西区コミュニティセンター・ハウス

サークル会員募集

令和８年４月
編集・発行　新潟市 西区役所 地域課
地域振興担当
〒950-2097　西区寺尾東３丁目14番41号
☎０２５－２６４－７１７２（直通）

西区内のコミュニティセンター・ハウスで活動しているサークルのうち、新会員を募集している団体を紹介します。サークルへの問い合わせ先につきましては、各コミュニティセンター・ハウスにご確認ください。

坂井輪コミュニティセンター

西区小針西1-12-12　☎025－232－0125

グループ名（内容）	活動日時
小町会 （新舞踊）	毎週（水） 午前
結の会 （新舞踊）	第 1・2・3・4（金） 午前
野ばらの会 （愛唱歌）	第 2・4（木） 午前
金舟会 （詩　吟）	第 2（金） 午後
カトレアの会 （社交ダンス・中級）	毎週（土） 午後
ステップ坂井輪 （社交ダンス）	第 1・2・3（金） 夜間
マイパール （レクダンス）	第 1・2・3・4（金） 午後
アロハ・へ・カ・ラアケア・オ・フラ （フラダンス）	第 1・3・4（金） 午後
アロハエコモマイ （フラダンス）	不定期 月３回（火）夜間 不定期 月２回（木）夜間
らく楽貯筋クラブ （健康体操）	第 1・2・3・4（金） 午前
小針ヨーガ （ヨガ）	毎週（木） 午前
沖ヨガ （ヨガ）	第 1・3・4（土） 午前
からだが整うタイ式ヨガ （タイ式健康法）	第 2・4（水） 夜間
みんなのタイチー （健康太極拳）	第 2・4（火） 午前
3B 体操 （健康体操）	第 1・2・3・4（火） 午後
口風琴 （ハーモニカ）	第 1・3（火） 午後
SC 卓球 （卓球）	第 1・3・5（木） 午前
総合空手坂井輪 （空手）	毎週（水） 夜間

坂井輪コミュニティセンター（つづき）

グループ名（内容）	活動日時
いずみ会 （生け花・小原流）	第 2・4（木） 午後
ひまわりの会 （生け花・池坊）	第 1・3（土） 午前
新東会 （煎茶の点前）	第 2・4（水） 午前
絵楽会 （絵手紙）	第 3（火） 午前
楽彩会 （淡彩画・日本画）	第 1（水） 午後
あすなろ会 （書　道）	第 2・4（土） 午前
戸塚刺繍 （フランス刺繍）	第 1・2・4（金） 午前
ニッティング （編物、手編）	第 2・4（金） 午前
フラワーサークルスミレ （フラワーアレンジメント）	毎週（土） 午前
木石会 （囲　碁）	毎週（木・土） 午前・午後
新潟碁楽室 （囲　碁）	毎週（水） 午前・午後
笑顔麻雀クラブ （健康麻雀）	毎週（火・日） 午前・午後
MCG （麻雀）	毎週（金） 午前・午後
いきいきサロン2 （地域交流・茶話会）	第 2・4（水） 午前
真砂２丁目談話室 （地域交流・茶話会）	第 1・3（木） 午前
オンヌリ （ハングル勉強会初級）	月３回（金） 夜間
食推会 （健康増進）	第 2（水） 午前



坂井輪コミセン広報キャラクター
“松ぼっくりん”

西コミュニティセンター

西区内野上新町11810　☎025－262－0377

グループ名（内容）	活動日時
イス De エアロビ （エアロビクス）	毎週(水) 午前
健幸エクササイズ （ソフトエアロビクス・ダンベル）	毎週（金） 午前
西が丘空手スポーツ少年団	毎週（土） 午前
ドリーム体操サークル （女子器械体操）	毎週(火・木・金) 夜間
3B 体操ヘルシークラブ	第 1・2・3・4(火) 午前
3B 体操トライアングル	第 1・2・3・4(火) 午後
ニコニコ 3B （3B 体操）	毎週(水) 午後
3B 体操 S.Y.K	第 1・2・3・4(木) 夜間
ポテトチップス （ストレッチ・ジャズダンス）	毎週(木) 午前
HAPPY ZUMBA （ズンバ）	第1．2（火）午前 毎週（木）午後
スポーツダンスフレンドリー （社交ダンス）	第 1・2・3・4(木) 午後
ニューあすかⅡ （社交ダンス）	第 1・2・3・4(土) 午後
カ・フラ・オ・ナ・プア・ケア （フラダンス）	第 1・2・3・4(金) 夜間
リコレファ （フラダンス）	第1．3（日）午後 第4（日）午前
フイ・オ・カニレフア （フラダンス）	第 1・2・3(水) 午後
アップル （卓球）	毎週(水) 午前
小林 （卓球）	第 2・4・5(火) 午前
内野木曜会 （カラオケ）	第 2・4(木) 午後
アンサンブルわかば （合唱）	第 2・4(水) 午後
おとなのピアノ愛好会 （ピアノ）	第 1・3(火)午前・午後 第 2・4(火)午前
西内野コミ協吹奏楽団	毎週(木)夜間 第 2・4(日)午後
西コミセン囲碁会	毎週(火・金)午後 偶数月第 2(日)午前.午後
西地区将棋会	毎週(土) 午後
西 PC クラブ （パソコン）	毎週(水) 午後
押し花	第1（金） 午前.午後
フラワーサークルレモンリーフ （フラワーアレンジメント）	毎週（木）2.3.5 午前.午後
池坊 （生け花）	第 2・4(土) 午後
西内野食堂 （食堂）	第3（土） 午前.午後

青山コミュニティハウス

西区青山6-16-20　☎025－233－2990

グループ名（内容）	活動日時
士衛塾 （空手）	毎週（火） 午後 4 時 30 分～
3B健康体操	第 1・2・3(火) 夜間
glamorous&charm （ジャズヒップホップダンス）	毎週（金・土）夜間
満月会 （日本民謡）	第 1・2・4(木) 午前
永田宏行と歌おう「うた声広場」	第 3（水） 午後
箏の会	第 1・3（土） 午前
浦山囲碁クラブ	毎週（木・土） 午後
はせがわ着物教室 （着付け）	第 1（金）午前 第 3（金）午前
アトリエHANA （フラワーアレンジメント）	第 4（木） 午前
フラワーサークル・ラベンダー （生け花・ブリザードフラワー教室）	毎週（金） 午前
歌の教室・くるみの木 （初心者のヴォイストレーニング）	第 4（金）午後
体幹トレーニングの会 （体幹、転倒予防体操）	毎週（木） 午前
有明フラダンス	第 2・4（水） 午後
Adagio （ヨガ）	毎週(水)夜間
生花草月流	第 4(水) 午前
水曜編物	第 1・3(水) 午前
カ・フラ・オ・ナー・プアケア （フラダンス）	第 2・4　（水）午後 第 1・3　（金）午後 第 1・2・3(土)午前
絵手紙「かきたいな」	第 4（水） 午前
楽ら～くヨガ	毎週（火） 午前
アカシアクラブ （卓球練習）	毎週（木）午後
花ルーチェ （四季の花のアレンジメント）	第 2・4（火） 午前
be デコルテ （健康体操）	第 3（木） 午前
ヨガラニ（ヨガ）	第1・2・4（木）午前
ちくちく倶楽部 （裁縫・単着物、和小物）	第1・3（火）午前
山沢詩吟教室	第1・3（金）午後





五十嵐コミュニティハウス

西区上新栄町4-5-68　☎025－260－3890

グループ名（内容）	活動日時
ふうせんクラブ （子育て支援）	第 1～4（火） 午前
アネラ （ベビーマッサージ講習親子の交流）	第 3（火） 午前
大正琴「昴」 （大正琴の練習）	第 1・3（火） 午後
囲碁の会 （囲碁の親睦）	毎週（火） 午後
美骨ストレッチ （姿勢改善）	毎週（火） 午後
アロハサークル Lealea （フラ　ストレッチヨガ）	第 1，3（火） 夜間
フラ・カウアノエラニ （フラダンス）	第 2，4（火） 夜間
太極悠遊の会 （氣功太極拳）	毎週（水） 午前
みんなでフェルデンクライス （フェルデンクライス）	毎週（木） 午前
少林寺拳法スポーツ少年団 （児童健全育成）	毎週（木） 夜間
新日本婦人の会ダンベル小組 （ダンベル・ストレッチ体操）	毎週（金） 午後
大正琴「はぎの会」 （大正琴の練習）	第 1・4（金） 午後
創作クラブ （主に書作品制作）	第 2・4（金） 午後
ロゼラニ （フラダンス）	第 1～3（金） 夜間
ロータス （ヨガ）	毎週（土） 午前
フラ・カハウケアラニ （フラダンスの練習）	第 1～3（日） 午前・午後
Kaoru yoga （ヨガレッスン）	第 1，3，4，5（日）午前 第2（日）午後



内野まちづくりセンター

西区内野町413　☎025－378－4450

グループ名（内容）	活動日時
ほぐれるヨガ （体をほぐしてリラックスしながら体力の向上を目的とする）	毎週（火） 午前
さわやか火曜会 （健康体操と親睦の為）	第 1・2・3・4（火） 午前
3B 体操すみれ会 （健康体操　認知予防　心も体も元気に）	第 1・2・3（火） 午前
叙情歌を歌う会	第 2（火）午前
楽書会 （書道錬成）	第 2・4（火） 午前
西ヶ丘空手スポーツ少年団 （空手道の練習を通した青少年の健全育成）	毎週（火） 夜間

内野まちづくりセンター（つづき）

グループ名（内容）	活動日時
少林寺拳法スポーツ少年団 （少林寺拳法・児童健全育成）	毎週（火） 夜間
内野バレエサークル （バレエレッスン）	毎週（火）夜間 毎週（土）午後
ときヨガ （心身の健康のため　身体ほぐしを中心に健やかに　！3411 過ごせる身体をつくる）	第 1・3・4（火） 夜間
芳扇会 （書道学習）	第 1（火） 午後
きらめきの会 （生涯学習の為の意見交換）	第 1（火） 午後
うちのパソコン同好会 （パソコンの勉強会）	第 1・3・4（火） 午後
ピアノでカラオケ （ジャンルにこだわらず、好きな歌を自由にうたおう）	第 1・3（火） 午後
美墨会 （水墨画・絵手紙）	第 2・4（火） 午後
内野ギターサークル午前の部 （ギター練習）	月 3 回・（火） 午前
掌拳（じゃんけん）ぽん （入門・初級および 24 式太極拳）	第 2・3・4（火） 午前
おむすびサロン （カーリンコン）	毎週（火） 午後
フラワーサークルラベンダー （フラワーアレンジメント・プリザーブドフラワー・生け花のレッスン）	毎週（水） 午前・午後
コスモス3B体操 （体操の練習・筋力アップ）	第 1・2・3・4（水） 午前
内野3B体操サークル （手具を使い曲に合わせて楽しく運動し健康維持に努める）	第 1・2・3・4（水） 午前
たんぽぽの会 （楽しく歌いましょう）	毎週（水） 午前
きらきらサルサ （サルサ健康ダンス・ストレッチで健康維持・老化防止）	第 2・3・4（水） 午前
内野朗読会 （朗読練習）	第 2・4（水） 午前
コーラス　ミルテの花 （ヴォイストレーニング【発声、呼吸法】に重点をおいたコーラス）	第 1・3（水） 午後
初めてのボイトレ　くるみの木 （発声法、呼吸法を学んで、歌曲を歌ってみよう）	第 2・4（水）、第1（金） 午後
内野フォークダンスの会 （フォークダンスを通して親睦と体力向上を目指す）	第 1・2・3・4（水） 午後
花筏 （短歌の学習会）	第 2・4（水） 午後
歌って！若返り教室 （認知症予防のための音楽療法）	第1・3（水） 午後
フイ・オ・カニレフア （フラダンスの練習）	第 1・2・3（水） 夜間
3B 体操うちの教室 （3B 体操　手具を持っての健康体操）	第 1・2・3（木） 午前
九藍社西 （書道の学習）	第 1・2・3（木） 午後
内野盆踊りの会 （盆踊りの練習）	第 2（木） 夜間
ちどりの会 （健康体操）	第 1・3・4（木） 午後

内野まちづくりセンター（つづき）	
グループ名（内容）	活動日時
朗読ハーモニー （朗読の練習）	第 1･3（木） 午後
レクダンスコスモスの会 （レクダンスを通して健康と親睦を目的に活動する）	第 1･2･3･4（木） 午後
大人の合奏 （楽器の演奏）	第 1･3（木） 午前
身体運動研究会　篠田塾 （健康体操）	毎週（木） 午前
フラワーサークル　レモンリーフ （フラワーアレンジメント･ブリザードフラワー）	毎週（木） 午前･午後
フラ･カハウケアラニ （フラダンスの練習）	第1･2･3（木）夜間 第 1･2･3（金）午前
コーラスたんぽぽ （コーラス練習）	毎週（金） 午前
内野ギターサークル夜の部 （ギターの練習）	月 3 回（金） 夜間
草月　花遊び （草月流いけばなを通して、花のあるくらしの提案）	第 1･3（金） 午後
折り紙サークルタ鶴 （折り紙の作品制作のために活動することを目的とする）	第1･3（金） 午前
内野歌声サロン （懐かしい歌を歌うことで参加者に元気になってもらう）	第3（金） 午後
AA ゆうなぎグループ （アルコール依存症から回復を目指す自助グループ）	毎週（金） 夜間
uCndanCe（ウチノダンス） （ダンスの練習）	第 2･4（土） 午前
内野柔道スポーツ少年団 （柔道）	毎週（土）、不定期（水） 夜間
内野真向会 （公益社団法人真向法協会の健康体操を通じ、地域市民の健康増進と健康寿命の延伸をはかる）	第1･3（土） 夜間
内野カラオケ同好会 （カラオケの練習･歌唱についての知識･イベントへの参加）	第 1･3（土） 午後
たのしい英会話 （英会話の練習）	毎週（土） 午前
フラワーアレンジ　isoi （生花･アーティシャルフラワー･ドライ･プリザーブドといろいろな花材を使い、子供（小4～）から大人まで参加できるフラワー教室）	第 1（土） 午前
ボードゲーム･サーカス（学生無料ゲーム会） （ボードゲーム体験会）	第 4（日） 午後･夜間
めざせ‼100 歳！まる太極の力 （健康運動、太極拳）	第1･2･4（土） 午前
青楊会 （能の謡と仕舞の稽古）	第1（土） 午前
新潟合気会西新潟道場 （合気道）	第 3･4（土） 午前
拳道会 （空手教室）	毎週（日） 午前
新潟西部市民吹奏楽団 （合奏練習）	第 1･3（日） 午後



坂井輪コミュニティセンター



西コミュニティセンター



青山コミュニティハウス



五十嵐コミュニティハウス



内野まちづくりセンター