流をよくし脳を活性化させボケの予防とリハビリに最適であるという研究の調査報告により裏付けされています。

社会はますます高齢化の時代に向かっております。

卓球を通して生活に潤いを与えてみませんか。高齢者の方や初心者の方、大歓迎しております。お気軽にご参加ください。

会費 1,500円

ボール代ネット代事務局費等



## おはなし勉強会 まめの木

代表者 岡部 秀子  
構成人数 5人  
TEL 0475-53-2323  
FAX 同上  
活動日時 第3月曜日  
(日程は都度決めます)  
活動場所 カフェ ルバープ

### 【活動内容】

おはなし勉強会まめの木は、昔話・グリム童話等を語っています。年に1回おはなし会を公開する予定です。物語を覚えて語りながら、おはなしの楽しさ、深さ、珍しさ等を味わっています。

## 茶道同好会 みやび会

代表者 塚田 康子  
構成人数 6人  
活動日時 第2・4金曜日  
午前10時~12時  
活動場所 東金中央コミュニティセンター 婦人の間

### 【活動内容】

私たちは、表千家教授八角宗隆(隆子)先生に指導をいただいている茶道同好会です。

平成8年、東金中央コミュニティセンターによる茶道教室の生徒募集で集まった16名の生徒からスタートし、3年間の教室の後同好会として存続し現在に至っています。24年間の間に少しずつ人数は減りましたが、会発足当時のメンバーを中心に薄茶、濃茶の基本から応用まで、又、茶事ではお箸の使い方から教示いただきました。

掛物、茶花などに季節の移ろいを感じ、一服のお茶に至福のひとつときを過ごしています。日本伝統の茶道に興味のある方は、どうぞお稽古を覗いてみませんか？お待ちしております。初釜の時の写真です。



## 宏峰会

TEL 0475-58-4053  
 FAX 0475-58-4053  
 活動日時 毎週水・金曜日  
 活動場所 自宅(水曜日)・生徒の自宅(金曜日)

### 【活動内容】

私達が学んでいるいけばなには、各個人が感じる個性的な自由花と伝承の古典華があります。又、身近な花、花木等でも手を加えることによって違った作品になります。

いずれもすばらしいいけ花となって皆様にお見せできるものです。

自由花古典華に興味を感じる方がいらっしゃいましたらどうぞ一緒に勉強しませんか？

皆様のご参加をお待ちしております。

## 上宿おやはし保存会 青と会

代表者 市原 利和  
 構成人数 36人  
 活動日時 原則第1・3土曜日  
 午後8時～  
 活動場所 コミュニティー東上会館

### 【活動内容】

私達「青と会」は、地域伝統芸能・文化の保存継承の為、代々受け継がれ活動している団体です。江戸時代から伝わる祭りばやしを真剣に、そして楽しく稽古しています。近年は昭和初期より親しまれ、最近耳に出来なくなった東金を題材とした楽曲等も掘り起こしています。現在会員は小学生低学年から老若男女で活動中です。おはやしや和楽器に興味をお持ちの方は、ぜひご参加ください。



## 九十九里井戸端大学

代表者 鑓田 俊幸  
構成人数 不特定  
TEL 090-5435-6366  
FAX 0475-76-4821  
MAIL yarita007@docomo.ne.jp  
活動日時 毎月1回(原則土曜日)  
午後7時30分~9時30分  
活動場所 松之郷 しいの木

### 【活動内容】

参考図書をもとにした講師による勉強会や、ゲストを招いて話を伺うサロン風の会などを行っています。

(参加費：1回600円)

堅苦しくなく出入り自由(猫でも可)。何をやるかは、参加者が決めます。知的刺激にあふれる会です。

### 最近の実績

(参考図書)

ネグリ「マルチチュード」・石牟礼道子「苦海浄土」・立松和平「毒一田中正造」・ルソー「市民契約論」

(ゲスト)

- ・女子高校生サポートセンター「Colabo」代表 仁藤夢乃さん
- ・映画監督 今泉光司さん
- ・インドハーブ商品化プロジェクト 安達友子さん

## 古典の会

代表者 木村 洋子  
TEL 0475-52-2460  
FAX 同上  
活動日時 第2・4水曜日  
午後2時~4時30分  
活動場所 東金図書館 会議室

### 【活動内容】

古典文学は私たちの心のふるさとです。古代から明治時代までの優れた作品を、原文で読んでまいります。まず会員皆で朗読し、作品の世界を想像し豊かな思想や感情を味わいながら音律の響きを楽しみたいと思います。さらに、現代語訳の資料を読み、説明に従い理解を深めます。読後は自由に感想を語り合いお互いの親睦を深めてゆきたいと思えます。

どうぞ気軽に古典の森への散歩におでかけください。

## 芝和華会

構成人数 13人  
 TEL 0475-58-3549  
 活動日時 第1・3日曜日  
 午後1時～3時30分  
 活動場所 新宿公民館

### 【活動内容】

地区の方達が優先ですので練習日が  
 変わることがあります。  
 歌謡舞踊なので歌詞も覚えられま  
 す。手足を動かし健康のため和気あ  
 いあい楽しんでおります。

## 東金市郷土研究愛好会

代表者 木村 卓  
 構成人数 27人  
 TEL 090-7811-0417  
 (事務局 吹野恭一)  
 MAIL y-fukino@js5.so-net.ne.jp  
 活動日時 第4土曜日  
 午後1時30分～4時  
 活動場所 東金市文化財保管庫会議室



### 【活動内容】

- 1) 会員各位が郷土に関わる歴史研究の発表を行う。
- 2) 郷土東金の歴史展示の開催。  
 「歴史とロマンの郷土・東金」と題し、東金文化会館常設展示室にて展示。
- 3) 年1～2回、下記の行事を開催
  - ・ 特別講師を招き歴史講演会
  - ・ 市内、県内等の歴史研修旅行
  - ・ 研修資料、機関紙等の発行

「去るものあり 来るものあり  
 その出会いを 大切にしよう」

出入り自由です。郷土の歴史に関心のある方、ご遠慮なく第4土曜日の例会にお出かけください。

## 東金関寛齋顕彰会

代表者 木村 卓  
構成人数 50人  
TEL 0475-52-0696  
(事務局 宇野英雄)  
活動日時 随時  
活動場所 東金市内及び関寛齋翁  
ゆかりの各地域



### 【活動内容】

郷土東金の偉人・関寛齋翁の事績を世に発信し、後世に引き継ぐことを目的として、寛翁及び寛翁を取り巻く人々に関する研修の成果を発表し、東金、佐倉、銚子、長崎、いわき、徳島そして北海道陸別町など、寛翁ゆかりの地域の方々と交流を進めてまいります。

また、寛翁生誕日の2月18日の前後に寛翁の医業と開拓の人生等に関する講演会や展示会などを開催し東金市の内外に、寛翁の「慈愛と進取」に満ちた生き方を発信してまいります。

入会、退会は自由です。お気軽に声をお掛け下さい。

## 東金俳句会

代表者 三枝 青雲  
構成人数 15人  
TEL 0475-52-3180  
FAX 同上  
活動日時 第1水曜日  
活動場所 東金図書館2階



### 【活動内容】

人生の100年時代を迎えるに当たり後期高齢者のボケ防止と俳句の生涯学習により教養を高めて東金の文化活動の親睦を図りたい。

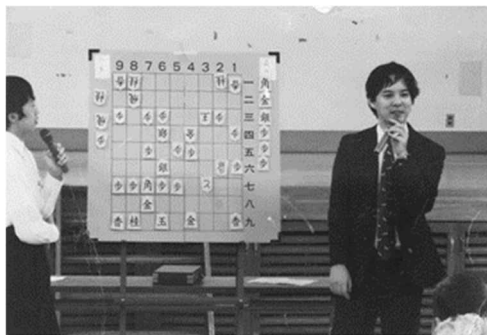
また、年一度の合同句集を発刊しその活動状況を後世に伝えたい。

これから俳句を習いたい方は是非とも東金俳句会にご入会をお待ちしております。

講師 千葉県俳句作家協会理事  
俳人協会幹事  
原人名誉主宰 三枝青雲

## 日本将棋連盟 東金将棋同好会支部

代表者 小倉 和弥  
 構成人数 25人  
 TEL 0475-52-2061  
 MAIL rsm37632@nifty.com  
 活動日時 第1日曜日  
 午後0時30分～5時  
 活動場所 東金中央コミュニテイ  
 センター



### 【活動内容】

日本の伝統文化である将棋の普及・発展を図るため日々活動しています。毎月第1日曜日の例会、年1回の大会の実施、市主催の市民将棋大会への協力、また、連盟によるイベント開催等を行い普及活動を行っています。初心者から有段者までぜひご参加下さい。

## フラワーアレンジメントサークル 花空間

代表者 家徳 幸子  
 構成人数 20人  
 TEL 090-1805-0377  
 0475-58-5738  
 FAX 同上  
 活動日時 東金 月1回第1木曜 自宅 不定期  
 市原 月1回第2火曜  
 活動場所 東金中央コミュニテイセ  
 ンター、自宅  
 更級公園管理センター(市原市)



### 【活動内容】

私達はフラワーアレンジメントを通してお花によって笑顔と心をいやして日常を明るく元気に!!というサークルです。市の文化展の参加も文化展での無料体験も行い地域の方々にもお花の生ける楽しさなどPRしています。メンバーは小学生の方からご年配の方と様々です。又生花で無く枯れない特殊なお花のアレンジや様々なアレンジも行っています。お花を生ける事は心をいやすだけで無く脳への刺激にも良いと言われていています。手先を使って作るのご高齢の方にも良いかと思えます。年齢を問わない楽しんで頂けるサークルですので安心してご参加して頂きたいと思えます!!そして秋の東金市の文化展で作品を披露してみませんか?

## マナオラナ・フラ・スタジオ Mana'onala·Hula·Studio

代表者 矢部 京子  
 構成人数 50人  
 TEL 090-2338-5457  
 0475-76-3828  
 FAX 同上  
 MAIL viadelos23non38@docomo.ne.jp  
 活動日時 毎週火・木・金・土・日曜日  
 午後1時30分～5時  
 活動場所 東金中央コミュニティセン  
 ター・九十九里町つくも学遊  
 館・茂原市本納公民館



### 【活動内容】

教室名のマナオラナは希望という意味のハワイ語です。皆様、希望を胸に「明るく楽しく生き生きと」をモットーに、東金・九十九里・茂原方面で熱心にフラを学んでおります。東金文化会館などの舞台出演や地域のイベント参加やお教室のクリスマスパーティーなどを通じて生徒間の絆を深めております。共に踊る仲間を思いやり心をつちにして一緒に作り上げてゆく喜びを共感しております。とりわけ大切にしているのは老人ホームなどのフラボランティア活動です。有り難いことに様々の施設からご依頼があり、喜んで頂けた時は幸せな気持ちが溢れます。マナオラナ・フラ・スタジオはアットホームな笑顔の絶えないお教室です。

## わいわいおもしろ(味)熟

代表者 竹内 まさみ  
 構成人数 5人+α  
 TEL・FAX 090-4610-7574  
 活動日時 お問い合わせください。  
 活動場所 東金中央コミュニティ  
 センター、畑



### 【活動内容】

綿を種から育て糸紡ぎ、草木染め、機織り体験のイベントに参加しています。綿畑で種から綿を育てています。皆さんも一緒に体験しませんか。出会いを大切にし、皆さんに呼びかけて活動を熟していきたいと思っています。私たちと自分の味(実)が熟す育ち合いをしていきませんか。集える古民家、(味)熟女・熟男さんも募集中です。

## 起山窯陶芸倶楽部

代表者 積田 正弘  
 構成人数 12人  
 活動日時 毎週日曜日  
 午後1時～4時  
 活動場所 起山窯

### 【活動内容】

起山窯陶芸倶楽部は、亡き師匠、宮井起山の意味を継ぎ、東金市山田(みきの湯隣)にある起山窯で会員相互が切磋琢磨しながら陶芸活動を行っています。

陶器から磁器、炆器の土を使い、酸化焼成から還元焼成、中性焼成、望まれれば釉薬づくりから窯炊きまで経験できる、初心者からベテランそれぞれの技量と好みにあった陶芸体験ができる場所です。

会費は月額で、月2回コース 3,500円、月4回コース 7,000円、入会金はなし、その他焼成時に作品代を納めていただきます。

興味がある方は、毎週日曜日午後、活動を行っていますので、気軽においでください。

## 東金読書会

代表者 前川 みよし  
 構成人数 11人  
 活動日時 第3金曜日  
 午後1時30分～3時  
 活動場所 東金図書館2階 多目的室

### 【活動内容】

昭和30年発足の歴史ある会です。現在会員は11名で、定例会は月に1回です。県立中央図書館の10冊文庫を利用して、課題本を決め、感想を語り合います。読書は孤独な作業ですが、読後感を話し、また人の感想を聞く事で本の幅が広がり、一人で読む何倍もの楽しみを味わう事ができます。ぜひ、定例会をのぞきにきて下さい。お待ちしております。

## 三志会 書道教室

代表者 中村 玄月  
TEL 0475-52-3098  
FAX 同上  
活動日時 第4木曜日  
午後3時30分～5時  
活動場所 福岡地区コミュニティ  
センター 研究室

### 【活動内容】

小学1年生から成人まで  
募集人数10名  
毛筆とペン習字の指導  
書は、人格です。  
美しい字を習いましょう。  
書道を通じて親子の絆を深めること  
ができます。

## 池坊さくら会

代表者 前嶋 好子  
構成人数 10人  
TEL 0475-52-4505  
FAX 0475-52-4717  
活動日時 月3回 原則として  
第1第2第4土曜日(午後)  
及び第2第3第4木曜日(午前)  
活動場所 自宅(東金市田間3)

### 【活動内容】

多くの方の参加をお待ちします。  
生活に又自然に沿った楽しい“いけばな”をめざしています。  
誰にでもできる初歩いけばな、個性を大切にすいけばなを小学生から高齢者まで生けています。  
活動内容としては、鶯嶺小学校いけばなクラブでの活動と、普段のいこ時の活動、そして秋の東金市主催の文化展への参加、及び田間地区文化展への参加などそれぞれ意欲的に楽しくとり組み生きがいの一つになっているようです。  
“いけばな”の内容としては、一般的な盛花、自由花、池坊独自の生花立花、などなどです。季節の花を追って生けていると一年があっという間に過ぎてゆき、10年以上の生徒さん達が多く続いております。乞参加。



## 演歌さざなみ会

代表者 石橋 三男  
 構成人数 15人  
 TEL 090-1459-8811  
 0475-54-1198  
 FAX 同上  
 活動日時 ご依頼先の都合に合わせてます  
 活動場所 東金市及び山武郡市

### 【活動内容】

ボランティア活動が、まだ盛んでは無かった頃、今から23年前頃から千葉県内の老人施設を慰問しておりました。今は東金市内、山武郡内を中心に、人々に喜びをの精神で長寿会等も含めまして、活動しております。懐メロ演歌、日舞、和太鼓、三味線、マジック、フラダンスで90分のショーを楽しんで貰っています。施設の他にも、年に1回東金文化会館大ホールでプロ歌手を呼び、一般市民の皆様にも無料で楽しんで貰っています。さざなみ会も。お陰様で23周年も活動させて貰ってます。これからも宜しくご支援の程をお願い致します。

## 九十九里黒潮太鼓

代表者 小倉 幸子  
 構成人数 20人  
 TEL 0475-76-4038  
 FAX 0475-76-4082  
 活動日時 毎週土曜日  
 活動場所 九十九里町中央公民館

### 【活動内容】

平成6年に結成されたチームです。会の基本方針は「楽しくなくっちゃ太鼓じゃないよ!」「親子で楽しめばまわりも楽しくなるんです。」を合言葉に創作太鼓や郷土芸能のお囃子で使われる篠笛を重点的に練習します。最近では大人のお囃子にも取り組んでおります。創作太鼓やお囃子といろんなことにチャレンジしています。練習は毎週水曜と土曜におこない運営はすべてお母さんたちで行います。和太鼓は音楽とスポーツを合わせたものです。一緒に楽しむ仲間を募集しています。



## 桜コーラス東金

代表者 佐藤 ルリ子  
構成人数 15人  
TEL 090-9836-2017  
活動日時 毎週火曜日（月3回）  
午前10時～12時  
活動場所 東金中央コミュニティセンター

### 【活動内容】

昨年、名称も変更して再出発をし、気持ちも一新した笑いの絶えないアットホームな合唱団です。歌うことが大好きできれいなハーモニーを目指して楽しく練習し、合唱祭に参加して成果を発表しています。初心者の方や、楽譜が読めなくても大丈夫。歌うことが好きな方、ぜひ一緒に歌いましょう。見学大歓迎です。お気軽にお問い合わせ下さい、お待ちしております。

## 将門寿太鼓

代表者 野地 昭良  
TEL 0475-55-1898  
活動日時 毎月第2、第4、第5日曜日  
午後5時30分～8時  
活動場所 丘山地区コミュニティセンター

### 【活動内容】

将門寿太鼓は、東金市在住の和太鼓好きな中年男女が楽しい人生観を味わおうと、色々なイベント、施設訪問などで太鼓演奏をして皆さんに喜んでいただいております。身体を動かす事の楽しさ、バチを伝って全身に流れる躍動感は素晴らしいです。ストレスも溜まりません。皆さんも和太鼓を体験してみませんか。成人男女ならどなたでも大丈夫です。笛の出来る方も参加して頂けると嬉しいです。詳細は活動日時に丘山地区コミュニティセンターへ来て頂くか、又は代表者へご連絡下さい。お待ちしております。



## オルデスト (フランス語学習サークル)

代表者 大沼 啓明  
 構成人数 10人  
 TEL 0475-55-3776  
 FAX 同上  
 MAIL h-onuma@catv296.ne.jp  
 活動日時 毎週土曜日(原則、月3回)  
 午後2時30分～4時30分  
 活動場所 東金中央コミュニティー  
 センター

### 【活動内容】

私たちは、フランス語の学習サークルです。今では、国際交流の場での共通語は英語が主流となっていますが、芸術・文化の世界では、まだまだフランス語が重要な地位を占めています。また、フランス語の美しい響きや豊かな表現力もそれ自体が大きな魅力です。私たちのサークル活動では、主にフランス語の会話表現にスポットライトを当てて勉強をしています。講座は前半1時間が初級者向けクラス、後半1時間が中級者向けクラスとなっていますが、どちらか一方でも両方に参加されても構いません(現在は、初級クラスの全員が後半のクラスにも一緒に参加しています)。見学は自由ですので、ご興味のある方はご連絡下さい。

## 九十九里地域 国際交流推進協議会

代表者 佐久間 治行  
 構成人数 10人  
 TEL 0475-54-2198  
 FAX 同上  
 MAIL PW3H-SKM@asahi-net.or.jp  
 活動日時 不定期  
 活動場所 幸田地区ふれあい夢・未来農園



### 【活動内容】

この会は、やさいや果樹栽培を地域在住の外国人や留学生と共に行うことで交流を深めようとするものです。

この農園は、平成20年に地域住民のふれあいの場として開園。やさいや果樹を約40種類栽培しています。特に健康に良いといわれる、ブルーベリー、ビルベリー、ジャバラ、マルメロ、ルバーブなど、まだまだ普及していないものを栽培しているのが特色です。

外国の方々とは、やさいや果樹の収穫体験と、収穫したやさいをその場で調理して楽しんでいます。

国際交流に参加したい方は気軽にご参加ください。お待ちしております。

## 東金国際交流協会

代表者 塚瀬 一夫  
 構成人数 約100人  
 TEL 0475-50-1114  
 (東金市秘書広報課国際交流担当)  
 活動日時 行事によって異なります。  
 活動場所 東金中央コミュニティセンター他  
 (行事によって異なります)



### 【活動内容】

当協会は、東金市及び周辺地域の住民と世界各国の人々との交流活動がより円滑に進められるよう支援し、国際的な相互理解と国際親善を深めることにより、国際化社会の形成に寄与することを目的として活動しています。

主な活動は、在住外国人や城西国際大学留学生との国際交流パーティー、バス旅行、外国料理教室を主催する他、地域のイベントのYASSA フェスティバルや産業祭に参加して、会員と地域在住の外国人の方々が親睦を深め、交流の輪を広げられるよう活動しています。

## 東金日韓交流協会 (韓国語教室)

代表者 戸村 寿彦  
 構成人数 99人  
 TEL 090-8684-6619(土屋)  
 090-3518-5924(池永)  
 0475-55-6896  
 FAX  
 活動日時 右記  
 活動場所 東金中央コミュニティセンター



### 【活動内容】

- ① 実力に応じた韓国語の学習
- ② ハングル能力検定試験の対応
- ③ 会員・韓国の人との交流

### 【活動日時・会費等】

- 水曜日 19:00～20:30  
 木曜日 14:00～15:30・19:00～20:00  
 土曜日 14:00～15:30
- ① 会費 2,000円/月(資料代含む)
  - ② 講師 土屋春美(趙淑姫)他

### 【メッセージ】

韓国語教室は、山武市中央公民館でも開催しています。また入門コースも年1回開催予定です。本協会は、韓国語教室だけでなく年1回の交流パーティーを始め、いろいろな行事を通して交流の輪を広げています。皆様の参加をお待ちしています。

## 東金日中友好協会 中国語学習会

代表者 齋藤 淑子  
 TEL 090-3401-3035  
 活動日時 入門 火曜日午後6時30分～  
 中級 金曜日午後6時30分～  
 活動場所 東金中央コミュニティセンター



### 【活動内容】

城西国際大学の中国からの留学生を講師に迎え中国語を学んでいます。

東金日中友好協会の行事に参加して留学生との交流を深めることができます。

#### ・春節の集い

今年は留学生（千葉大、城西国際大、東京医科歯科台）63名  
 中国大使館陳一等書記官、候二等書記官が出席、北京市玉府中学生31名も参加、総数130名以上となりました。

#### ・留学生との苺狩りとバーベキュー

#### ・やっさ祭り参加

ゆかたを着た留学生と一緒に踊りましょう。

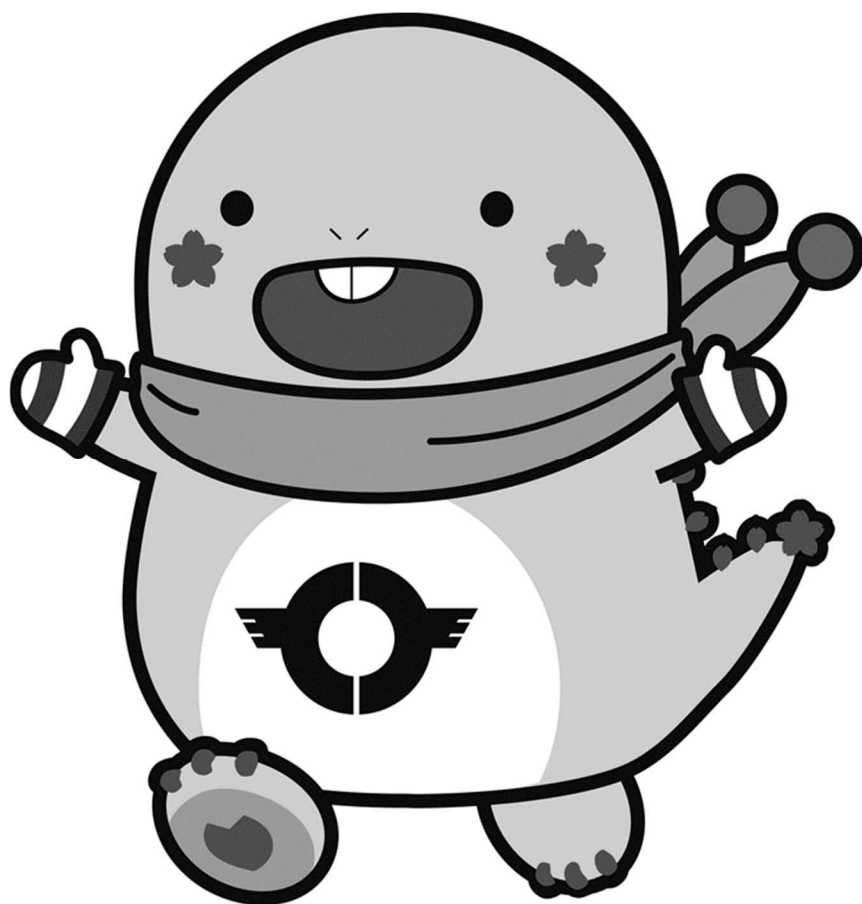
#### ・国内旅行

#### ・中国訪問



# 第3章

## お役立ち施設情報



# 施設情報一覧

## 文化施設

### 東金文化会館

- 所在 東金市八坂台 1-2107-3
- 電話番号 0475-55-6211
- 施設内容 大ホール(1,215名収容車いすスペース有)/小ホール(340名収容)/こども科学館/展示室/会議室/和室/練習室
- 利用時間 午前9時～午後9時30分(申込受付は午前9時～午後5時)
- 休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は水曜日)、年末年始
- 申込み 直接お問い合わせ下さい。

※文化会館の催し物については、「広報とうがね」、ホームページなどでお知らせしています。



### 東金図書館

- 所在 東金市東岩崎 1-1
- 電話番号 0475-50-1190
- 施設内容 児童室/閲覧室/郷土資料室/インターネットを利用できるパソコン
- 利用時間 午前9時～午後5時  
※6～8月及び毎週火曜日は午前9時～午後7時
- 休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)、年末年始、毎月第3木曜日(館内整理日)



### 東金市児童館

- 所在 東金市東岩崎 1-20
- 電話番号 0475-50-1235
- 施設内容 プレイルーム/図書室/創作室/多目的室/集会室/のびのびハウス
- 利用時間 午前9時～午後5時
- 休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日も休館)、祝日、年末年始

## スポーツ施設

### 東金アリーナ

- 所在 東金市堀上 1361-1
- 電話番号 0475-50-1715
- 利用時間 午前9時～午後9時
- 休館日 月曜日（月曜日が祝日の場合は水曜日）、年末年始
- 申込み 直接お問い合わせ下さい。

- 施設内容  
メインアリーナ（車いすスペース有/サブアリーナ/武道場/トレーニングルーム/大小会議室/陸上競技場（車いすスペース有）

### 東金青年の森公園

- 所在 東金市松之郷 186
- 電話番号 0475-54-0610
- 施設内容 野球場（1面）/テニスコート（4面）
- 利用時間 午前9時～午後5時
- 休場日 火曜日（火曜日が祝日の場合は水曜日）年末年始
- 申込み 東金アリーナへお問い合わせ下さい。（0475-50-1715）

### 東金市トレーニングセンター

- 所在 東金市南上宿 40-10
- 電話番号 0475-55-8720
- 施設内容 トレーニング器具/体力測定器/温水シャワー
- 利用時間 午前9時～午後9時
- 休館日 火曜日（火曜日が祝日の場合は水曜日）、年末年始
- 申込み 直接お問い合わせ下さい。

### 東金市家徳スポーツ広場

- 所在 東金市家徳 260-1
- 電話番号 0475-55-6235
- 施設内容 多目的グラウンド（1面）/テニスコート（4面）
- 利用時間 午前9時～午後9時
- 休場日 月曜日（月曜日が祝日の場合は水曜日）、年末年始
- 申込み 東金アリーナへお問い合わせ下さい。（0475-50-1715）



# コミュニティセンター

## 東金中央コミュニティセンター

- 所在 東金市東岩崎 1-20
- 電話番号 0475-50-1191
- 施設内容 講堂/会議室/調理室/  
研修室/和室など
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 正気地区コミュニティセンター

- 所在 東金市広瀬 482-6
- 電話番号 0475-58-5046
- 施設内容 ホール/和室/調理室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 公平地区コミュニティセンター

- 所在 東金市家之子 885-3
- 電話番号 0475-52-1440
- 施設内容 ホール/和室/調理室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 豊成地区コミュニティセンター

- 所在 東金市関内 564-3
- 電話番号 0475-58-3905
- 施設内容 ホール/和室/調理室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 丘山地区コミュニティセンター

- 所在 東金市小野 101-4
- 電話番号 0475-54-1770
- 施設内容 ホール/和室/調理室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 福岡地区コミュニティセンター

- 所在 東金市砂古瀬 426-1
- 電話番号 0475-52-5360
- 施設内容 ホール/和室/調理  
室/会議室/多目的室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 大和地区コミュニティセンター

- 所在 東金市田中 784-1
- 電話番号 0475-54-1330
- 施設内容 ホール/和室/調理室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始

## 源地区コミュニティセンター

- 所在 東金市上布田 22-1
- 電話番号 0475-55-9100
- 施設内容 ホール/和室/調理室
- 使用料 無料
- 利用時間 午前9時～午後9時30分
- 休館日 年末年始



## 保健・福祉施設

### ●東金市老人福祉センター

東金市東金 1717-1  
TEL 0475-52-2920

### ●山武健康福祉センター（山武保健所）

東金市東金 907-1  
TEL 0475-54-0611

### ●東金市シルバー人材センター

東金市道庭 1193-80  
TEL 0475-58-1888



### ●東金市社会福祉協議会

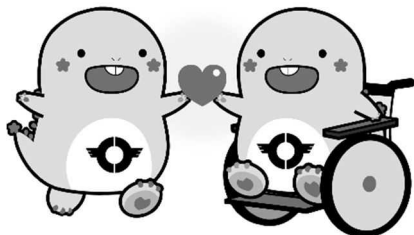
東金市田間 3-9-1(ふれあいセンター)  
TEL 0475-52-5198

### ●東金市簡易マザーズホーム

東金市田間 3-9-1(ふれあいセンター)  
TEL 0475-54-1197

### ●東金市福祉作業所

東金市田間 3-9-1(ふれあいセンター)  
TEL 0475-52-2155



# 市民活動ガイドブック

(令和4・5年度版)

---

発行 東金市  
編集 東金市 企画政策部 地域振興課 自治振興係  
〒283-8511 東金市東岩崎1-1  
TEL：0475-50-1115  
FAX：0475-50-1299  
メール：chishin@city.togane.lg.jp

---



# 市民活動

## ガイドブック

