

クラブ例会日・会長・幹事・クラブ事務所・例会場一覧

中川博司ガバナー事務所 〒396-0014 伊那市狐島4288
 TEL 0265-73-2600 FAX 0265-73-2602 E-mail : nakagawa-g@triton.ocn.ne.jp

グループ	クラブ名	例会日	電話	会長	事務所	事務職員氏名/勤務日時
			FAX	幹事	例会場所在地・電話番号	E-mail
東信第一	千曲川水		0267-86-5925	たかみさわ としみつ 高見澤敏光	〒384-0612 南佐久郡佐久穂町宿岩113-8 市川屋内	小須田みよ子/月～金 10:00～16:00
			0267-86-5925	なつかわ しゅうすけ 夏川 周介	日本料理市川屋 南佐久郡佐久穂町宿岩113-8	0267-86-2112 mail@chikumagawa.com
	軽井沢月		0267-46-4970	こうだ まさあき 甲田 正昭	〒389-0112 北佐久郡軽井沢町中軽井沢9-3 軽井沢町商工会館内	駒村まり/月～木 10:00～15:00
			0267-46-5445	えんどう たかし 遠藤 孝	軽井沢プリンスホテル・ウエスト 軽井沢町軽井沢1016	0267-42-1111 k-rotary@jfb.net
	小諸水		0267-23-8125	なかむら しげる 中村 茂	〒384-0025 小諸市相生町1-2-12 エイワンビル2F	掛川みち子/月～金 10:00～16:00
			0267-23-2788	きむら むねお 木村 宗雄	小諸グランドキャッスルホテル 小諸市古城1-1-5	0267-22-8000 komororc@ctknet.ne.jp
	小諸浅間火		0267-23-8125	わたなべ ふみお 渡辺 文夫	〒384-0025 小諸市相生町1-2-12 エイワンビル2F	掛川みち子/月～金 10:00～16:00
			0267-23-2788	よだ しんいち 依田 晋一	日本料理 音羽 小諸市鶴巻2-2-27	0267-22-2225 asamarc@ctknet.ne.jp
	南佐久火		0267-92-5033	くろさわ せんいち 黒澤 仙一	〒384-1103 南佐久郡小海町大字豊里57-1 小海町商工会内	連絡先 佐藤豊一/0267-92-5033
			0267-92-2346	にいづ たつえ 新津 達栄	松原湖高原ホテル 南佐久郡小海町大字豊里4324	0267-93-2723 msakurc@axel.ocn.ne.jp
	佐久木		0267-63-0432	はら たくお 原 拓男	〒385-0051 佐久市中込3-19-6 佐久グランドホテル内	大山ひろみ/月～金 9:00～17:00
			0267-63-4632	たかやなぎ けんじ 高柳 健司	佐久グランドホテル 佐久市中込3-19-6	0267-62-0031 sakurc@ybb.ne.jp
佐久コスモス月		0267-63-7878	はら ただし 原 忠司	〒385-0051 佐久市中込3150-1 一萬里ホテルゴールデンセンチュリー	斉藤孝枝/月～金 9:00～16:00	
		0267-63-7879	おおつか けいじ 大塚 啓二	一萬里ホテルゴールデンセンチュリー 佐久市中込3150-1	0267-63-3355 mail@sakucosmos-rc.jp	
蓼科水		0267-56-0035	うらの きよし 浦野 喜芳	〒384-2305 北佐久郡立科町芦田2537-6 Y・D・C内	山浦淑子/月～金 10:00～16:00	
		0267-56-0035	もろさわ とおる 両澤 透	4月～11月望月東急ゴルフクラブ 佐久市協和3597-27 12～3月 JA佐久浅間望月支所2F 佐久市望月町協和2361-1	0267-53-6109 0267-54-2585 madonna@tateshina-rc.gr.jp	
丸子木		0268-42-3988	うちほり としたか 内堀 敏高	〒386-0404 上田市上丸子1695 丸子コミュニケーションセンター内	久保山礼子/月～金 10:00～16:00	
		0268-42-4105	みやもと しんじ 宮本 伸司	魚久本店3階 上田市上丸子948	0268-42-2017 marukorc@siren.ocn.ne.jp	
東御水		0268-64-5223	あらかわ よしみ 荒川 義富	〒389-0516 東御市田中63-4 ラ・ヴェリテ内	吉池美佐子/月～木 9:30～15:30	
		0268-64-5226	あおき ふたみ 青木 二巳	ラ・ヴェリテ 東御市田中63-4	0268-62-1122 tomi-rc@valley.ne.jp	
上田月		0268-25-1039	ふせ しゅういちろう 布施修一郎	〒386-0024 上田市大手1-10-22 上田商工会議所内	宮澤由美子/月～金 9:00～16:00	
		0268-25-3711	いでた ゆきのり 出田 行徳	ささや 上田市中心2-15-12	0268-22-0128 ueda-rc@oobe.ocn.ne.jp	
上田東水		0268-21-3500	はせがわ しゆんじ 長谷川駿二	〒386-0025 上田市天神4-24-1 上田東急イン3F	中村恵美子/月～金 9:00～16:00	
		0268-21-3501	たかつか けんいちろう 高塚源一郎	上田東急イン 国際クリスタルホール 上田市天神4-24-1	0268-24-1401 uedaeast-rc@po6.ueda.ne.jp	
上田西木		0268-26-3900	なりた もりお 成田 守夫	〒386-0024 上田市大手1-10-22上田商工会議所内	中山香苗/月～金 9:30～16:00	
		0268-22-3141	みやした ゆうじ 宮下 勇二	ささや 上田市中心2-15-12	0268-22-0128 uedawest@ceres.ocn.ne.jp	
上田六文銭火		0268-25-6000	すぎやま ひろし 杉山 裕	〒386-0025 上田市天神4-24-1 上田東急イン3F	池田元子/月～木 9:30～15:30	
		0268-25-6002	なかざわ のぶとし 中澤 信敏	上田東急イン 国際クリスタルホール 上田市天神4-24-1	0268-24-1401 ueda6rc@po6.ueda.ne.jp	
北信第一	更埴火		026-272-3223	なかむら よしひろ 中村 芳弘	〒387-0011 千曲市杭瀬下三丁目9番地 千曲商工会館内	田中一美・堀米京子/月～金 8:30～17:15
			026-272-3633	ながお よしひさ 長尾 義尚	ハイランド倶楽部 千曲野 千曲市大字中370-1	026-272-6800 koshokurc@chikuma.cci.jp
	長野火		026-235-5493	たきざわ しょうじ 滝沢 捷司	〒380-0838 長野市県町576 ホテル国際21内	高野由季子/月～金 10:00～16:00
			026-235-4146	くらしい かずあき 倉石 和明	ホテル国際21 長野市県町576	026-234-1111 naganorc@mx1.avis.ne.jp

グループ	クラブ名	例会日	電話	会長	事務所		事務職員氏名/勤務日時
			FAX	幹事	例会場所在地・電話番号		
北信第一	長野南	月	050-3583-0388	たていわ 豊岩 恵行	〒388-8007 長野市篠ノ井布施高田895-1 長野商工会議所篠ノ井支部内		町田香奈子/月～金 9:00～15:00
			026-292-0722	うちだ 内田 哲郎	サトウ会館 長野市篠ノ井布施高田1000	026-292-0433	naganos-rc@grn.janis.or.jp
	長野西	金	026-235-2800	いけだ 池田 修平	〒380-0838 長野市県町576 ホテル国際21内		西澤京子/月～金 10:00～16:00
			026-235-0016	なかの 中野 欣哉	ホテル国際21 長野市県町576	026-234-1111	nwrc@sweet.ocn.ne.jp
	須坂	金	026-248-2722	かたぎり 片桐 明人	〒382-0091 須坂市立町1278-1 須坂商工会議所内		山岸あつ子/月～金 10:00～16:00
			026-248-2724	ながた 永田 栄一	サザカ迎賓館 須坂市馬場町1157	026-246-3333	suzakarc@siren.ocn.ne.jp
	須坂五岳	水	026-248-2734	きくち 菊池 健造	〒382-0091 須坂市立町1278-1 須坂商工会議所内		西澤光子/月～金 10:00～16:00
			026-248-2724	ながい 永井 和男	サザカ迎賓館 須坂市馬場町1157	026-246-3333	gogakurc@siren.ocn.ne.jp
	戸倉上山田	金	026-275-3782	おくはら 奥原 貞夫	〒389-0821 千曲市上山田温泉3-1-1 戸倉上山田商工会上山田支所内		宮原晴美/月～金 8:30～17:15
			026-276-6764	なかむら 中村 義照	笹屋ホテル 千曲市大字戸倉温泉3055	026-275-0338	togamirc@tk-rc.com
北信第二	みゆき野飯山	金	0269-67-0261	あべ 阿部 弘喜	〒389-2253 飯山市大字飯山5224-9		井出清子(自宅勤務)
			0269-67-2743	やまざき 山崎 一郎	じょんのび 飯山市大字飯山1250	0269-81-3335	例会時間 19:00～21:00
	長野東	水	026-233-5522	よこた 横田 一尊	〒380-0838 長野市県町576 ホテル国際21内		山岸真由美/月～金 10:00～16:00
			026-233-5656	やまだ 山田 康裕	ホテル国際21 長野市県町576	026-234-1111	neast-rc@valley.ne.jp
	長野北東	月	026-235-8822	わたなべ 渡辺 周二	〒380-0838 長野市県町576 ホテル国際21内		宮澤理恵/月～金 10:00～16:00
			026-235-8820	たけむら 竹村 利器	ホテル国際21 長野市県町576	026-234-1111	nne.rc@viola.ocn.ne.jp
	長野北	木	026-235-8817	みやした 宮下 征雄	〒380-0838 長野市県町576 ホテル国際21内		竹内素美/月～金 10:00～16:00
			026-235-8972	ないとう 内藤 武彦	ホテル国際21 長野市県町576	026-234-1111	n-kita@mx1.avis.ne.jp
	中野	木	0269-22-5852	たけだ 武田 典一	〒383-0022 中野市中央4-2-33 高社会館内		永沢せつ子/月～金 10:00～14:00
			0269-22-8002	しみず 清水 保雄	割烹 魚がし 中野市西1丁目5-39	0269-22-4108	nakar@diary.ocn.ne.jp
中信第一	あづみ野	水	0263-73-2901	しちさと 下里 守	〒399-8205 安曇野市豊科4312-6 奥村ビル2F		市川亜紀/月～金 9:00～17:00
			0263-72-3181	いしだ 石田 一夫	十八番館 安曇野市豊科4319-20	0263-72-1918	azumirc@poppy.ocn.ne.jp 例会時間12:45～13:45
	白馬	火	0261-72-4070	みやお 宮尾 英明	〒399-9301 北安曇郡白馬村北城7078番地 白馬商工会館内		横沢富美子/火 10:00～16:00
			0261-72-4070	わた 和田 信治	白馬商工会館2階 北安曇郡白馬村北城7078番地 白馬商工会館内	0261-72-4070	hakubarc@quartz.ocn.ne.jp
	松本	木	0263-32-2340	なかざわ 中沢 裕昌	〒390-0815 松本市深志1-5-8 深志ビル4F		藤原純子/月～金 10:00～16:00
			0263-35-5775	おおしま 大嶋三紀夫	ホテルブエナビスタ 松本市本庄1-2-1	0263-37-0111	info@matsumoto-rc.jp
	松本東	金	0263-36-7737	なかた 中田 金一	〒390-0815 松本市深志1-5-8 深志ビル4F		筒木玲子/月～金 10:30～16:30
			0263-36-6009	たかやま 高山 良光	ホテルブエナビスタ 松本市本庄1-2-1	0263-37-0111	eastrc@po.mcci.or.jp
	松本城	火	0263-32-7507	しばた 柴田 博康	〒390-0815 松本市深志1-5-8 深志ビル4F		浅川節子/第1・2火 15:00～21:00 月～金 10:00～16:00
			0263-32-6907	みやさか 宮坂 高幸	ホテルブエナビスタ 松本市本庄1-2-1	0263-37-0111	oshiro@themis.ocn.ne.jp 例会時間第1・2週 19:00～20:00 第3・4・5週 12:30～13:30
大町	水	0261-23-2727	くりばやし 栗林 士郎	〒398-0001 大町市平2822 黒部観光ホテル内		中村浩子/火～金 10:00～16:00	
		0261-22-7281	よこざわ 横澤 厚信	黒部観光ホテル 大町市平2822	0261-23-2727	omachirc@yacht.ocn.ne.jp	
中信第二	木曾	火	0264-52-4812	たぐち 田口 直幸	〒399-5607 木曾郡上松町大字小川12050-16		三上育子/月～金 9:00～16:00
			0264-52-2713	はやし 林 宏樹	ねざめホテル 木曾郡上松町ねざめ1888	0264-52-2245	kiso.r.c@yama-in.co.jp
	松本空港	月	0263-29-2750	あかはね 赤羽 啓	〒390-0835 松本市高宮東4-26		中村由美/月～金 9:00～17:00
			0263-29-2751	ながはら 永原 靖幸	ザ・ブライツガーデン 松本市高宮東1-28	0263-29-1122	rcair@po.mcci.or.jp
	松本南	月	0263-34-2623	こいらい 小岩井 高	〒390-0811 松本市中央1-23-1 松本商工会館内		澤柳真由美/月～金 10:00～16:00
			0263-36-1136	のちもと 野本 喜永	松本東急イン 松本市深志1-3-21	0263-36-0109	msrc@po.mcci.or.jp
	松本西南	水	0263-27-9720	いばらき 茨木 智	〒390-0835 松本市高宮東4-26		野村富貴子/月～金 10:00～16:00
			0263-27-9721	くぼた 久保田 敏一	ザ・ブライツガーデン 松本市高宮東1-28	0263-29-1122	seinanrc@janis.or.jp

グループ	クラブ名	例会日	電話	会長	事務所		事務職員氏名/勤務日時	
			FAX	幹事	例会場所在地・電話番号		E-mail	
中信第一	塩尻 金		0263-52-6900	こまつ たかし 小松 喬	〒399-0737 塩尻市大門八番町4-21 ホテル中村屋1F		宮澤悦子/月～金 10:00～16:00	
			0263-52-5284	いわけ けんじ 磐佐 健次	ホテル中村屋 塩尻市大門八番町4-21	0263-52-1300	shiojirirc@love.bbexcite.jp	
	塩尻 北木		0263-54-5600	はま ゆきお 浜 行雄	〒399-0744 塩尻市大門1010-1 工業会館内		橋爪保子/月～金 10:00～15:00	
			0263-54-5543	てづか ちはる 手塚 千治	あさひ館 塩尻市大門8-2-1	0263-52-0005	kitarc@shin-i.com	
	茅野 水		0266-73-6575	おび こうたろう 小尾幸太郎	〒391-0001 茅野市ちの3502-1 マリオローヤル会館3F		名取松代/月～水・金 9:00～16:00	
			0266-73-0657	きたはら とおる 北原 享	マリオローヤル会館 茅野市ちの3502-1	0266-73-0051	chinorc@po23.lcv.ne.jp	
	富士 見木		0266-62-8160	ごみ ゆみ 五味 由美	〒399-0211 諏訪郡富士見町富士見3675-11		中村紀子/火～木 10:00～15:00	
			0266-62-8160	おりい かつひこ 折井 克彦	JA会館ふじみ 諏訪郡富士見町富士見3577	0266-62-7971	fujimirc@crux.ocn.ne.jp	
諏	岡谷 火		0266-22-6939	みやざわ よしみ 宮澤 由己	〒394-0027 岡谷市中央町1-4-12		脇坂香代子/月～木 11:00～16:00	
			0266-23-6939	いのうえ やすこ 井上 保子	ホテル岡谷 岡谷市中央町1-4-12	0266-22-0555	okayarc@bz04.plala.or.jp	
	岡谷エコー 月		0266-26-7600	ますざわ としかず 増澤 敏一	〒394-0081 岡谷市長地権現町3-2-45 ライフプラザマリオ内		千葉芳子/月 10:00～16:00 水・金 13:00～16:00	
			0266-26-7600	すぎむら こうへい 杉村 浩平	ライフプラザマリオ 岡谷市長地権現町3-2-45	0266-28-8740	ri2600@okaya-echo.jp	
訪	諏訪 金		0266-52-5500	ひらばやし あきら 平林 明	〒392-0027 諏訪市湖岸通り3-2-9		小口史子/月・金 8:00～18:00	
			0266-52-5636	たまもと ひろと 玉本 広人	ぬのはん 諏訪市湖岸通り3-2-9	0266-52-5500	suwarc@nunohan.co.jp	
	諏訪 湖木		0266-26-4006	よしざわ くにお 吉澤 邦雄	〒393-0015 諏訪郡下諏訪町立町3306 下諏訪温泉「ぎん月」内		月～金 8:30～17:30	
			0266-26-4007	えびはら じゅうぞう 海老原十三	下諏訪温泉「ぎん月」 下諏訪町立町3306	0266-27-5011	suwakorc@suwakorc.net	
諏訪 大社 火			0266-82-3000	たかやま たけひで 高山 猛英	〒391-0001 茅野市ちの3502-1 マリオローヤル会館3F		名取松代/月～水・金 9:00～16:00	
			0266-82-3400	ふじもり かずひこ 藤森 和彦	マリオローヤル会館3F 茅野市ちの3502-1	0266-82-3000	taisharc@po24.lcv.ne.jp	
伊 那 木			0265-72-0077	みやした かねとし 宮下 金俊	〒396-0014 伊那市狐島4288		安藤三枝子/月～金 10:00～15:00	
			0265-76-0077	あらかし やすお 荒木 康雄	伊那食品工業(株)「くぬぎの杜」 〒399-4431 伊那市西春近5681	0265-78-1121 (本社)	inarc@arion.ocn.ne.jp	
伊 那 中央 火			0265-76-5858	おがわ あきみ 小川 秋實	〒396-0014 伊那市狐島4288		武井真由美/月～金 11:30～16:30	
			0265-76-0404	こむかい せいいち 小向 誠一	海老屋料理店 伊那市荒井3383	0265-78-4122	inacuorc@vesta.ocn.ne.jp	
上 伊 駒ヶ根 火			0265-83-0125	まつお よしお 松尾 嘉夫	〒399-4115 駒ヶ根市上穂栄町3-1 駒ヶ根商工会館4F		福澤はるみ/月～金 9:30～15:00	
			0265-82-5364	かすが としなり 春日 俊也	駒ヶ根商工会館4F 駒ヶ根市上穂栄町3-1	0265-83-0125	info@rckoma.jp	
那 箕 輪 金			0265-70-7117	やまぐち のほる 山口 昇	〒399-4601 上伊那郡箕輪町中箕輪14016-346 金星ビル201		浦山祥美/月～金 9:30～16:00	
			0265-79-6694	くわざわ さとし 桑沢 諭	伊那プリンスホテル 上伊那郡箕輪町松島8288-1	0265-79-0088	kanayaak@rice.ocn.ne.jp	
辰 野 水			0266-41-0211	いたくら たけし 板倉 健	〒399-0421 上伊那郡辰野町辰野1794		石川和恵/火～木 9:00～13:30	
			0266-43-3669	かわて きんや 河手 欣哉	たつのパークホテル 上伊那郡辰野町樋口2396-20	0266-41-2001	tatsuno-r.c@po10.lcv.ne.jp	
飯 田 水			0265-23-3430	はたなか みのる 畠中 實	〒395-0043 飯田市通り町4-1293-1		遠山陽子/月～水・金 9:00～15:00	
			0265-23-3433	たけい きよひこ 武井 清彦	シルクホテル 飯田市錦町1-10	0265-23-8383	iidarc@titan.ocn.ne.jp	
飯 田 東 火			0265-52-5757	かたぎり のぶちか 片桐 信親	〒395-0084 飯田市鈴加町2-21 東洋斎藤ビル2F		熊崎照子/月～金 9:30～16:30	
			0265-49-8760	がま ゆうしょう 蒲 祐正	シルクホテル 飯田市錦町1-10	0265-23-8383	iidaeast@af.wakwak.com	
飯 田 南 金			0265-59-8110	こじま よしはる 小島 嘉治	〒395-0033 飯田市常盤町41 飯田商工会館2F		生田目恵理(なまためえり)/ 月～金 9:00～17:00	
			0265-59-8113	みやした なおまさ 宮下 尚昌	マリエール飯田 飯田市羽塚坂町2346-1	0265-24-4122	southrc@titan.ocn.ne.jp	
松 川 木			0265-36-3049	ひらしま やすひで 平島 康秀	〒399-3303 下伊那郡松川町元大島1677-2		山形真理子(自宅勤務)	
			0265-36-3299	ほりうち としひこ 堀内 敏彦	松川町商工会館3F 下伊那郡松川町元大島1559-3	0265-36-3300	mtkwrc@abeam.ocn.ne.jp	
天 竜 川 月			0265-36-3049	ふじもと よしお 藤本 芳男	〒399-3303 下伊那郡松川町元大島1677-2		山形真理子(自宅勤務)	
			0265-36-3299	まえしま よしなみ 前島 義文	割烹 橋場 下伊那郡豊丘村神稲3404-11	0265-35-8888	tenryurc@abeam.ocn.ne.jp	