

港北区 グループ・団体ガイド2019

生涯学習に役立つ情報満載!



本ガイドは、主に港北区内の公的な施設を利用して活動しているグループ・団体を紹介しています。

何か始めてみたい方、趣味を見つけない方、地域で仲間がほしい方、このガイドをあなたの生涯学習にお役立て下さい。

港北区区民活動支援センター

ご利用にあたって

この冊子は、主に区内の公共施設を会場としてさまざまな分野で活動しているグループや団体を紹介しています。(政治や宗教、営利を目的とする団体は除きます)

地域のグループ・団体の参加を希望する方の手引きとして、また各グループの相互交流、情報交換などにご活用ください。

- ◇ この情報は平成 31 年 1 月 31 日現在のものです、掲載を希望されるグループ・団体から提出いただいた内容をそのまま掲載しています。入会、活動については、当事者間の責任において行なってください。
- ◇ 活動場所、活動日などは変更になる場合がありますので、連絡先に確認してからご参加ください。連絡先が「区民活動支援センター」になっているグループ・団体については、港北区区民活動支援センターにお問い合わせください。
- ◇ この冊子に掲載されている情報を、活動以外の目的に使用することは固くお断りします。
- ◇ ご不明な点やお気づきの点は、港北区区民活動支援センターまでお問い合わせください。

港北区区民活動支援センター

〒222-0032 港北区大豆戸町 2 6 - 1

港北区役所 4 階 4 8 番窓口

TEL&FAX 5 4 0 - 2 2 4 6

Eメール ko-center@city.yokohama.jp

目 次

● グループ・団体紹介 ●

A. 福祉・社会活動

ボーイスカウト横浜第79団	7
NPO 法人 道志水源林ボランティアの会	7
港北録音グループ	7
With	7
ふたばの会	7
四季の音	8
鶴見川舟運復活プロジェクト	8
大豆戸菊名打ち水大作戦実行委員会	8
コミバス市民の会	8
小机城のあるまちを愛する会	8
Tomodachi Club (港北くみんの会)	8
港北みりよく発見団	9
らくらく市実行委員会	9
布おもちゃボランティア こまめ	9
ソーイングボックス	9
ハハ歯サポート隊	9
港北図書館友の会	9
ミズキー文庫友の会	10
NPO サンライト	10
NPO 法人 おもしろ科学たんけん工房	10
まめどシニアクラブ	10
横浜きた・おやこ劇場	10
光る波 (シュタイナーを学び障がいを考える会)	10
虹色畑クラブ	11
NPO 法人 日本の竹ファンクラブ	11
城郷地区子ども会育成連絡協議会	11
ぬる茶会@おからさん	11

B. 子育て・子育て支援

親子のための「わらべうたあそびの会」	12
リトミックキティクラブ	12
ふしぎな TAMAGO	12
宮前赤ちゃん会2	12
ふたごザウルス	12
ぞうさんの帽子	13
ま～の・ま～の	13
ウェルカム	13
横浜パパ会	13

オカピクラブ	13
きりんさんクラブ	13
音楽であそぼ ママといっしょ (銀鈴会)	14
子どもと家族支援研究会	14
とことこの会	14
おさんぽ会	14
トットくらぶ	14
港北区子育て支援ボランティア「ポケット」	14
子育てサロン はひふへほ	15
公園遊びの会 わくわく	15
P35 (パパさんGO!)	15
産前産後ハンドレッド・スマイル [ママクラブ]	15

C. ダンス・スポーツ・アウトドア

KTO 体操クラブ	16
大綱太極拳クラブ (敬悠会)	16
健身会	16
横浜陳式太極拳道友会	16
ゆうゆう太極拳	16
港北太極拳 若葉グループ	17
健康体操クラブ	17
粋な男の体操サークル	17
さつき	17
ひまわりヨガ	17
木曜ヨガ	17
さわやか体操会	18
やさしいピラティス	18
篠原シルバー体操教室	18
～歌って～のびのびシニアストレッチ	18
シャル ウィ ウォーク	18
大倉山ノルディック・ウォーキングクラブ	18
フラ港北レファ	19
カハラオプナ	19
ビックセブン	19
横浜・港北ユニカール倶楽部	19
下田卓球フレンズ	19
キッズ空手クラブ	19
たちばなキッカーズ	20
ふきのとう	20
いきいき健康サロン	20
エルム太極拳	20
新羽気功太極拳の会	20
港北ふれあいストリートダンスまつり実行委員会	20

D. 文芸・歴史

篠原城と緑を守る会	21
菊名連句会	21
「嶺」俳句会	21
紫木蓮の会	21
朗読の会「うぐいす」	21
港北むかしおはなし紙芝居 生涯学習たまてばこ	22
紙芝居「クリニック」	22

E. 伝統文化

大倉山『おわら節』を学ぶ会	23
港北阿波踊り連盟	23
香梅会	23
篠原香梅会	23
好日会	23
小倉百人一首かるた会	24
おぐら会	24
詩吟教室 神風流神旺会	24
日吉吟詠会（川崎吟友会傘下）	24
新羽吟詠会（川崎吟友会傘下）	24
詩吟を楽しむ会	24
下田民謡友の会	25
雅楽 平安楽舎	25
横浜興禅寺雅楽会	25

F. 語学・国際交流

英会話サークル スマイル	26
L.E.E	26
楽しい英会話	26
サワディータイ	26
中国語と文化を学ぶ会	26
わいわいニイハオ	27
韓国語パラン	27
横浜日仏友好会	27
マカロン	27
楽しいドイツ語	27
楽しいスペイン語	27
神奈川 SGG クラブ (KSGG)	28

G. 音楽・演劇

ウクレレで笑顔サークル	28
年金者組合（港北支部）ハーモニカクラブ「風」	28
銀鈴会コーラス	29
アポロ合唱の会	29
港北混声合唱団	29
サウンド ウェーブ	29
コーロ・クオーレ	29
コーロ フェリーチェ	29
混声合唱団コールシュテルン	30
師岡うたの会	30
ジャズを楽しむ会「グッドライフ」	30
スタンダードジャズ同好会	30
なかよし童謡・愛唱歌の会	30
港北童謡の会	30
新羽うたの会	31
港北合唱倶楽部「華の会」	31
ザ・ハーモニー横浜	31
合唱サークル プリマヴェーラ	31
しのはらジュニアオーケストラ	31
お琴サークル	31
地域演劇集団スターリンクス	32

H. 美術・工芸

幸彩会	32
墨彩の会	32
白峰会	33
絵画サロン	33
港北絵の会	33
水彩画教室	33
横浜轟会	33
透明水彩画アルファー会	33
アミ・ウィービング	34
日吉表装同好会	34

I. 情報・パソコン

港北ふるさとテレビ局（KFTV）	34
こうほくぱそぼら	34
港北パソコンサロン	35
高田パソコンクラブ	35

J. 趣味・実用

ハガキ絵・絵てがみの会	35
わかばの会	35
アートと絵手紙 彩の会	36
菊名アートと絵手紙の会	36
さくら・やさしい折り紙の会	36
NYフラワーアレンジメント	36
キルトスタジオ T&A	36
ハワイアンキルトクラス ハウオリ アヌエヌエ	36
着付サークル	37
着つけ・よそおい	37
粋な男の料理サークル	37
男の料理	37
大曾根 男の料理教室	37
おやじの手料理	37
綱島フライパンの会	38
男の料理サークル・菊名	38
日吉メンズ・ベーカリー	38
大綱マジッククラブ	38
日吉マジック	38
師岡コミハ将棋同好会	38
欣喜雀躍（きんきじゃくやく）の会	39
横浜雀の会	39
まめど麻雀の会	39
畑っこ・新羽の会	39

K. 生涯学習

生涯現役つなしま会	40
生涯学習「グループ大地」	40
ナイスミドルの会	40

A. 福祉・社会活動

ジャンル
団体名

青少年の野外活動 ボーイスカウト横浜第79団

活動内容	キャンプやハイキング、工作など。野外活動を通じて自然を学び、友情や協調性・リーダーシップを育てます。 活動はゲームなどの形式で遊びながら行い、集中力・自立心・自主性を養います。
主な活動日・時間	日曜日(月2～3回) 9:00～12:00(または～15:00)
主な活動場所	大倉山公園、熊野神社市民の森、綱島公園 その他、県内各所
会員数と年代層	100名 年長～大学生
会費等	5,000円/年(育成会費) その他活動費・登録費
連絡先	ヤマモト カエヨ 山本 加枝子 TEL&FAX 541-0642 メール webadm@yokohama79.net

ジャンル
団体名

横浜市の水源を守るための活動 NPO法人 道志水源林ボランティアの会

活動内容	横浜市民に安全な水を供給するため、横浜市の水源の一つである山梨県道志村の民有林の整備を目的とし、横浜市水道局と協働して間伐作業を行っています。 区内においては、上記の趣旨を理解していただくため、丸太切りイベント参加や、学校等で出前講座等を開催しています。
主な活動日・時間	年間15回(毎年2月頃決定) 10:30～15:00
主な活動場所	間伐作業は山梨県道志村 イベントは学校など要請のあった場所
会員数と年代層	約270名 60代
会費等	2,000円/年
連絡先	NPO法人 道志水源林ボランティアの会 理事長 <small>ムライ ツギオ</small> 村居 次雄 TEL&FAX 664-3972 メール cert@doshi-suigenrin.jp

ジャンル
団体名

音声訳ボランティア 港北録音グループ

活動内容	目の不自由な人に文字情報を声と録音で提供。毎月、地域情報「港北声の散歩道」の録音デジ版やテープ版を発行。地域と盲学校で対面朗読。本や取扱説明書などを録音(CD・テープ)。視覚障がい者との交流会。
主な活動日・時間	火曜日 10:00～12:00 または 13:00～15:00 定例会・勉強会。当番月は他の曜日あり
主な活動場所	港北区福祉保健活動拠点
会員数と年代層	32名 40～80代
会費等	1,500円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

傾聴グループ With

活動内容	私達は、お相手のお話を受容と共感の心で傾聴させて頂いています。仲間と学習を重ね実践に臨み、お相手の心の安定・健康促進などのお役に立てています。これは、人と人との相互作用がよい結果を導いてくれたと考えています。いつも感謝の心で活動しています。
主な活動日・時間	定例会：月1回 / 訪問活動
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ、綱島地区センター、各施設 ほか
会員数と年代層	7名 50～70代
会費等	1,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

交流会など ふたばの会

活動内容	大豆戸地域ケアプラザを中心に『みんなのほっとサロン』(地域ケアプラザ協力)、デイケアサービスでの活動。
主な活動日・時間	第1土曜日 13:30～15:00 ほか
主な活動場所	大豆戸地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 60～70代
会費等	なし
連絡先	ヤマト ヒロシ 大和 宏 TEL&FAX 401-6660 メール yamato@r9.dion.ne.jp

ジャンル
団体名

箏と尺八による演奏 四季の音

活動内容	港北区内のケアプラザ（現在6箇所）のデイサービスの場で、箏と尺八による演奏を行っています。活動は月に1回程度。曲目は高齢者が良く知っている曲を中心に選んでいます。
主な活動日・時間	不定期
主な活動場所	港北区内地域ケアプラザ
会員数と年代層	3名 60～70代
会費等	経費のみ
連絡先	ミヤザワ トオル 宮澤 徹 TEL&FAX 544-7126

ジャンル
団体名

地域活動 鶴見川舟運復活プロジェクト

活動内容	鶴見川に川舟を復活させて、流域の自然や伝統文化を子どもたちや地域の住民に伝える活動をしています。舟による自然観察会、田植え、稲刈り、餅つき、河川敷の清掃、講演会、展示会、見学会などを開催しています。興味のある活動に参加ください。
主な活動日・時間	月2、3回程度の活動と、 月末土曜夕方の定例会
主な活動場所	鶴見川、新横浜公園など
会員数と年代層	60名
会費等	1,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

地域活動 大豆戸菊名打ち水大作戦実行委員会

活動内容	夏の打ち水大作戦を通してエネルギー・地球温暖化問題に取り組んでいます。
主な活動日・時間	毎月第1月曜日 10:00～12:00
主な活動場所	大豆戸地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 60代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

菊名おでかけバスの運行 コミバス市民の会

活動内容	菊名おでかけバスを毎週火曜日7便運行しています。車も運転・添乗・運行管理も地域の住民の協力によります。さらに移動と外出の支援を地域の皆さんと一緒に進めています。
主な活動日・時間	主に毎週火曜日プラス適宜
主な活動場所	主に菊名駅近くで会議を開催
会員数と年代層	88名/3団体 20～90代
会費等	1,000円/年
連絡先	スナダ マサコ 砂田 正子 TEL 090-8113-6283 メール msunada@w9.dion.ne.jp

ジャンル
団体名

まちづくり 小机城のあるまちを愛する会

活動内容	・小机城の歴史と城郷地区の文化や歴史を発信する。 ・まちおこしとして地域のイベントの支援や商店街の活性化を図る。 Facebook : www.facebook.com/kozukuejou/
主な活動日・時間	第3日曜日 10:00～12:00
主な活動場所	城郷小机地域ケアプラザ・宿根町内会館
会員数と年代層	25名 50代
会費等	3,000円/年
連絡先	キムラ ミツヨシ 木村 光義 TEL 090-2738-0278 FAX 471-9525 メール mitsuyoshi.kmr@gmail.com

ジャンル
団体名

まちづくりボランティア活動 Tomodachi Club (港北くみの会)

活動内容	放置自転車対策と自転車走行マナー向上、外国人が住みやすい町づくり、特養ホームの車いすのクリーニング、歴史・文化・景観をクイズにする港北ものしり博士、豪雨及び洪水発生の備えのために地域に浸水深さの標示を取り付ける活動、その他まちづくり活動。
主な活動日・時間	毎月第2水曜日の定例会 13:00～15:00
主な活動場所	区民活動支援センター、特養ホームさわやか苑、菊名地区センター
会員数と年代層	25名 70代
会費等	1,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名地域ボランティア活動
港北みりよく発見団

活動内容	地元でかつて生産が盛んだった桃などを題材にまちおこしをし、22年前に「綱島桃まつり」を立上げ、街かどに花壇を3ヶ所設置し、パソコン教室も16年前に立上げ現在に至っています。
主な活動日・時間	毎週日曜日 10:00～(パソコン教室) その他随時
主な活動場所	綱島地区センターほか
会員数と年代層	37名 70代
会費等	港北みりよく発見団 1,000円/年 パソコン教室 500円/回 入会金1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名地域交流イベント実行団体
らくらく市実行委員会

活動内容	障がいの有無を超えて、地域で共にらくらく生きていくことをめざす交流バザーを1986年から開催しています。各団体の負担がかからない形で、ゆるやかなつながりを作っています。 Facebook: facebook@rakuraku.kouhoku
主な活動日・時間	「らくらく市」:5月中旬 「ミニらくらく市」:10月中旬 実行委員会:4月・7月・9月・12月・2月
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	30団体 障がい者支援のNPOや福祉法人を中心に、子育て、まちづくり等の諸団体が参加
会費等	1,000円/年
連絡先	事務局 ^{エンドウ} 遠藤 メール raku2kohoku@yahoo.co.jp

ジャンル
団体名支援センター貸出備品の布おもちゃの製作・修理
布おもちゃボランティア こまめ

活動内容	区内の子育てグループや高齢者施設などへ貸し出す創作手作り布おもちゃの製作や手入れと修理。
主な活動日・時間	第1木曜日 10:00～12:00
主な活動場所	区民活動支援センター
会員数と年代層	12名 50～70代
会費等	100円/月
連絡先	^{ノダ ヒサヨ} 野田 久代 TEL&FAX 401-6575

ジャンル
団体名裁縫のボランティア
ソーイングボックス

活動内容	障がい者やお年寄りの方の衣類の繕い、リフォーム。障がい者の織ったさおり布で小物の縫製。
主な活動日・時間	第1・2・4金曜日 13:30～17:00
主な活動場所	新吉田地域ケアプラザ
会員数と年代層	3名 60代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名生活
ハハ歯サポート隊

活動内容	親子の健康、特に食べることにに関して歯科衛生士の立場で話します。食べる機能のこと、むし歯予防のこと、歯磨きアドバイスなどわかりやすく実習つきで応援。
主な活動日・時間	平日 午前・午後(夜間は現在なし)
主な活動場所	親子サロンの拠点・港北区福祉保健活動拠点
会員数と年代層	12名 40～60代
会費等	1,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名図書館ボランティア・文化貢献活動
港北図書館友の会

活動内容	港北図書館を中心に新しい「文化」を創り、発信していきませんか。一緒に活動して下さる方、大募集中です!! 本のことを語り合う自由参加の集まり「サロン」に参加される方も歓迎します。講演会も開催しています。
主な活動日・時間	定例会 毎月第1日曜日 14:00～16:00 サロン 毎月第4日曜日 13:30～16:30
主な活動場所	港北図書館
会員数と年代層	20名 30～60代
会費等	1,000円/年
連絡先	^{ヤギ ヤスユキ} 八木 康之 TEL 423-2223 FAX 423-2790 メール kouhoku2011@hotmail.co.jp

ジャンル
団体名まちライブラリー支援活動
ミズキー文庫友の会

活動内容	寄贈していただいた本の維持管理。皆で本の紹介 (POP) を描いたり、修理などを行っています。本に関する事で疑問があれば相談にのります。
主な活動日・時間	毎月第1月曜日 13:00～15:00
主な活動場所	区民活動支援センター内交流コーナー・ミズキー文庫
会員数と年代層	6名 60代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名社会活動
NPOサンライト

活動内容	NPO Society:NPOの型で社会問題を解決。自転車問題：無償出張引き取り、修理など海外援助。 教育：寺子屋式、英語教育の改善など。 文化：スタンダードジャズなど文化継承。
主な活動日・時間	要望に応じて平日中心
主な活動場所	地区センター、町内会ほか
会員数と年代層	20名 30～70代
会費等	なし。内容により相談
連絡先	ミヨウセ カオル 明瀬 薫 TEL 090-7011-7156 メール k-mose10@dune.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名子どもの科学・教育
NPO法人 おもしろ科学たんけん工房

活動内容	■「おもしろ科学実験」「手作り工作」などの体験学習の場の提供 ■科学の普及・啓発に関する活動 ■科学の体験学習に関する学校支援 ■科学の体験学習に関するボランティア・ネットワークの構築とその運営 ■科学の体験学習に関するボランティアの発掘・養成
主な活動日・時間	科学体験塾は主として土曜日の午後、その他は常時
主な活動場所	学校施設、各地区センター、フォーラム等
会員数と年代層	180名 50～80代
会費等	6,000円/年
連絡先	コムラ テツオ 古村 哲夫 TEL 433-7357 メール tkomura@gk9.so-net.ne.jp

ジャンル
団体名シニアの健康と楽しい人生をサポート
まめどシニアクラブ

活動内容	港北区に在住するシニアの生活づくりのために健康に特化した社会参加に関する体験教室 (ウォーキング・歌・麻雀教室他) を開催しています。
主な活動日・時間	奇数月第4木曜日 13:00～15:00
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	15名 60～70代
会費等	300円/回
連絡先	オオシマ イナゾウ 大島 稲造 TEL 090-5778-6553 FAX 974-2733 メール ina-oshima@m07.itscom.net

ジャンル
団体名舞台鑑賞、親子の遊び会
横浜きた・おやこ劇場

活動内容	舞台劇、人形劇、コンサートなどの舞台鑑賞活動の他、おやこまつり、キャンプ、忍者ごっこ、おやつ作りなど、地域の仲間と遊びます。親も子もつながらながら、いろんな体験をして成長していける場です。
主な活動日・時間	月1回 日中 (午前または午後)
主な活動場所	青少年センター、大豆戸地域ケアプラザ、日吉本町地域ケアプラザ
会員数と年代層	300名 0～40代
会費等	1,600円/月 入会金 300円
連絡先	横浜きた・おやこ劇場 TEL&FAX 431-7932 メール y.kitaoyako@gmail.com

ジャンル
団体名障がい児・者余暇活動 (音楽・美術・運動芸術)
光る波 (シュタイナーを学び障がいを考える会)

活動内容	障がい者理解のための読書会を隔月に行っています。障がいをお持ちの方や支援の必要な方の余暇活動として、シュタイナーの芸術体験を取り入れた集い (音楽・美術・運動芸術) を月1回土曜日の午後に行っています (18歳以上の、学校を卒業している方対象)。夏と冬には中学生～成人の方向けの芸術体験を取り入れた活動の集いを行っています。
主な活動日・時間	読書会 (隔月) 平日 10:00～12:00 夏と冬の集い 13:00～15:00 集い (毎月) 土曜日 15:30～16:30または15:30～17:00
主な活動場所	城郷小机地域ケアプラザ (読書会と集い) 楠の木学園 (夏と冬の集い)
会員数と年代層	15名 20～60代
会費等	集い 500円/回 夏と冬の集い 1,000円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル 団体名 **農業体験 虹色畑クラブ**

活動内容	発達障害や引きこもり、生きづらさを抱えている人のための農業体験です。季節の風を感じながら、気力・体力の回復を目指します。サポートして下さる方やご家族も参加することができます。
主な活動日・時間	毎週木曜日 午前
主な活動場所	横浜藤田農園(港北区高田町)
会員数と年代層	10名 中学生以上
会費等	初回のみ500円、2回目以降無料
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル 団体名 **ボランティア活動による竹林の保全・整備 NPO法人 日本の竹ファンクラブ**

活動内容	竹林の整備・保全を行い、再生した竹林や竹材を活用し、イベント(小机城址市民の森 竹灯笼まつり等)を通じて人も地域も元気にしていきます。 HP http://takefan.jp
主な活動日・時間	主に土・日曜日 10:00～15:00
主な活動場所	小机城址市民の森
会員数と年代層	150名 60代
会費等	2,000円/年 入会金1,000円
連絡先	アルガ マオ 有賀 麻央 TEL&FAX 306-9993 メール office141@takefan.jp

ジャンル 団体名 **子ども会 城郷地区子ども会育成連絡協議会**

活動内容	城子連フェスティバル(自主事業)・地区健民祭、小机城址まつり、各地区内のお祭りに参加協力。
主な活動日・時間	月1回の定例会(2時間)
主な活動場所	城郷小机地域ケアプラザ
会員数と年代層	230名 小学生
会費等	50円/年
連絡先	ハトリ キサプロウ 羽鳥 喜三郎 TEL 090-4964-8198 FAX 471-0434

ジャンル 団体名 **交流会(障がい児の親など) ぬる茶会@おからさん**

活動内容	お子さんに障がいがあるとわかったとき、お子さんとの関係で煮詰まってしまった時、障がい児を育てている人同士情報交換をしたい時など、不安や疑問に思っていること、悩みをお茶を飲みながらゆっくりとした気持ちで話し合っています。どなたでもお気軽にご参加ください。
主な活動日・時間	隔月木曜日(2ヶ月に一度 HP参照) 10:30～12:00
主な活動場所	カフェおからさん(港北区篠原北1-2-24)
会員数と年代層	15名 20～60代
会費等	お茶代のみ
連絡先	サトウ アオキ 佐藤・青木 TEL&FAX 859-9960 メール nuruchakai@gmail.com HP https://flatheart.or.jp

◎ボランティア情報、ここにもあります!

港北区社会福祉協議会にある港北区ボランティアセンターでは、ボランティアしたい方とお願いしたい方をつなぐ調整をしています。地域支え合いや趣味を生かしたものなど、区内でボランティア活動をしているグループをご紹介します。ボランティア活動に参加してみたい方、お願いしたい方は、お気軽にお問い合わせください。

★港北区ボランティアセンター

港北区大豆戸町13-1 吉田ビル206
開館日：月～土曜日 9:00～17:00
TEL：045-547-2238
FAX：045-531-9561
Eメール：vc@kouhoku-shakyo.jp

B. 子育て・ 子育て支援

ジャンル
団体名

わらべうたあそび 親子のための「わらべうたあそびの会」

活動内容	親子でお友達といっしょに、創造性、社会性、運動機能の発達がひろがるようにわらべうたであそびましょう。
主な活動日・時間	指定の曜日 10:00～
主な活動場所	大倉山記念館、(菊名地区センター) ほか
会員数と年代層	乳幼児～就学前の子とその親
会費等	1,000円/回(親子)
連絡先	わらべうたあそびの会 メール eririn8810@yahoo.co.jp

ジャンル
団体名

リトミック リトミックキティクラブ

活動内容	講師の先生を中心にリズムに合わせて動いたり、音楽、遊びを通して、親子・お友達との触れ合いを大切にしています。また、楽しみながら、先生のお話を聞くこと、ご挨拶やお返事をするなどとも学べます♪
主な活動日・時間	原則第1・3月曜日(月2回) 10:30～11:30
主な活動場所	横浜ラポール内
会員数と年代層	20組 1歳6ヶ月～5歳未満の未就園児とその親
会費等	6,000円/半年 体験600円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

親子あそび ふしぎなTAMAGO

活動内容	公園あそび、散歩、行事あそび、室内あそび、情報交換、おやつ作り、遠足などを通して親子で楽しい時間を過ごしています。参加者みんなでつくり上げていくサークルです。 ブログ http://kosodate-tamago.blogspot.com
主な活動日・時間	毎週月曜日(祝日、お盆、年末年始休み) 主に10:00～
主な活動場所	高田・綱島付近の公園、高田地域ケアプラザ、日吉本町地域ケアプラザほか
会員数と年代層	10組～15組 0～4歳の子とその親
会費等	500円/年
連絡先	メール fushiginatama5@gmail.com

ジャンル
団体名

親子自由遊び、地域の親同士の情報交換 宮前赤ちゃん会2

活動内容	サロン形式で、親子の自由遊び、フリートーク、簡単な手遊び、時々季節感のあるテーマをもった遊びの企画もあります。メンバー登録の必要なく誰でも気軽に参加していただけます。地域での親子の居場所づくり、情報発信を目指しています。
主な活動日・時間	第1木曜日 10:00～11:30 第3金曜日 10:00～11:30
主な活動場所	木曜：鏡ヶ淵公園(日吉6丁目) 金曜：宮前公会堂
会員数と年代層	どなたでも 0歳～未就園児とその親
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

親子遊び・情報交換 ふたごザウルス

活動内容	双子を持つお母さん達のサークルです。親子遊び・歌遊び・リサイクルバザー・クリスマス会・情報交換など。お母さん達のフリートーク中はボランティアの方が子ども達と遊んでくださいます。
主な活動日・時間	第4火曜日(月1回) 10:00～11:30 (8月はお休み、12月は第2火曜日)
主な活動場所	日吉台中コミュニティスクール
会員数と年代層	7組 1歳位～未就園児とその親
会費等	2,000円/年(会員数により変動あり)
連絡先	メール futagozaurus.kohoku@gmail.com Facebook「ふたごザウルス」で検索： https://m.facebook.com/futagozaurus.kohoku

ジャンル
団体名子育てサークル(親子遊び、製作、おたのしみ会など)
ぞうさんの帽子

活動内容	未就園児のための親子サークルです。みんなで計画をたてて、楽しく遊んでいます。夏はすいかわり、秋はお芋掘り、冬にはクリスマス会など季節の行事も楽しんでいます。子育ての情報交換、悩み相談の場にもなっています。
主な活動日・時間	主に月曜日・水曜日(月2回) 9:30～12:00
主な活動場所	樽町地域ケアプラザ、港北区福祉保健活動拠点
会員数と年代層	40名(親子20組) 0歳～未就園児の子とその母親
会費等	100円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名子どもに学ぶ家庭教育(親の勉強会)
ま～の・ま～の

活動内容	子育てに悩んでいる、もっと素敵なママになりたい、自分の子育ての確認をしたいなど、いろいろな思いの方が参加しています。家庭教育の講師の講義、質疑応答、皆で話し合ったりしています。子育ての悩み、難しさ、喜びを共有できます。ニコニコママになる自分を体験しませんか。随時参加者募集。
主な活動日・時間	各グループ月1回(年10回) 9:45～11:45
主な活動場所	綱島地区センター
会員数と年代層	グループ① 0歳～小学2年生の母、妊婦 グループ② 小学1年生～中学生の母
会費等	100円/回
連絡先	ま～の・ま～の メール manomano012@gmail.com

ジャンル
団体名子どもに学ぶ家庭教育
ウェルカム

活動内容	毎月(除8月)、テーマを決め、参加者別(0歳～小学生の保護者と中学生・高校生の保護者)に、家庭教育有資格者による<子どもの成長発達に合った親のかかわり方>勉強会を開催。
主な活動日・時間	月1回 不定期 0歳～小学生の保護者対象 10:15～12:00 中・高校生の保護者対象 13:00～15:00
主な活動場所	日吉本町地域ケアプラザ
会員数と年代層	25名 子どもを持つ保護者と妊婦
会費等	100円/回
連絡先	マツザキ 松崎 メール hiroyo013130@gmail.com

ジャンル
団体名育児サークル
横浜パパ会

活動内容	パパ達が子どもを連れて集まり、楽しみや悩みを共有したり情報交換をします。ママ会も同時開催し、その間子どもから解放された時間を過ごしてもらえます。 HP http://papakai.dyo.jp/
主な活動日・時間	不定期、ホームページで公開
主な活動場所	横浜市内、公園・動物園など
会員数と年代層	200組 0歳～の子とその親
会費等	なし
連絡先	ハシモト リョウスケ 橋本 亮介 TEL 080-4141-8184 メール papakai@doyo.jp

ジャンル
団体名育児サークル
オカピクラブ

活動内容	週に1度、公園遊びを中心に、季節のイベントや工作などを親子で楽しんでもらう活動をしています。
主な活動日・時間	木曜日(月3回) 10:00～11:30
主な活動場所	太尾町第二公園、大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	25名 1歳半～3歳の幼児と保護者
会費等	900円/半年
連絡先	オカピクラブ代表窓口 メール okapiclub55@gmail.com

ジャンル
団体名子育てサークル
きりんさんクラブ

活動内容	週1回、主に公園で季節の行事を折りこんだ活動や親子だけではできないダイナミックな遊びなど、子ども達の笑顔のために皆で計画を立てて楽しく遊んでいます。子どもだけでなく母も友達と楽しい時間を過ごしませんか!
主な活動日・時間	毎週火曜日 10:00～11:30頃
主な活動場所	綱島東近辺の公園など
会員数と年代層	15組 1歳半～4歳(未就園児)
会費等	200円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名子育て
音楽であそぼ ママといっしょ(銀鈴会)

活動内容	ママも子どもも一緒におんがくしましょ!! 自由に音楽を楽しんだり遊んだり学んだり。ちっちゃな時から音楽大好きに!! リトミック、リズム、打楽器、ソルフェージュ etc.
主な活動日・時間	詳細はお問合せください。
主な活動場所	篠原地区センター、大豆戸地域ケアプラザ、大綱中コミュニティハウス、新羽コミュニティハウス
会員数と年代層	20組 幼児、乳児と母親
会費等	1組500円/回
連絡先	フナコシ 船越 いづみ TEL 090-4814-2834 メール izu.tan-tan_2754@docomo.ne.jp

ジャンル
団体名子育て支援
子どもと家族支援研究会

活動内容	地域の子育て環境を豊かにすることを目的に、子育て支援に関わる人や関心のある人が集い、情報交換や勉強会を行っています。
主な活動日・時間	土曜日または日曜日(月1回) 10:00～12:00
主な活動場所	子どもと家族支援研究センター、大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	14名 40～70代
会費等	3,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名親子で遊び
とことこの会

活動内容	月に1回、親子遊び・手遊び・歌・読み聞かせ・シアター・リトミックなど、季節に合わせた行事遊びを計画しています。
主な活動日・時間	毎月第1木曜日 10:30～11:30
主な活動場所	菊名コミュニティハウス
会員数と年代層	10組 1歳～未就園児と保護者
会費等	50円/月(保険料込み)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名親子でお散歩
おさんぽ会

活動内容	子どものペースで散歩します。安全に歩けるかな? どんな花が咲いているかな? どんな虫がいるかな? いろいろ散策しながら歩きます。
主な活動日・時間	毎週月曜日(第5週はなし) 8月9月祝祭日休み 雨天中止 11:00 出発予定
主な活動場所	日吉地区
会員数と年代層	10名 0歳～未就学児
会費等	なし
連絡先	こんぺいとう内 細見 和子 TEL 628-9510 メール osanpo.hiyosi@gmail.com

ジャンル
団体名親子リズム遊び
トットくらぶ

活動内容	親子でリズム遊びやダンス、手あそびなどをしながら体をうごかす楽しさや基本的な運動能力の発達のきっかけづくりに役立つ活動をしています。簡単なクラフトもお楽しみいただけます。
主な活動日・時間	金曜日 10:30～11:15
主な活動場所	日吉本町地域ケアプラザ、南日吉住宅集会室
会員数と年代層	親子9組 1歳半くらい～未就園児親子
会費等	500円/回
連絡先	キムラ 木村 TEL 090-2401-6045 FAX 431-7023 メール dmc-e617@docomo.ne.jp

ジャンル
団体名子育て支援のための学級運営やボランティア派遣
港北区子育て支援ボランティア「ポケット」

活動内容	港北区内の親子サークルや公共施設や生涯学級の運営団体に子育て支援にうかがいます。また、区役所からの保育の依頼におこたえして保育ボランティアを派遣しています。そして、「どんぐり」と「こっこ」と名付けた学級を企画して運営し、子どもとその保護者と交流しております。
主な活動日・時間	第3月曜日(月1回定例会) ほか随時
主な活動場所	港北区内
会員数と年代層	21名 30～70代
会費等	2,500円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名子育てサロンなど運営
子育てサロン はひふへほ

活動内容	子育て中の親子が気軽に交流をもてる子育てサロンはひふへほ(利用は無料)を開催。サロンに関わるボランティアスタッフで子育て勉強会をしたり、サロンで使う手作りおもちゃの製作もしています。
主な活動日・時間	毎週火曜日(祝日と第1火曜日はお休み) 12:00～16:00(内サロン開催は13:30～15:30) ほか
主な活動場所	日吉台中学校コミュニティスクール
会員数と年代層	20名 20～70代
会費等	5,000円/年(運営委員のみ)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名公園遊びの支援
公園遊びの会 わくわく

活動内容	綱島地区の公園で乳幼児親子の公園遊びを支援しています。外遊びを親子で楽しんでほしいと、しゃぼん玉・段ボール・ロープ・フラフープなどを準備して、自由に遊んでもらっています。準備や後片付けを手伝ってくださる親子スタッフも大募集中です。 ブログ ameblo.jp/wakuwaku-2007/
主な活動日・時間	第2・4月曜日 10:30～11:30(原則)
主な活動場所	綱島上町中央公園
会員数と年代層	8名 20～40代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名子育てパパの交流・地域参加
P35 (パパさんGO!)

活動内容	子育て中のパパたちが集まり、育児に関する情報交換やお悩み相談を行う交流会「子育てパパの井戸端カフェ・パパトーク」をはじめ、模擬店・ランニング・劇団・事業支援など、様々な地域活動を行っています。 Facebook: www.facebook.com/papa3go
主な活動日・時間	主に日曜日(不定期) 午前中(内容により土曜日開催)
主な活動場所	日吉・綱島・大倉山の地域ケアプラザ、どろっぶ、どろっぶサテライト、大倉山おへそ、新横浜公園など
会員数と年代層	約80名 20～50代(中心は30～40代)
会費等	なし
連絡先	ウラセ ^{ワタル} 浦瀬 巨 メール papa3go@gmail.com

ジャンル
団体名産前産後のママの集まり
産前産後ハンドレッド・スマイル(ママクラブ)

活動内容	産前産後の(初めての)赤ちゃんの子育てに悩むママを応援するために活動しています。ママの気晴らしを兼ねたヨガ、離乳食講座などのプチ講座の運営と助産師による育児相談受付を行っています。
主な活動日・時間	不定期 SNSで告知(メールで問合せ可)
主な活動場所	菊名地区センター、100smileHOME
会員数と年代層	20名 30～40代
会費等	都度(イベント毎)
連絡先	TEL 050-5275-5178 メール contact@100smile.jp Facebook: www.facebook.com/100smile.jp

◎子育て仲間の情報、ここにもあります!

港北区地域子育て支援拠点「どろっぶ」「どろっぶサテライト」では、子育て中の親同士が情報交換をしたり、親子一緒に友達づくりができる子育てサークルなどを紹介しています。子育て仲間を探しているという方は、お問い合わせください。

★港北区地域子育て支援拠点「どろっぶ」

港北区大倉山 3-57-3

開館日: 火～土曜日 9:30～16:00

TEL: 045-540-7420

FAX: 045-540-7421

★港北区地域子育て支援拠点

「どろっぶサテライト」

港北区綱島東 3-1-7

開館日: 火～土曜日 9:30～16:00

TEL: 045-633-1078

FAX: 045-633-1072

◎ご利用ください! プレイルーム

下記の施設には、無料で自由に入出りできる、未就学児(保護者同伴)のためのスペースがあります。

菊名地区センター・日吉地区センター・

綱島地区センター・篠原地区センター・

城郷小机地区センター・

新田地区センター(トレーニングコーナーで時間限定)

C. ダンス・スポーツ・アウトドア

ジャンル
団体名

シニア健康体操 KTO体操クラブ

活動内容	「楽しい」をモットーにシニア健康体操を行っています。無理をしないこと。自分の体は自分で守る。ストレッチ・楽しくダンス・笑顔で楽しい教室です。
主な活動日・時間	原則第1・3土曜日 10:00～11:45
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	25名 50～80代
会費等	400円/月(半年分集金)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

太極拳 大綱太極拳クラブ(敬悠会)

活動内容	太極拳(24式、48式、32式剣、42式剣)
主な活動日・時間	土曜日(月4回) 13:00～15:00(24式、48式) 15:00～16:45(32式剣、42式剣)
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	18名 50～80代
会費等	各2,000円/月 入会金3,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

太極拳 健身会

活動内容	誰でも無理なく取り組める太極拳は、アンチエイジングスポーツとして優れた健康法です。より健康効果を高めるために「呼吸法」と「健康体操」も取り入れて行います。
主な活動日・時間	水曜日(月3回) 9:30～11:00
主な活動場所	新吉田地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 60～80代
会費等	3,000円/月(会費など) 入会金1,000円
連絡先	ゴウダ タケシ 合田 剛 TEL&FAX 544-1000

ジャンル
団体名

太極拳 横浜陳式太極拳道友会

活動内容	太極拳の源流、陳式を大切に学んでいる。行事は5月…日本陳式太極拳学会主催交流大会出場、10月…菊名地区センター文化祭参加。陳式伝承者：及川老師講習会年1回。HP http://mizue-my.wix.com/a-chen-s-yokohama-1
主な活動日・時間	毎週水曜日 19:00～21:00 第1・3・4土曜日 17:00～21:00
主な活動場所	港北スポーツセンター、菊名地区センター、大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	12名 40～60代
会費等	3,500円/月4回 入会金1,000円
連絡先	ミヤコシ ミズエ 宮腰 瑞枝 メール mizue-my@helen.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名

太極拳基本 気功2種目 ゆうゆう太極拳

活動内容	足、腰、体の内側を強くして、寝込まない体作りを目的とした活動をしています。
主な活動日・時間	第1・3月曜日 10:00～11:45
主な活動場所	日吉台中コミュニティスクール
会員数と年代層	20名 70代
会費等	800円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

太極拳 港北太極拳 若葉グループ

活動内容	初心者の方大歓迎。いつでも見学、無料体験できます。中高年の健康作りに最適です。簡化 24 式、総合、32 式剣、48 式、楊式。
主な活動日・時間	第 1・2・4 木曜日 12:30 ~ 15:00
主な活動場所	篠原地区センター、綱島地区センター、小机地区センター
会員数と年代層	60 名 40 ~ 80 代
会費等	1,500 円 / 月 入会金 1,000 円
連絡先	フジモト テルコ 藤本 照子 TEL&FAX 402-1760

ジャンル
団体名

体操 健康体操クラブ

活動内容	【ストレッチ運動】 ストレッチ運動・脳トレ運動またチューブ・ボールを使ったり楽しく身体を動かし健康維持に取り組んでいます。(チューブ・ボールは用意します)(無料体験あり)
主な活動日・時間	毎週木曜日(月 4 回) 10:00 ~ 11:30
主な活動場所	菊名地区センター、大豆戸地域ケアプラザ
会員数と年代層	15 名 65 ~ 80 代
会費等	1,000 円 / 月 スポーツ保険 1,200 円
連絡先	アユタ エミコ 鮎田 恵美子 TEL&FAX 421-0046

ジャンル
団体名

体操 粋な男の体操サークル

活動内容	講師の指導のもと日常生活において継続して行える体操を習得して、健康、体力の維持、向上をめざしたい。
主な活動日・時間	毎月第 3 木曜日、第 4 水曜日 10:00 ~ 11:30
主な活動場所	新吉田地域ケアプラザ
会員数と年代層	9 名 60 ~ 80 代
会費等	500 円 / 回
連絡先	新吉田地域ケアプラザ TEL 592-2151 FAX 592-0105 メール sinyoshida-11@y-kyousei.or.jp

ジャンル
団体名

バランスボール さつき

活動内容	足裏マッサージなどを取り入れた準備運動の後、バランスボールを使ってゆっくり体をほぐしていきます。曲を流しながらリラックスした雰囲気時間が終わる頃には自然に体内のバランスが整っていきます。
主な活動日・時間	第 2・4 木曜日 13:30 ~ 15:00
主な活動場所	日吉地区センター
会員数と年代層	7 ~ 10 名 60 代
会費等	1,800 円 / 月 スポーツ保険 1,200 円 / 年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

腰痛改善ストレッチヨーガ ひまわりヨーガ

活動内容	肩こり、腰痛改善等を目的とするストレッチが中心です。後半、ペアで行うゆるゆる体操はマッサージを受ける心地よさで、リンパの流れもよくなりスッキリします。中高年も無理なく参加できます(女性のみ)。
主な活動日・時間	第 1・3 木曜日 18:30 ~ 20:00
主な活動場所	綱島地区センター
会員数と年代層	7 名 40 ~ 70 代
会費等	2,000 円 / 月 入会金 1,000 円
連絡先	ナカムラ ミサエ 中村 美佐江 TEL 543-5724

ジャンル
団体名

ヨーガ 木曜ヨーガ

活動内容	ハタホームヨーガです。ストレッチ中心のやさしいヨーガです。年齢、初心者、経験者問わずです! 500 円で体験もできます。
主な活動日・時間	毎週木曜日 10:00 ~ 11:30
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス和室
会員数と年代層	8 名 30 ~ 60 代
会費等	3,000 円 / 月 入会金 3,000 円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

準備体操、リズム体操、ストレッチ、フォークダンス
さわやか体操会

活動内容	行進から始め整列して身体の動きをよくするために色々な体操(①中国体操②ラジオ体操③みんなの体操④いきいき体操⑤こゆるぎ体操など)をし、そのあとリズム体動、ストレッチ、フォークダンスを3曲位しています。
主な活動日・時間	日曜日(月3回) 9:30～11:30
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	40名 60～80代
会費等	400円/月
連絡先	フルコオリ 古郡 チエ子 TEL&FAX 421-5949

ジャンル
団体名

ピラティス
やさしいピラティス

活動内容	しなやかで美しい身体!引き締まった怪我をしにくい身体!を楽しくつくっていきます。身体を支える筋肉に意識を向け、運動をしたりストレッチやほぐきを行う事で肩こり腰痛予防、シェイプアップにも最適です。
主な活動日・時間	毎週火曜日 10:00～11:30
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	20名 40～70代
会費等	4,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

高齢者の健康体操
篠原シルバー体操教室

活動内容	平成9年6月5日設立。高齢者の健康を目的に、体操、ストレッチとフォークダンスなどを行います。指導員は横浜市高齢者健康体操指導の有格者3名。
主な活動日・時間	毎週木曜日(月4回) 9:30～11:30
主な活動場所	篠原地区センター体育室
会員数と年代層	70名 60～80代
会費等	600円/月
連絡先	シイヤ マサコ 椎谷 正子 TEL 401-2419

ジャンル
団体名

健康づくり(シニア体操)
～歌って～のびのびシニアストレッチ

活動内容	歌声や音楽に合わせてストレッチ体操、リズム(バランス)体操やタオル・チューブ・ボール(小)を使用して筋力向上体操などを行い、笑顔あふれる楽しい活動を目指しています。【目的】自らの健康は自らで守り、健康でいきいきとした生活(QOL)を目指しています。【効果】転倒・骨折・腰痛予防・老化防止・健康維持増進。
主な活動日・時間	月・火・水・金曜日(1回1時間半)
主な活動場所	地区センター・大倉山記念館・地域ケアプラザ・コミュニティハウス
会員数と年代層	50名 60代以上
会費等	400円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

ウォーキング
シャル ウィ ウォーク

活動内容	鏡に向かって、正しい姿勢で美しく歩くことは、体幹を鍛えて、健康な体を維持することと、ゆっくり楽しんでやっています。
主な活動日・時間	毎月第2金曜日 13:00～14:30
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 50～80代
会費等	1,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

ノルディック・ウォーキングクラブ
大倉山ノルディック・ウォーキングクラブ

活動内容	毎月1回、皆様と楽しく歩くをモットーに活動しています。足は第二の心臓。誰でも無理なく筋力をつけるための筋トレ・ストレッチ等も行います。
主な活動日・時間	毎月第4木曜日 9:30～11:30
主な活動場所	港北区役所前集合 大倉山周辺
会員数と年代層	15名 60～70代
会費等	300円/回、ポールレンタル料500円/回 年会費1,500円(年11回)
連絡先	田中 和美 TEL 090-4064-8822 メール gdgo1226@nifty.com

ジャンル
団体名ハワイアンフラ
フラ港北レファ

活動内容	フラダンスを踊る事で、心身ともに健康に過ごし、世代を超えた絆を深めながら、大倉山・菊名・妙蓮寺で6サークル活動中。ライフスタイルに合わせて参加。イベント出演、施設慰問、学校関係講習会、承ります！
主な活動日・時間	【成人】毎週火・木 10:00～11:30 毎週金 17:15～18:45 【幼稚園・小学生】毎週水 17:00～18:00 毎週木 16:45～17:45 ※祝日・第5週は休み 【成人・中・高校生】第2・4日13:00～14:45
主な活動場所	港北スポーツセンター・篠原地区センター・大豆戸地域ケアプラザ・大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	約50名(1サークル6～10名) 30～70代主婦、幼稚園～高校生、ママと未就園児
会費等	小学生以下3,000円/月4回 中学生以上1,000円/回
連絡先	フラ港北レファ TEL 080-1024-8591 HP「フラ港北レファ」で検索

ジャンル
団体名ハワイアンダンス(フラダンス)
カハラオプナ

活動内容	優雅に踊っているように見えるフラ。実は中腰になる姿勢の連続で、体幹を鍛え、足腰の筋肉強化にもなります。そんなフラを健康と心のリフレッシュをかねて楽しんでいきます。地域のボランティアにも積極的に参加し、あふれる笑顔と華やかな衣装で皆様に喜ばれています。
主な活動日・時間	月3回金曜日 12:30～13:30
主な活動場所	新羽コミュニティハウス
会員数と年代層	9名 60～70代
会費等	4,500円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名社交ダンス
ビクセブン

活動内容	ダンスを通じて、健康づくりと仲間づくりをモットーにしています。
主な活動日・時間	日曜日 12:00～15:00
主な活動場所	横浜市スポーツ医科学センター 小アリーナ
会員数と年代層	40名 40～50代
会費等	600円/回
連絡先	オイカワ セイシ 及川 省司 TEL 070-2176-9609

ジャンル
団体名氷のいらないカーリング
横浜・港北ユニカール倶楽部

活動内容	毎週月曜日に地区センター(体育室)を利用して試合形式(約3時間)で練習。県大会、全国大会など対外試合に出場しています。また、体験教室を開催し県内での普及活動も行っています。HP ykohoku-unicurl.life.coocan.jp/
主な活動日・時間	毎週月曜日 9:00～12:00 または 12:00～15:00
主な活動場所	篠原地区センター・神之木地区センター
会員数と年代層	50名(内女性20名) 50～80代
会費等	1,000円/月 入会金1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名卓球
下田卓球フレンズ

活動内容	卓球を楽しんで地域の人の健康維持をはかります。
主な活動日・時間	毎週木曜日 18:00～20:30
主な活動場所	下田小学校体育館
会員数と年代層	28名 40～80代
会費等	2,000円/年 スポーツ保険代
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名空手
キッズ空手クラブ

活動内容	強く、優しくをモットーに子どもの健康と護身のための空手を修業します。
主な活動日・時間	月3回 土曜日 9:00～10:00
主な活動場所	新吉田地域ケアプラザ
会員数と年代層	5～10名 小学生
会費等	2,000円/月 入会金1,000円
連絡先	ゴウダ タケン 合田 剛 TEL&FAX 544-1000

ジャンル
団体名

少年サッカー たちばなキッカーズ

活動内容	・学年別(年長～2年生、3～4年生、5～6年生)でのサッカーの練習 ・他チームとの試合
主な活動日・時間	土曜日 13:00～17:00 日・祝 9:00～12:00
主な活動場所	下田小学校グラウンド
会員数と年代層	70名 幼稚園年長～小学6年生
会費等	2,000円/月 入会金1,000円 雑費1,000円/年
連絡先	シンド マサト 穴戸 正人 TEL&FAX 562-5728 メール masato@u05.itscom.net

ジャンル
団体名

高齢者の転倒骨折予防体操 ふきのとう

活動内容	道具を使った65歳以上の転倒予防体操の会です。まず、丸棒を使って体を温め、次に椅子に座ってゴム紐で筋力を鍛えます。最後にボールの弾力を使った筋肉をゆるめたり、背筋をのばします。終了後は、体や足が軽くなります。男女ともに楽しみ、年に一度はウォーキングも行います。入会前に見学をお願いします。
主な活動日・時間	第1・2・4金曜日(月3回) 10:00～11:30
主な活動場所	新吉田地域ケアプラザ
会員数と年代層	15名(男性5名 女性10名) 70～90代
会費等	2,000円/月
連絡先	カシイ アヤコ 樫井 綾子 TEL&FAX 543-3787

ジャンル
団体名

歌・脳トレ・体幹をきたえる いきいき健康サロン

活動内容	・リズムに合わせて体操(タオル、お手玉、鈴を使って)・歌を唄う(童謡、昭和歌謡曲、演歌等)・脳トレ(歌を唄いながら、手と足を動かす)・体幹運動
主な活動日・時間	第2・4水曜日 10:00～11:45
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ3階 多目的ホール
会員数と年代層	30名 60～90代
会費等	350円/回
連絡先	シマモト ユキコ 島本 征子 TEL&FAX 531-1219

ジャンル
団体名

太極拳 エルム太極拳

活動内容	太極拳を始めてみませんか。練功、入門、初級、24式太極拳。経験のある方、初心者の方も歓迎です。
主な活動日・時間	毎週月曜日 13:00～15:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	10名 60～70代
会費等	2,500円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

気功太極拳の練習 新羽気功太極拳の会

活動内容	NPO 法人日本健康太極拳協会の指導の下に健康寿命の伸長を目指して楊名時太極拳八段錦を初歩から稽古しています。
主な活動日・時間	木曜日(月3回) 10:00～11:30
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ・コミュニティハウス
会員数と年代層	14名 50～70代
会費等	500円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

キッズダンスイベント 港北ふれあいストリートダンスまつり実行委員会

活動内容	①学習指導要領のHIP-HOPを楽しく学び理解を深める。 ②障がい者と健常者も含め団体間で交流を図る。 ③地域や教育機関と連携、地域で子ども達を育て、良い町づくりへ貢献。 を目的としたキッズダンスイベントを開催。
主な活動日・時間	開催日は年1回予定 日中
主な活動場所	トレッサ横浜等
会員数と年代層	7名 10～40代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

D. 文芸・歴史

ジャンル
団体名

城跡・緑の保存と調査 篠原城と緑を守る会

活動内容	篠原城跡の歴史的・文化的な価値の保存・公開及びこの地域の豊かな自然と緑を生かした街づくり。 HP http://shinoharajo.yokohama
主な活動日・時間	第2土曜日の定例会 16:00～18:00、 年4回の見学会・講演会など
主な活動場所	長福寺および篠原城跡
会員数と年代層	20名 30～70代
会費等	2,000円/年
連絡先	<small>チョウフクジキツケ</small> 長福寺気付 篠原城と緑を守る会 FAX 434-1845 メール mamoru@shinoharajo.yokohama

ジャンル
団体名

連句実作 菊名連句会

活動内容	5・7・5の句に7・7をつけます。その7・7に次の5・7・5の句をつけて36句で完成させます。集団で、式目というルールによって句をつくります。初心者でもすぐにできるよう親切、ていねいに指導します。
主な活動日・時間	第1月曜日 13:00～16:30
主な活動場所	菊名コミュニティハウス
会員数と年代層	10名 60～80代
会費等	1,000円/年
連絡先	<small>ヨシダ スイザン</small> 吉田 酔山 TEL&FAX 402-4193 メール endbro@yahoo.co.jp

ジャンル
団体名

俳句 「嶺」俳句会

活動内容	ご高齢者で外出がままならない方でも参加出来るよう「通信方式」にて、隔月ごとに実施。一人3句ずつ投句し、これを全員で選句。集計結果と選評、並びに添削などして皆さんに返却。興味ある方は連絡いただければ資料を送ります。
主な活動日・時間	隔月毎に実施
主な活動場所	各自自宅にて
会員数と年代層	30名 50～90代
会費等	500円/隔月
連絡先	<small>オギタ ヒサトミ</small> 小木田 久富 TEL 433-5553 FAX 434-2424 メール ogita@fc.netyou.jp

ジャンル
団体名

俳句 紫木蓮の会

活動内容	毎回兼題2句、それを各5句選句して合評しあう方法で句会を行っています。その後、先生の全句解説があります。
主な活動日・時間	第4木曜日 13:00～15:00
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	14名 60代
会費等	1,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

朗読 朗読の会「うぐいす」

活動内容	童話・随筆・文学作品など幅広いジャンルの作品を朗読しています。
主な活動日・時間	第2・4水曜日 10:00～12:00
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 60～80代
会費等	1,500円/月 入会金1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

手作り紙芝居 港北むかしおはなし紙芝居 生涯学習たまてばこ

活動内容	港北に伝わる民話、歴史を調べ、それに基づき創作紙芝居を地域の方々に披露する。
主な活動日・時間	学校の夏休み、文化祭の頃 10:30～15:00 くらい 施設、保育園 30～60分
主な活動場所	港北図書館、菊名地区センター、大倉山記念館、 保育園、施設
会員数と年代層	13名 40～80代
会費等	2,000円/年(前期+後期)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

紙芝居 紙芝居「クリニック」

活動内容	紙芝居の魅力を地域に広げるための活動として、講師を迎え自分らしく紙芝居を演じられるコツを学ぶ。
主な活動日・時間	毎月第3金曜日(原則として) 13:30～15:30
主な活動場所	港北図書館
会員数と年代層	10名 40～70代
会費等	500円/月
連絡先	オオモリ アツシ 大森 厚 TEL 090-2256-9039 メール atsushi.1929@gmail.com

◎図書館をグループ活動にお役立てください!

港北図書館では、横浜市内で読書に関する活動をしている、会員5人以上のグループに図書の出借を行っています。1グループにつき30冊まで、30日間借りることができます。利用にあたっては、グループ登録が必要です。詳細は港北図書館へお問い合わせください。

★港北図書館

港北区菊名6-18-10

開館時間：

火～金曜日 9:30～19:00

土・日・月・祝(休)日・12月28日

9:30～17:00

1月4日 正午～17:00

TEL：045-421-1211

FAX：045-431-5212

休館日は、図書館カレンダー、図書館HPでご確認ください。

E. 伝統文化

ジャンル
団体名

村田翠華門下による 大倉山『おわら節』を学ぶ会

活動内容	毎年 ①大倉山町内会盆踊り参加(夏)、②菊名神社・太尾神社例大祭参加(秋)、③港北区区労連シルバー芸能大会参加(秋)等、地域の皆様とご一緒に唄い踊っています。男踊り、女踊り共に情緒豊かな踊りです。
主な活動日・時間	第2・4水曜日 18:30～20:30
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス他
会員数と年代層	10名 小学生～70代(男女共)
会費等	なし ただし、揃いの浴衣、編笠、草履等の購入がある
連絡先	三ホシ アキコ 二星 暁子 TEL&FAX 547-8702 メール harmony-yarihode@ezweb.ne.jp

ジャンル
団体名

阿波踊りとお囃子 港北阿波踊り連盟

活動内容	2拍子のステップで自由に踊る阿波踊り。男踊り、女踊りがあります。すぐに踊れるのが魅力。大太鼓・小太鼓・鉦・笛。初心者でもすぐに覚えられます。いろいろな地域の催事で演舞します。
主な活動日・時間	第2・4火曜日 19:00～21:00
主な活動場所	綱島小学校多目的ホール
会員数と年代層	25名 30～70代
会費等	1,000円/月
連絡先	ヨシダ スイザン 吉田 酔山 TEL&FAX 402-4193 メール endbro@yahoo.co.jp

ジャンル
団体名

裏千家茶道 香梅会

活動内容	難しい作法はぬきにして、日常生活で楽しめるよう、テーブルとイスでお茶を点ててみませんか。初心者の方、お膝の痛い方、和室のない方、気楽にご参加ください。
主な活動日・時間	毎月第1土曜日 13:00～14:30
主な活動場所	綱島地区センター
会員数と年代層	9名 50～70代
会費等	1,300円/月(お茶・お菓子代含む)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

裏千家茶道 篠原香梅会

活動内容	難しい作法はぬきにして、日常生活で楽しめるよう、テーブルとイスでお茶を点ててみませんか。初心者の方、お膝の痛い方、和室のない方、気楽にご参加ください。
主な活動日・時間	毎月第2火曜日 10:00～11:30を予定
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	5名 50～60代
会費等	1,300円/月(お茶・お菓子代含む)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

茶道(裏千家) 好日会

活動内容	抹茶を点てる体験をしてみたい方、学生時代のクラブを思い出してもう一度お稽古をしてみたい方など気楽に茶道を楽しんでいます。
主な活動日・時間	〔予定〕第2月曜日、第4土曜日 9:30～11:30
主な活動場所	菊名地区センター和室
会員数と年代層	15名 小学生～70代
会費等	1,500円/回 小学生 1,000円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

百人一首
小倉百人一首かるた会

活動内容	かるた取りは正月のものとされていますが、一年を通して毎月開催しています。競技かるたよりは和気あいあいとした雰囲気です。(初心者より中級者まで。)
主な活動日・時間	水曜日(月1回) 12:00～17:00
主な活動場所	綱島地区センター
会員数と年代層	20名 40～80代
会費等	500円/月
連絡先	キタニ チエコ 木谷 千枝子 TEL&FAX 563-6001

ジャンル
団体名

百人一首で遊ぶ
おぐら会

活動内容	年末と正月に百人一首で遊ぼうと1997年にスタート。2007年頃から毎月集まって遊ぶ形になりました。競技カルタではなく、昔からの良い遊びを老若男女で楽しむ会です。申込不要、参加自由です。
主な活動日・時間	毎月第1日曜日(原則) 13:15～16:15
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	10名くらい(誰でも、気が向いたら) 年齢不問、主に60代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

詩吟
詩吟教室 神風流神旺会

活動内容	中国の漢詩及び日本の名詩を吟詠して心を豊かにし、身体を健康に生きがいのある日々を送ることを目的として活動しています。初心者の方も大歓迎です。見学可。
主な活動日・時間	毎月第2日曜日 10:00～12:00(原則)
主な活動場所	日吉地区センター
会員数と年代層	9名 60～70代
会費等	1,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

詩吟
日吉吟詠会(川崎吟友会傘下)

活動内容	モットーは「元気で仲良く楽しく」。大きな声でストレス解消しましょう。腹式呼吸で腹筋を鍛え、健康維持と老化防止しましょう。漢詩や和歌、俳句の時代背景やエピソードを学びます。仲間を作りませんか。初心者の方歓迎。日本古典を守りましょう。
主な活動日・時間	第1・3月曜日 10:00～12:00
主な活動場所	日吉本町地域ケアプラザ
会員数と年代層	6名 60～80代
会費等	500円/月(教材費別途)
連絡先	アキモト マサノリ 飽本 正則 TEL 562-2119 携帯 090-3877-0775

ジャンル
団体名

詩吟
新羽吟詠会(川崎吟友会傘下)

活動内容	日本伝統である詩吟を「元気で仲良く楽しく」をモットーに(合言葉)・大きな声でストレス解消・腹式呼吸で腹筋を鍛え健康維持と老化防止・漢詩や和歌、俳句の時代背景やエピソードを学ぶ・広げよう友達、仲間を作ろう。初心者歓迎。
主な活動日・時間	木曜日(原則月3回) 12:30～14:45
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ
会員数と年代層	8名 60～80代
会費等	500円/回(教材費別途)
連絡先	アキモト マサノリ 飽本 正則 TEL 562-2119 携帯 090-3877-0775

ジャンル
団体名

伝統芸能
詩吟を楽しむ会

活動内容	漢詩や和歌に心にしみるふしをつけて歌います。声を出すことは健康に役立ちます。
主な活動日・時間	毎週日曜日・隔週土曜日 9:00～12:00
主な活動場所	綱島地区センター・日吉地区センター他
会員数と年代層	20名位 60～80代
会費等	1,500円/月6回
連絡先	オザキ シンゴ 尾崎 眞五 TEL&FAX 563-6619 メール shinngoo_ozakii@y9.dion.ne.jp

ジャンル
団体名

民謡
下田民謡友の会

活動内容	毎週楽しく練習しています。一緒にやりませんか？お待ちしております。
主な活動日・時間	毎週月曜日 13:00～15:30
主な活動場所	下田小コミュニティスクール
会員数と年代層	23名 60～80代
会費等	なし
連絡先	イワマル ヤスオ 岩丸 靖男 TEL&FAX 565-2078 メール yiwamaru@ozzio.jp

ジャンル
団体名

雅楽演奏・稽古
雅楽 平安楽舎

活動内容	古典雅楽を重んじ、演奏活動、普及活動、研究活動を行っています。横笛（龍笛、高麗笛、神楽笛）、笙、箏（ひちりき）、楽琵琶、楽箏などの稽古を行っています。
主な活動日・時間	毎週日曜日 午前中
主な活動場所	師岡町、港北公会堂
会員数と年代層	50名 大学生～70代（男女とも）
会費等	4,000円/年
連絡先	ハセガワ カゲミツ 長谷川 景光 TEL&FAX 542-0702 メール jimukyoku@etude.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名

雅楽
横浜興禅寺雅楽会

活動内容	日本古来の音楽である雅楽を始めてみませんか。雅楽に興味のある方、年齢問わず男女募集中。未経験者の方でも大丈夫です。見学（事前連絡要）大歓迎です。
主な活動日・時間	第1・3・5土曜日 18:30～20:30
主な活動場所	興禅寺（高田町）、港北公会堂ほか
会員数と年代層	21名 30～80代
会費等	3,500円/月
連絡先	ヨコタ シゲル 横田 茂 TEL 090-7900-7675



F. 語学・国際交流

ジャンル
団体名

英会話 英会話サークル スマイル

活動内容	学生時代に勉強した英語学習に再挑戦!基本文法の確認から英会話、読むことまで。スタンダード曲も交え楽しく、確実に進むことを目指します。子ども(小・中)も音読中心で大成功しています。
主な活動日・時間	木曜日(月2回) 16:00～21:00 その他ご相談
主な活動場所	菊名地区センター、菊名コミュニティハウス
会員数と年代層	12名
会費等	2,200円/月2回
連絡先	ミヨウセ カオル 明瀬 薫 TEL 090-7011-7156 メール k-mose10@dune.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名

英語 L.E.E

活動内容	アメリカ式の発音練習を中心にしながら、様々な場面を想定した会話力の向上を目指しています。
主な活動日・時間	第2・3・4水曜日 9:30～11:30
主な活動場所	城郷小机地区センター
会員数と年代層	8名 シニア
会費等	1,000円/回
連絡先	ヌマガミ タエコ 沼上 妙子 TEL 080-1043-9463

ジャンル
団体名

英会話 楽しい英会話

活動内容	外国の先生と日常生活のトピックスを交え、テキストも使用しながら楽しく学んでおります。
主な活動日・時間	水曜日(月4回) 10:00～11:30
主な活動場所	第1・3水曜日 綱島地区センター 第2・4水曜日 綱島上町会館
会員数と年代層	10名 50～70代
会費等	4,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

タイ語研修 サワディータイ

活動内容	タイ語の学習を通じ、タイの文化に触れています。国際交流の草の根を目指しています。
主な活動日・時間	金曜日(月3回) 19:00～20:30
主な活動場所	港北国際交流ラウンジ
会員数と年代層	12名 30～60代
会費等	3,000円/月
連絡先	港北国際交流ラウンジ TEL 430-5670

ジャンル
団体名

中国語会話ならびに中国語文化学習 中国語と文化を学ぶ会

活動内容	日本人と結婚された上海出身の女性を先生として、中国語学習と会話、歴史、漢詩や中国語の歌などの講義が続けられています。そのほかに文化交流として料理などを通じて懇親会などを行っています。
主な活動日・時間	第1・3火曜日 9:00～12:00
主な活動場所	神奈川県役所ほか
会員数と年代層	4名 60～70代
会費等	2,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

初級中国語講座 わいわいニイハオ

活動内容	ネイティブの女性講師から中国語を学ぶと同時に、中国の文化や歴史についても理解を深めています。
主な活動日・時間	木曜日(月3回) 15:15～17:00
主な活動場所	港北国際交流ラウンジ
会員数と年代層	10名 40～70代
会費等	3,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

韓国語研修 韓国語パラン

活動内容	韓国語学習を通して、文化、習慣も学び、参加者全員が楽しく会話ができることを目標にしています。
主な活動日・時間	日曜日2回/月曜日1回(月3回) ※時間についてはお問合せください。
主な活動場所	菊名コミュニティハウス
会員数と年代層	10名 30～60代
会費等	3,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

日仏文化交流 横浜日仏友好会

活動内容	講演会、コンサート、お料理教室などのイベントを企画。会員以外の方でも気軽に参加できます。木曜フランス語講座も併設。
主な活動日・時間	おもに月曜日 2時間
主な活動場所	大倉山記念館、神奈川県民サポートセンター
会員数と年代層	20名 50～80代
会費等	2,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

フランス語会話 マカロン

活動内容	以前にフランス語を学ばれた方、フランスに興味のある方、また私たちと一緒に楽しくフランス語を学びませんか?(初～中級レベル) 食事会や料理教室等も計画しています。見学は随時受け付けております。
主な活動日・時間	第1・3・5木曜日 15:15～16:45
主な活動場所	綱島地区センター
会員数と年代層	8名 40～90代 男女
会費等	3,000円/月程度
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

ドイツ語 楽しいドイツ語

活動内容	初級から初級中期まで学習中。講師はイラストの上手な若いドイツ人女性で、楽しい授業を展開していきます。
主な活動日・時間	第1・4月曜日 13:00～15:00
主な活動場所	菊名コミュニティハウス
会員数と年代層	5名 50代
会費等	3,600円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

スペイン語 楽しいスペイン語

活動内容	先生はコロンビア出身で日本語も話せます。ゆっくり楽しく学ぶクラスです。挨拶から始めてコミュニケーションの基礎を学び、スペイン語圏の人々と触れあいラテン文化に親しむことを目指しています。初心者可。見学自由。
主な活動日・時間	第1・3・4木曜日 15:00～17:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	7名 50～60代
会費等	1,000～1,500円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名国際親善を目的とした会
神奈川ISGGクラブ (KSGG)

活動内容	横浜来訪・在住外国人対象に観光案内、日本語学習支援、通訳、日本文化紹介を行っています。
主な活動日・時間	随時
主な活動場所	港北国際交流ラウンジ、横浜、鎌倉、川崎 他
会員数と年代層	414名 20～80代
会費等	5,000円/年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

◎国際交流に関心のある方は、こちらにも
お問合せを！

横浜市港北国際交流ラウンジは、外国の人と地域の人たちが親しくなり、お互いに異なる文化を理解するための身近な情報提供、相談、交流施設です。日本語教室やラウンジで活動するボランティアの紹介や、国際交流・協力を目的とするグループの紹介などを行っています。

★港北国際交流ラウンジ

港北区大豆戸町 316-1

開館日：

月～金曜日 9:00～21:00

土・日・祝日、夏季期間(8/1～8/31)

9:00～17:00

休館日：

毎月第3月曜日

(第3月曜日が祝日の場合は翌日)

年末年始(12月29日～1月3日)

TEL：045-430-5670

FAX：045-430-5671

G. 音楽・演劇

ジャンル
団体名ウクレレ
ウクレレで笑顔サークル

活動内容	ウクレレを通じて人と人との交流を図ります。グーチョキパーのできる人なら、誰でもあの名曲が12時間で弾けるようになります。
主な活動日・時間	隔週土曜日 各2時間
主な活動場所	菊名地区センター・大倉山記念館
会員数と年代層	120名 シニア中心
会費等	5,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名ハーモニカ
年金者組合(港北支部)ハーモニカクラブ「風」

活動内容	月2回練習。年間4回位の慰問。童謡、演歌まで幅広い曲目。
主な活動日・時間	第2・4水曜日 午前 練習1回3時間
主な活動場所	日吉本町地域ケアプラザ
会員数と年代層	12名 60～80代
会費等	1,500円/月
連絡先	コノマ クニコ 木間 邦子 TEL&FAX 563-2975

ジャンル
団体名音楽
銀鈴会コーラス

活動内容	生活にホッと一息の楽し〜い時間を! ストレス解消を!! 自称音痴大歓迎。老若男女問わずどなたでも。文部省唱歌、ポピュラー、クラシック何でも。1回だけでもOKで〜ず。(お茶付)
主な活動日・時間	毎週金曜日 15:15 ~ 16:30 (篠原地区センター)、 主に第4水曜日 13:00 ~ 14:00 (大綱中コミュニティハウス)
主な活動場所	篠原地区センター、大綱中コミュニティハウス、他に 新羽コミュニティハウス、大豆戸地域ケアプラザ、おへそ、随時
会員数と年代層	50名位 20 ~ 90代 どなたでも
会費等	500円/回(篠原) 800円/回(大綱)
連絡先	<small>フナコシ</small> 船越 いづみ TEL 090-4814-2834 <small>メール</small> izu.tan-tan_2754@docomo.ne.jp

ジャンル
団体名合唱
アポロ合唱の会

活動内容	よく親しまれている名曲(日本の歌・外国の歌)を中心に歌います。初心者・中高年の方歓迎です。男性・女性共募集しています。美しい合唱のハーモニーを共に楽しみましょう。
主な活動日・時間	水曜日 14:00 ~、木曜日 13:00 ~ (各月2回) 金曜日 13:00 ~
主な活動場所	大倉山記念館(水曜日)、かなつくホール(木曜日) 日吉地区センター(金曜日)
会員数と年代層	20名 30 ~ 80代
会費等	3,000円/月2回 入会金 3,000円
連絡先	<small>ワタナベ</small> 渡邊 <small>ヨシコ</small> 淑子 TEL&FAX 563-8692

ジャンル
団体名合唱
港北混声合唱団

活動内容	アカペラを基本に練習しています。 指揮・指導: 斎藤育夫先生 ヴォイストレーナー: 渡海千津子先生(不定期) 女声・男声共募集(年齢不問) 見学、入会随時
主な活動日・時間	第1・3日曜日 13:00 ~ 14:30 (変更あり)
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	7名 40 ~ 70代
会費等	5,000円/月
連絡先	<small>フルヤマ</small> 古山 <small>ナオエ</small> 尚枝 TEL&FAX 878-6867

ジャンル
団体名コーラス
サウンドウェーブ

活動内容	いつも笑顔が溢れる女声合唱団です。現役の若手バリトン歌手を中心とする講師陣の指導で、ユニーク&ドラマティックに女声合唱曲集、小中学生も歌う合唱曲等を厳しくも和やかに生き生きと練習しています。大きな声で歌う喜びをいかがですか!!
主な活動日・時間	月2回(原則 第2・4土曜日 15:00 ~ 18:00 ※変動することもあります)
主な活動場所	新田地区センター、新羽地域ケアプラザ
会員数と年代層	13名 40歳~
会費等	2,500円/月 会場利用料他500円 入会金 1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名コーラス
コーロ・クオーレ

活動内容	熱心でチャーミングな先生のもと美しい外国の曲、日本の曲、ポピュラーな曲を楽しく歌っています。ご参加をお待ちしています。
主な活動日・時間	毎週火曜日 10:00 ~ 12:00
主な活動場所	日吉地区センター
会員数と年代層	27名 60 ~ 80代
会費等	10,000円/3ヶ月
連絡先	<small>イヌヅカ</small> 犬塚 <small>エイコ</small> 瑛子 TEL&FAX 561-3957

ジャンル
団体名コーラス
コーロフェリーチェ

活動内容	サウンドオブミュージックや合唱曲と色々のジャンルの曲などを女声コーラスで歌います。
主な活動日・時間	毎週水曜日 午前中
主な活動場所	大倉山記念館、新羽地域ケアプラザ、 大豆戸地域ケアプラザ他
会員数と年代層	10名 50 ~ 70代
会費等	5,000円/月 楽譜代 入会金 1,000円
連絡先	<small>ナツメ</small> 夏目 <small>ミエ</small> 観江 TEL&FAX 491-7277 <small>メール</small> kannnonsama73@yahoo.co.jp

ジャンル
団体名混声合唱
混声合唱団コールシュテルン

活動内容	ドヴォルザークミサ、ビートルズナンバー、合唱組曲等。2019年6月以降に新しい曲を練習予定です。ぜひ一緒に歌いましょう。
主な活動日・時間	毎週金曜日 18:30～21:00
主な活動場所	大豆戸地域ケアプラザ、大倉山記念館、反町地域ケアプラザ他
会員数と年代層	20名 40～70代
会費等	5,000円/月(演奏会の積立も含む)、楽譜代 入会金1,000円
連絡先	<small>ナツメ ミエ</small> 夏目 観江 TEL&FAX 491-7277 <small>メール</small> kannnonsama73@yahoo.co.jp

ジャンル
団体名混声合唱
師岡うたの会

活動内容	歌い継がれてきた童謡、唱歌、歌曲、ポップス、歌謡曲、簡単な合唱曲などに取り組みます。師岡コミュニティハウスの開館記念ふれあいコンサート、文化祭に出演。
主な活動日・時間	第1・3木曜日 12:30～14:45
主な活動場所	師岡コミュニティハウス
会員数と年代層	30名 40～70代
会費等	5,000円/3ヶ月 入会金1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名ジャズ
ジャズを楽しむ会「グッドライフ」

活動内容	平日の会はCDを聴きながらお話、ピアノを使っての解説、みなさん持ち寄りのCDを楽しみます。日曜の会は演奏の会でどんな楽器、またボーカルも大歓迎。初めてジャズにチャレンジしたい方もどうぞ。
主な活動日・時間	第2・4木曜日(原則) 15:00～18:00
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	10名 50～70代
会費等	500円/回
連絡先	<small>オオハシ マサヒロ</small> 大橋 雅宏 TEL 090-4094-9643 <small>メール</small> mo236@triton.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名スタンダードジャズ
スタンダードジャズ同好会

活動内容	スタンダード曲、ジャズの作曲家、歴史などをお話すること、同時にCD、生で歌をお聞かせすることを中心に現代音楽の基礎をあらゆる角度から楽しむ会です。皆様のご希望をお聞きます。
主な活動日・時間	月1回
主な活動場所	菊名地区センター、大豆戸地域ケアプラザ他
会員数と年代層	20名 40～70代
会費等	500円/回
連絡先	<small>ミヨウセ カオル</small> 明瀬 薫 TEL 090-7011-7156 <small>メール</small> k-mose10@dune.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名童謡・愛唱歌を歌う
なかよし童謡・愛唱歌の会

活動内容	童謡・愛唱歌を皆で楽しく歌います。健康に良い腹式呼吸・声の出し方等指導致します。歌の好きな方歓迎・初心者可。
主な活動日・時間	月・火・木・金(各月2回) 10:00～、13:30～
主な活動場所	大倉山記念館(月・火)、日吉地区センター(金)、 かなっくホール(木)、都筑公会堂(木)
会員数と年代層	50～80代 30名
会費等	3,000円/月2回 入会金3,000円
連絡先	<small>ワタナベ トシヨ</small> 渡邊 俊子 TEL&FAX 563-8692

ジャンル
団体名童謡を歌う
港北童謡の会

活動内容	著名な先生を講師に迎え、昔なつかしい童謡・現在に生きる歌謡曲そして唱歌等、先生方の御指導でうたっています。先生方の演奏もあり楽しい会です。入場自由です。どうぞ皆様お出でください。
主な活動日・時間	第2か第3火曜日 14:00～16:00
主な活動場所	港北公会堂
会員数と年代層	250～300名
会費等	900円/回
連絡先	<small>ヨシダ ナミコ</small> 吉田 奈美子 TEL&FAX 531-6390

ジャンル
団体名コーラス
新羽うたの会

活動内容	だれもが口ずさめるような、やさしくすぐれた童謡・唱歌・歌曲・ポップス・歌謡曲、神奈川・横浜にゆかりの歌などを斉唱や簡単な合唱で楽しんでいます。必要に応じて指導者の時吉藤夫先生が編曲された合唱譜やピアノ譜も用いています。
主な活動日・時間	第1・3月曜日 12:30～14:45
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 40～70代
会費等	4,000円/3ヶ月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名音楽・コーラス
港北合唱倶楽部「華の会」

活動内容	指導者に紫山秀明先生を迎え、古今の名曲・ポピュラーと心に残るうたをうたっています。健康を保ちながら感性を磨きましよう。
主な活動日・時間	火曜日(月3回) 10:00～12:00
主な活動場所	港北公会堂
会員数と年代層	35名 70代
会費等	4,000円/月(楽譜代、入会金なし)
連絡先	ヨシダ ナミコ 吉田 奈美子 TEL&FAX 531-6390

ジャンル
団体名アカペラコーラス
ザ・ハーモニー横浜

活動内容	女声4声で洋楽を中心にバーバーショップスタイルのアカペラコーラスを歌っています。
主な活動日・時間	木曜日 14:00～16:00
主な活動場所	大倉山・綱島
会員数と年代層	6～8名 40～70代
会費等	3,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名混声合唱
合唱サークル プリマヴェーラ

活動内容	誰もがよく知っている童謡・昭和歌謡曲を混声合唱で練習しています。また、中学校で人気のある易しい合唱曲も練習します。年齢不問、初心者歓迎します。
主な活動日・時間	土・日曜日(月4回) 9:30～11:30(変更あり)
主な活動場所	大豆戸地域ケアプラザ、樽町地域ケアプラザ
会員数と年代層	40名 20～70代
会費等	1,000円/年(運営費)、楽譜代(月会費無料)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名管弦楽
しのはらジュニアオーケストラ

活動内容	ポップスから本格的な管弦楽曲まで、練習や発表など器楽合奏を通じて幅広く音楽を楽しんでいます。 HP http://shinoharajuniororc.wixsite.com/ysjo
主な活動日・時間	土曜日 9:00～12:00
主な活動場所	篠原西小学校 東校舎2階プレイルーム
会員数と年代層	30名 小学生
会費等	3,000円/月 入会金1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名琴の演奏
お琴サークル

活動内容	初心者でお琴に興味のある方対象です。グループでひいてみたい曲(ポップス・童謡・古典)を合奏して、楽しい時間を共有することが目的です。練習時のお琴はお貸しします。ケアプラザ等でボランティア演奏も行っています。気軽にお琴に触れてみませんか。
主な活動日・時間	原則隔週月曜日 10:00～11:30
主な活動場所	城郷小机地区センター
会員数と年代層	6名 40～60代
会費等	3,000円/月(2回) 爪3,000円程度、譜面代
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名演劇・イベント企画
地域演劇集団スターリンクス

活動内容	演劇や地域イベントを主軸に芸術・文化面に於いて地域を繋げていく活動を行っています。 HP star-links.jimdo.com
主な活動日・時間	月1～2回日曜日(原則) 9:00～12:00(原則)
主な活動場所	港北公会堂、大豆戸地域ケアプラザ、菊名コミュニティハウス、菊名地区センター
会員数と年代層	22名 10～20代
会費等	なし
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

H. 美術・工芸

ジャンル
団体名水墨画を学ぶ
幸彩会

活動内容	先生のお手本を元にご指導いただいています。季節の花々、動物、風景、年賀状の参考にできる干支など練習しています。
主な活動日・時間	第1・3水曜日 12:00～15:00
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	10名 40～60代
会費等	1,500円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名水墨画
墨彩の会

活動内容	はじめての方でも、水墨画に親しんでいただけるサークルです。季節の題材で楽しく学び、ハガキにちょっとした絵をそえられるようになります。
主な活動日・時間	第2・4水曜日 13:00～14:45
主な活動場所	日吉本町地域ケアプラザ
会員数と年代層	10名 40～90代
会費等	1,500円/回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246



ジャンル
団体名絵画
白峰会

活動内容	毎月のテーマを決め、講師の指導のもとにデッサン・水彩・油彩など自由に描いて楽しんでいます。年2回位スケッチ会もあります。初心者歓迎。
主な活動日・時間	第1・2・3木曜日 15:00～18:00
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	15名 70～90代
会費等	2,000円/月(モチーフ代込)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名水彩画、色鉛筆、パステル画、アクリル画
絵画サロン

活動内容	好きな画材で、自分らしい表現を楽しんでいます。デッサンなど基本を学ぶことも大切にしています。絵てがみ、絵本、紙芝居等、なごやかな中で描いています。講師はアートセラピスト・メンタルケアスペシャリスト・女子美術大学日本画卒。
主な活動日・時間	第2・4月曜日 13:00～16:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	10名 40～80代
会費等	1,500円/回(画材費含む)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名水彩画、色鉛筆、パステル画
港北絵の会

活動内容	絵が得意でなくても、絵を描くことを楽しむ者の集まりです。指導する先生はおりませんが、お互いに教えたり、教えられたり、工夫して自分の絵を描いております。気軽に来て下さい。ティータイムもあります。
主な活動日・時間	第1・3土曜日 9:00～12:00
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	25名 50～70代
会費等	300円/月 入会金 2,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名透明水彩画
水彩画教室

活動内容	金子郁夫先生を囲んで、基礎から楽しく水彩画を学べます。(風景、人物、静物など)初めて水彩画にチャレンジしたい方も大歓迎 <1度見学に来てください>
主な活動日・時間	第1・3日曜日 10:00～13:00
主な活動場所	下田小コミュニティスクール
会員数と年代層	7名 50～70代
会費等	2,000円/月 ※材料費は実費
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名水彩画
横浜轟会

活動内容	イーゼルを立て、花や果物、人形、置物、人物などを楽しく描いています。二紀会で40年以上ご活躍の岸本凌幾先生ご指導の下、積極的で和やかな会です。自由参加の近郊のスケッチ散策も実施しています。
主な活動日・時間	第2・4金曜日 18:00～20:45、 スケッチ散策 9:30～14:30(月1回)
主な活動場所	菊名地区センター、近郊
会員数と年代層	17名 40～80代
会費等	3,000円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名水彩画
透明水彩画アルファ一会

活動内容	「絵を描いてみたい」と思ったとき、自由に参加できる会です。年間計画により水彩画のいろいろな描き方を習得し、楽しく自分の絵を表現しましょう。
主な活動日・時間	1ヶ月に1回
主な活動場所	区社協 多目的室 (変更あり。お問い合わせ下さい。)
会員数と年代層	25名 50～70代
会費等	999円/回(参加時に支払い)
連絡先	フクイ マキヨ 福井 牧子 TEL 315-5970

ジャンル
団体名

手織り絵製作 アミ・ウィービング

活動内容	毛糸による手織りです。持ち運びできる木枠に縦糸を張り、絵を描くように織りすすめます。お手持ちの残り毛糸も活用できるエコな手芸で小作品から大作まで作ることができます。心癒す立体感のある作品は、全ての方々から好評です。思い出の風景など、どなたでも簡単に製作できます。
主な活動日・時間	第1・3火曜日 12:30～14:30
主な活動場所	日吉地区センター
会員数と年代層	10名 60～70代 ※年代は問いません
会費等	3,000円/月2回、入会金なし、 初回のみ材料費4,000円
連絡先	モリ ヒロコ 森 裕子 TEL&FAX 044-722-3768 メール moriroko@j05.itscom.net

ジャンル
団体名

工芸 日吉表装同好会

活動内容	ご自分の書画等の作品を思い出のある布を利用して、ご自分の手で掛軸に仕立てて楽しみましょう。
主な活動日・時間	土曜日 13:00～17:00
主な活動場所	日吉本町東町会会館
会員数と年代層	8名 60～80代
会費等	2,500円/月2回
連絡先	オザキ 尾崎 みずみ TEL&FAX 563-6619 メール shinngoo_ozakii@y9.dion.ne.jp

◎制作した作品を区内の美術展に出してみませんか？

大倉山秋の芸術祭

展示部門と講座・コンサート等があります。
10月末～11月上旬開催
参加料 1,500～2,000円(締切は6月頃)

【問合せ】 大倉山秋の芸術祭事務局
TEL 090-6524-7060

港北美術展

絵画・書・工芸・写真を約300点募集します。
3月上旬開催
参加料 1作品500円(締切は1月上旬)

【問合せ】 港北区役所生涯学習支援係
TEL 540-2239

※会場はいずれも大倉山記念館

※開催日・参加料などは変更になる場合もありますので、詳細はお問合せください。

I. 情報・パソコン

ジャンル
団体名

ビデオ撮影・DVD制作・インターネット放送 港北ふるさとテレビ局 (KFTV)

活動内容	・港北区の文化財、祭りや行事を撮影して、記録保存していくとともに、インターネット放送局で放送(http://kohoku-furusato-tv.org) ・TV番組の制作、映画の制作、DVDの制作と頒布 ・映画祭の開催・港北区役所等で放映する番組制作
主な活動日・時間	撮影は催し次第。制作は好きなときに自宅。毎月1回、第1火曜日 18:00から定例会
主な活動場所	日吉・綱島・菊名等の地区センターおよび港北区全域
会員数と年代層	20名 大学生～60代
会費等	なし
連絡先	イトウ ユキハル 伊藤 幸晴 TEL 080-5641-6425 メール mail@kohoku-furusato-tv.org

ジャンル
団体名

パソコンの個人教授 こうほくぱそぼら

活動内容	パソコンを原則、マンツーマンで教えます。個人の都合のつく日に自由に来所可能。初級から中級程度の教授。習いたいことだけを希望して学ぶことができます。
主な活動日・時間	水曜日、土曜日 各10:00～12:00 13:00～15:00 (全部の水曜日、土曜日ではありません。)
主な活動場所	港北区福祉保健活動拠点3階
会員数と年代層	現受講中会員数15～20名 主に50～70代
会費等	500円/回 入会金1,000円
連絡先	タカハシ ヒデオ 高橋 秀郎 TEL 562-7177 メール hideo.taka84@nifty.com

ジャンル
団体名

パソコン
港北パソコンサロン

活動内容	生活に役立つパソコンの利用を目的にインターネット検索、メール、ワード、エクセル、お絵かき、デジカメ、ホームページ作成など一人ひとりのニーズに対応して講師を中心に皆で教え合っております。サロンですのでパソコン以外の世間話も歓迎です。
主な活動日・時間	第1・3金曜日 9:00～12:00
主な活動場所	城郷小机地区センター
会員数と年代層	10名 30～80代
会費等	1,000円/月
連絡先	ウメサト フヘイ 梅里 和平 TEL 434-3669

ジャンル
団体名

パソコン研修
高田パソコンクラブ

活動内容	脳血管障がい後遺症などの中途障がい者がパソコン研修を通じ心身の健康増進と相互の交流、社会参加(チラシの作成等)を図っています。ボランティアの参加が多く、ほぼマンツーマンの研修となっています。
主な活動日・時間	第2・3・4水曜日 12:30～15:00
主な活動場所	高田地域ケアプラザ
会員数と年代層	14名 60代
会費等	3,000円/年
連絡先	イケダ カツヒコ 池田 勝彦 TEL&FAX 563-7184 メール katsuhiko1941@nifty.com



ジャンル
団体名

ハガキ絵・絵てがみ
ハガキ絵・絵てがみの会

活動内容	ハガキに絵を描きます。 ①身の回りの物、風景、花、野菜、スイーツ ②筆、絵の具、くれよん、色えんぴつ、ボールペン、インク等いろいろな物を使って描いています。皆で楽しく、描いています。
主な活動日・時間	第2木曜日 13:00～15:30
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	10名 50～80代
会費等	1,500円/月 入会時事務費 1,000円
連絡先	ホツタ キミコ 堀田 喜美子 TEL&FAX 543-2343

ジャンル
団体名

ハガキ絵・絵てがみ
わかばの会

活動内容	月2回 勉強会 第1土曜日 自主練習 第3土曜日 講師を迎えて勉強 ※花、野菜、果物、器等、生活の中から一粟をすくい上げ、ハガキに絵や言葉を添えて描いています。
主な活動日・時間	第1・3土曜日 13:00～16:00
主な活動場所	下田小コミュニティスクール
会員数と年代層	7名 50～80代
会費等	1,500円/月 入会時事務費 1,000円
連絡先	ウリモト フサ 瓜本 房 TEL 562-1069

ジャンル
団体名

絵手紙・水彩画等
アートと絵手紙 彩の会

活動内容	身のまわりの物を描き、言葉を添えて絵手紙を。優しい思いが伝わります。初めてでも大丈夫の楽しい会です。水彩絵具、色鉛筆、顔彩等さまざまな画材を使い、スケッチ、絵付け等、四季折々に楽しんでいます。講師は女子美術大卒、美術教員免許あり。見学随時。
主な活動日・時間	毎月第1水曜日 13:00～15:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	10名 50～70代
会費等	1,500円/月
連絡先	ヤマムラ ヒロコ 山村 啓子 TEL&FAX 544-1955

ジャンル
団体名

絵手紙・水彩画等
菊名アートと絵手紙の会

活動内容	ハガキに身のまわりの物を描き、言葉を添えて優しい思いを届ける絵手紙。よく観察する事で暮らしも変化し脳トレにもなります。スケッチ、絵付け等四季折々楽しめます。はじめての方も大丈夫の和気あいあいの会です。見学随時。講師は女子美術大卒、美術教員免許あり。
主な活動日・時間	毎月第2・4水曜日 13:00～15:00
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	10名 50～70代
会費等	3,000円/月2回
連絡先	ヤマムラ ヒロコ 山村 啓子 TEL&FAX 544-1955

ジャンル
団体名

折り紙
さくら・やさしい折り紙の会

活動内容	誰でも知っている折り紙が、季節にあわせて姿を変えます。楽しくおしゃべりしながら、指を動かしませんか？いつでも気軽に見学にいってください。お待ちしております。
主な活動日・時間	(日吉) 第1月曜日 10:00～12:00 (綱島) 第2火曜日 15:00～17:00
主な活動場所	日吉地区センター、 綱島地区センター
会員数と年代層	5名(日吉地区センター)、10名(綱島地区センター) 幼児～
会費等	1,100円/月 材料費は実費
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

フラワーアレンジ
NYフラワーアレンジメント

活動内容	イースター、ハロウィン、クリスマスなど季節のテーマをきめて、生花あるいはプリザーブドフラワー、アートのお花でアレンジします。ニューヨークスタイルのリボンや小物が盛りだくさんで楽しいカラフルな仕上がりになり、思わず笑顔があふれます。特に形式にこだわらず、初心者の皆様から楽しんでいただけます。先生の資格も取得できます。
主な活動日・時間	第4木・金曜日 午前中
主な活動場所	新田地区センターほか
会員数と年代層	8～10名 20～70代
会費等	会費なし 材料費 2,800～3,300円/回(花材費含む)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

手芸パッチワークキルト
キルトスタジオ T&A

活動内容	小物から大作まで、さまざまな作品作りをしています。
主な活動日・時間	毎週月曜日 10:00～12:00 または 13:00～15:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス、太尾会館
会員数と年代層	30名 40～60代
会費等	2,000円/月2回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

ハワイアンキルト
ハワイアンキルトクラス ハウオリ アヌエヌエ

活動内容	ハワイアンミュージックを聞きながら、一針一針心を込めて作ります。年一回、活動場所の文化祭(大綱中コミュニティ祭)にて作品展示しています。
主な活動日・時間	毎月第1・4木曜日 10:00～12:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	20名 40～70代
会費等	2,000円/月(材料費別)
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

着付 着付サークル

活動内容	帯結び(半幅帯、名古屋帯、袋帯) 変り結びも取り入れています。普段着(ゆかた、小紋) 礼装着(留袖、振袖) まで、はかま白装、お相手着装。
主な活動日・時間	月・火・木・土曜日 午前、午後
主な活動場所	城郷小机地区センター、篠原地区センター、菊名コミュニティハウス
会員数と年代層	1クラス 5～6名 20～70代
会費等	2,000～2,500円/月 入会金 1,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

着物・着つけ 着つけ・よそおい

活動内容	手持ちの着物を活用して技術を学べます。基本の半衿付けから普段着で名古屋帯。夏はゆかた。そして袋帯まで自装と相モデル。伊達衿作りもします。初めての方も大丈夫です!
主な活動日・時間	水曜日: 12:30～14:30 金曜日: 9:30～11:30
主な活動場所	水: 菊名地区センター ほか 金: 日吉地区センター ほか
会員数と年代層	20名 20～80代
会費等	1,000円/月
連絡先	カジワラ ユウコ 梶原 裕子 TEL 541-4304 マツダ サチヨ 松田 幸代 TEL 541-7724

ジャンル
団体名

料理 粋な男の料理サークル

活動内容	新吉田地域ケアプラザの協力のもと、献立の立案・食材の購入及び調理まで、すべて男性だけで行い、その成果を楽しみます。男性の料理作りへの関心を高めていきたい。
主な活動日・時間	年4回位 9:30～13:00
主な活動場所	新田地区センター
会員数と年代層	6名 60～70代
会費等	材料費 1,000円前後/回
連絡先	新吉田地域ケアプラザ TEL 592-2151 FAX 592-0105 メール sinyoshida-11@y-kyousei.or.jp

ジャンル
団体名

料理教室 男の料理

活動内容	女性講師に家庭料理を中心に、男性でも手軽にできる料理を指導していただき、皆で楽しく食事をしています。気軽に見学してください。
主な活動日・時間	毎月第2日曜日 9:30～13:00 (1月と8月はお休み)
主な活動場所	菊名地区センター
会員数と年代層	13名 60～70代
会費等	2,000円/月(材料費含)
連絡先	クリバヤシ タツオ 栗林 達雄 TEL 546-1077 メール otokono-ryori-kikuna@freeml.com

ジャンル
団体名

料理教室 大曾根 男の料理教室

活動内容	男性の皆さん! 奥さんの料理作りが出来なくなる時が急に来ても困らないように【大曾根 男の料理教室】では、簡単な料理なら、直ぐに作れるような男性を育てることを会の目的にして活動しています。
主な活動日・時間	毎月第2火曜日(8月を除く) 10:00～14:00
主な活動場所	綱島地区センター
会員数と年代層	8名 主に60～70代(どの年代でも入会可能)
会費等	上期: 8,000円(4～9月分) 下期: 8,000円(10～3月分)
連絡先	ミヤザワ トオル 宮澤 徹 TEL&FAX 544-7126

ジャンル
団体名

男の料理教室 おやじの手料理

活動内容	月1回で15年以上続いている会です。季節の食材を活用した家庭料理で減塩により健康な生活を目指しています。ボランティアの先生が親切丁寧に教えてくださいます。
主な活動日・時間	毎月1回第4水曜日 10:00～13:00
主な活動場所	篠原地区センター
会員数と年代層	20名 60歳以上 男性
会費等	2,000円/年、材料費 1,200円/月
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

男の料理教室 綱島フライパンの会

活動内容	ヘルスマイトの先生方のご指導を得て、創設 14 年目を迎えます。レシピも 140 枚 (600 点) を越えました。今年から会員提案レシピをめざします。料理を通して健康で長生き・楽しい時間を過ごしましょう。
主な活動日・時間	毎月第 2 水曜日 9:30 ~ 13:00
主な活動場所	綱島地区センター (調理室)
会員数と年代層	17 名 60 ~ 70 代
会費等	1,200 円 / 月 年会費 2,000 円
連絡先	エガワ ヨシオ 頼川 嘉夫 TEL&FAX 542-8445 メール yoshioegawa1@gmail.com

ジャンル
団体名

料理 男の料理サークル・菊名

活動内容	会の特徴は食材の買い物から料理まで、すべて経験できることです。特に講師の青木先生は薬膳料理に詳しく、健康に役立つ料理が得意です。(身体を温める、冷やす、コレステロール値を下げる) HP https://masagoshiminkatsudo.jimdo.com/
主な活動日・時間	第 2 日曜日 (年間計 10 日) 10:00 ~ 13:00 (3 時間)
主な活動場所	菊名地区センター 2 階調理室
会員数と年代層	13 名 60 ~ 70 代
会費等	20,000 円 / 年 (材料費含む)
連絡先	マサゴ フミオ 眞砂 文夫 TEL&FAX 564-5802 メール fumio_masago@hob.itscom.net

ジャンル
団体名

パンづくり 日吉メンズ・ベーカリー

活動内容	“男子、厨房に入るべし。” よきパパ、よき夫として、仕事だけでなく、“食卓”にも貢献する。パンづくりを通じて、男を磨く。でも、実はとっても“ほっこりした”サークルです。
主な活動日・時間	第 2 土曜日 13:00 ~ 17:00
主な活動場所	日吉地区センター
会員数と年代層	13 名 20 ~ 70 代
会費等	1,200 円 / 回 (材料代) 入会金 2,000 円
連絡先	キタムラ ノブヤス 北村 暢康 TEL 090-9857-4193 メール here.we.go.nobby0220@gmail.com

ジャンル
団体名

マジック 大綱マジッククラブ

活動内容	・月1回の集まりでは、互いに発表したり教えあったりしています。 ・地域のシニアクラブや施設へボランティア出演します。
主な活動日・時間	毎月第 1 日曜日 10:00 ~ 12:00
主な活動場所	大綱中コミュニティハウス
会員数と年代層	7 名 60 ~ 70 代
会費等	なし
連絡先	チク マサオ 知久 正夫 TEL&FAX 433-2712 メール chiku7@nifty.com

ジャンル
団体名

マジック 日吉マジック

活動内容	毎月 2 回、先生に楽しく教えてもらっています。「和気あいあい」をモットーに毎年発表会を開催、地域ボランティア活動も行っています。 HP http://hiyoshimagic.jimdo.com
主な活動日・時間	第 1・3 水曜日 18:30 ~ 20:30
主な活動場所	日吉地区センター
会員数と年代層	17 名 40 ~ 70 代
会費等	3,000 円 / 月 入会金 1,500 円
連絡先	サイトウ マサオ 斉藤 正男 TEL 563-2244 FAX 563-2247 メール saito157@beach.ocn.ne.jp

ジャンル
団体名

将棋 師岡コミハ将棋同好会

活動内容	幅広い年代層の会員が、棋力 (キリョク) の向上と親睦交流、そして礼儀作法を重んじながらそれぞれの対局を楽しんでいます。(大会年 2 回実施)
主な活動日・時間	火・金曜日の午前、午後
主な活動場所	師岡コミュニティハウス
会員数と年代層	65 名 (定員あり) 小学生 ~ 80 代
会費等	大人 5,000 円 / 年 小学生 2,500 円 / 年
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

健康麻雀 欣喜雀躍 (きんきじゃくやく) の会

活動内容	賭けない、吸わない、飲まないの三原則をモットーとして、健康麻雀の普及に取り組んでいます。発足以来10年経過しました。最近は老人ホームから新羽地域ケアプラザを通して紹介があり、参加者も増加しています。
主な活動日・時間	毎週土曜日 12:00～18:00
主な活動場所	新羽地域ケアプラザ、新羽コミュニティハウス
会員数と年代層	35名 70代
会費等	1,000円/回
連絡先	イマニシ ユキオ 今西 行男 TEL&FAX 542-3708

ジャンル
団体名

健康麻雀 横浜雀の会

活動内容	健康麻雀(かけない、すわない、のまないが基本理念)を通じ、地域の交流を図るとともに高齢者の脳の活性化に役立てている。
主な活動日・時間	例会 火曜日、木曜日、金曜日(原則) 月6回 12:00～17:00
主な活動場所	菊名地区センター(総会・幹事会)、菊名麻雀荘
会員数と年代層	80名 70代
会費等	例会費 1,200円/回 年会費 500円
連絡先	サカマ イサオ 阪間 功 TEL&FAX 534-1315 メール isao-sakama@pi5.fiberbit.net

ジャンル
団体名

麻雀同好会 まめど麻雀の会

活動内容	「飲まない・賭けない・吸わない」の原則を守り、初めての方でも気軽になじめるようベテランが指導している。麻雀の楽しさを味わうと同時に脳トレも目指している。
主な活動日・時間	毎月第4木曜日 13:00～16:00(3時間)
主な活動場所	雀衆(菊名6丁目3番13号)
会員数と年代層	12名 60歳以上
会費等	1,000円/月
連絡先	オオシマ イナゾウ 大島 稲造 TEL 090-5778-6553 FAX 974-2733 メール ina-oshima@m07.itscom.net

ジャンル
団体名

新羽町地内での畑作 畑っこ・新羽の会

活動内容	作物の育て方、収穫の仕方等の興味がある方に作り方をお教えします。出来た作物は持ち帰ってご家族で召し上がれます。作った野菜は子供さんも喜んで食べると評判です。 HP https://masagoshiminkatsudo.jimdofree.com/
主な活動日・時間	月1回土曜日(春先は2回)、共同作業(9:00～13:00の4時間・年間15回前後)、月2～3回程度の自主作業
主な活動場所	新羽町大竹の畑
会員数と年代層	18家族52名 小学生以上の子と保護者、シニア世帯のご家族
会費等	1家族6,000円/年、資材・材料費実費
連絡先	マサゴ フミオ 眞砂 文夫 TEL&FAX 564-5802 メール fumio_masago@hob.itscom.net



K. 生涯学習

ジャンル
団体名

講座、スポーツ、趣味、音楽など 生涯現役つなしま会

活動内容	講演会、ウォーキング、ハイキング、社交ダンス、太極拳、ボウリング、ビリヤード、ハーモニカ、ピアノ、混声コーラス、落語愛好会、健康マージャン、水彩画、カラオケ、折り紙、俳句、書道、パソコン、懇親会、踊りの会・年1回の活動披露フェスタ、会員交遊会など。
主な活動日・時間	毎月配布の活動カレンダーに掲載
主な活動場所	区内公共施設（詳細は上記カレンダーに掲載）
会員数と年代層	160名 60～80代
会費等	3,000円/年、入会金1,000円 別途活動実費
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

講演会 施設見学会 映画鑑賞会 生涯学習「グループ大地」

活動内容	毎年秋に学習講座を開講します。学習講座は政治・経済・文化・医療・福祉等の分野を対象にし、その時々テーマを選んで講師を依頼しています。講演会4回と各種施設見学会1回、計5回実施します。年4回映画鑑賞会も開催します。
主な活動日・時間	学習講座・映画会 平日 13:00～16:00 運営委員会 (月1回) 平日 10:00～12:00
主な活動場所	港北公会堂など
会員数と年代層	350名(運営委員13名) 50～80代
会費等	学習講座 3,500円/5回 映画会 500円/1回
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246

ジャンル
団体名

施設見学会、講座、料理 ナイスミドルの会

活動内容	リタイヤした地域の男性が集い(1回/月)親睦を図ると共に健康増進に努めている。①見学、散策(主な実績):JAXA、東京スカイツリー、自衛隊富士演習場、日産自動車追浜工場見学・鎌倉、東京神楽坂、金沢八景散策②料理実習:先生(女性2名)指導のもと、季節の食材を使ったヘルシーで簡単な料理に腕をふるっている。
主な活動日・時間	毎月第3金曜日 (奇数月:企画行事 偶数月:料理実習)
主な活動場所	篠原地区センター(料理)
会員数と年代層	20名 60～80代
会費等	材料費1,200～1,500円 年会費2,000円
連絡先	区民活動支援センター TEL&FAX 540-2246



施設案内 (区内36ヶ所)

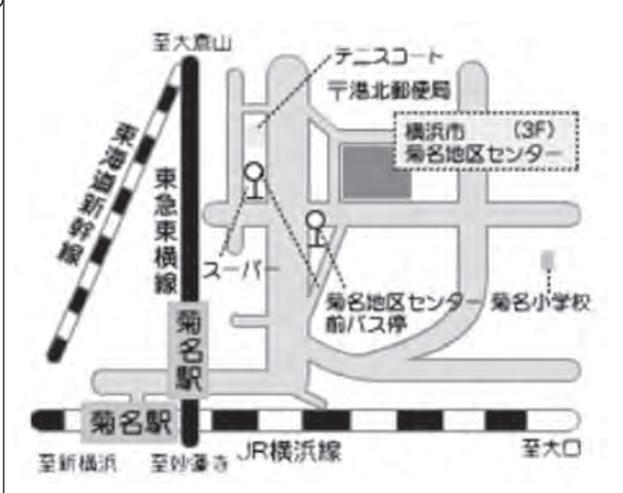
地区センター → コミュニティハウス・
コミュニティスクール → 地域ケアプラザ →
その他の施設 の順に掲載しています。

※以下の施設は同じ場所にあります。

- ・ 菊名地区センター / 港北図書館
- ・ 篠原地区センター / 篠原地域ケアプラザ
- ・ 城郷小机地区センター / 城郷小机地域ケアプラザ
- ・ 新羽コミュニティハウス / 新羽地域ケアプラザ
- ・ 大豆戸地域ケアプラザ / 港北国際交流ラウンジ

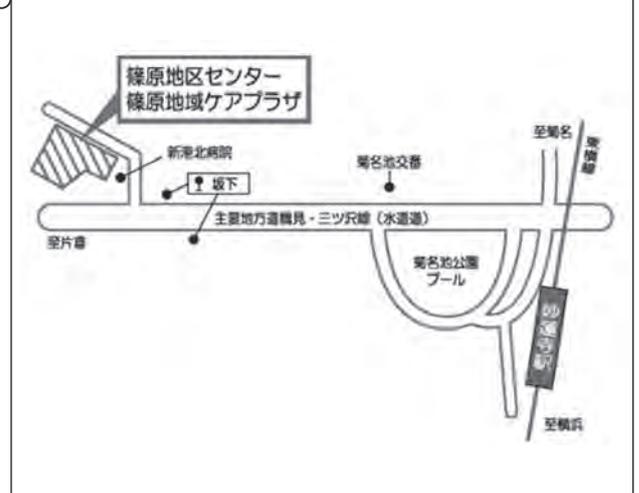
菊名地区センター TEL 421-1214

JR 横浜線・東急東横線 菊名駅下車徒歩 5 分



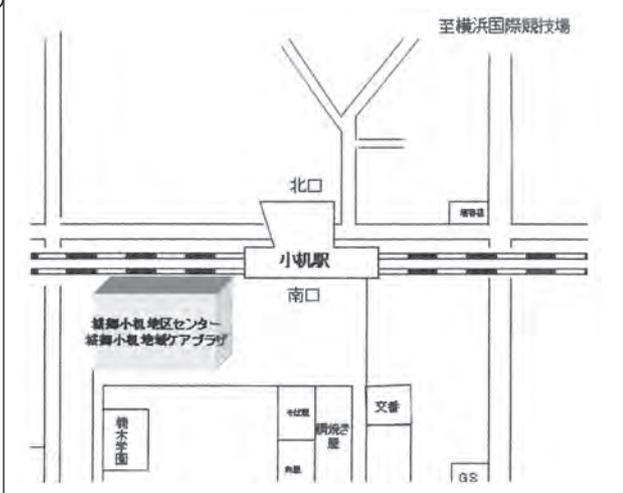
篠原地区センター TEL 423-9030

東急東横線 妙蓮寺駅下車徒歩 10 分



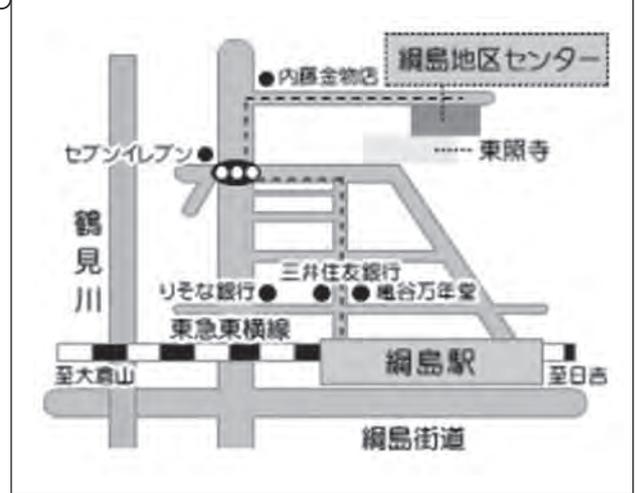
城郷小机地区センター TEL 472-1331

JR 横浜線 小机駅下車徒歩 1 分



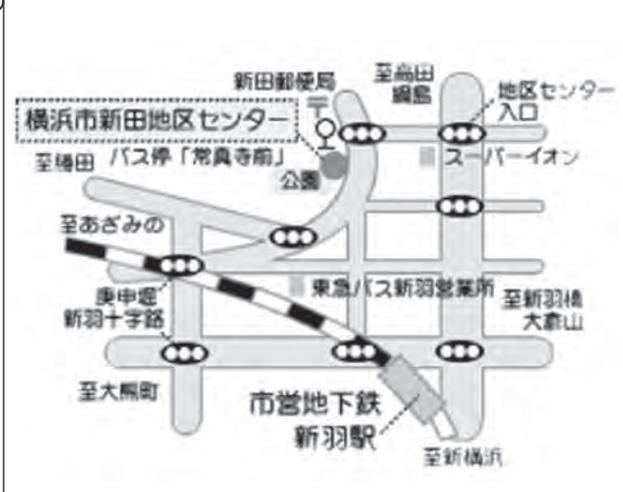
綱島地区センター TEL 545-4578

東急東横線 綱島駅下車徒歩 5 分



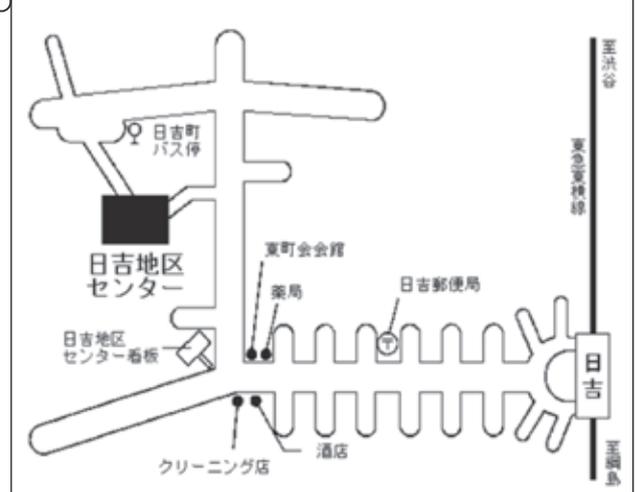
新田地区センター TEL 591-0777

市営地下鉄ブルーライン 新羽駅下車徒歩 7 分



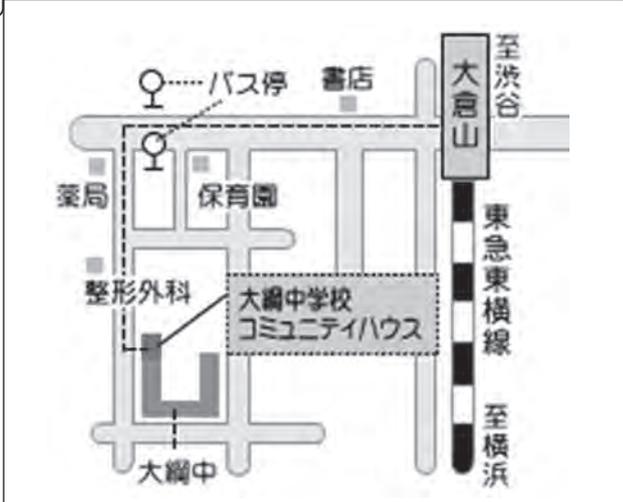
日吉地区センター TEL 561-6767

東急東横線 日吉駅下車徒歩 7 分



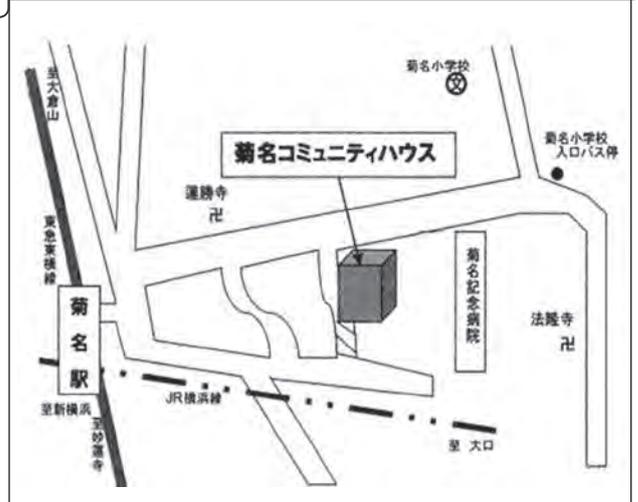
大綱中コミュニティハウス TEL 547-2761

東急東横線 大倉山駅下車徒歩7分



菊名コミュニティハウス TEL 401-4964

東急東横線 菊名駅下車徒歩5分



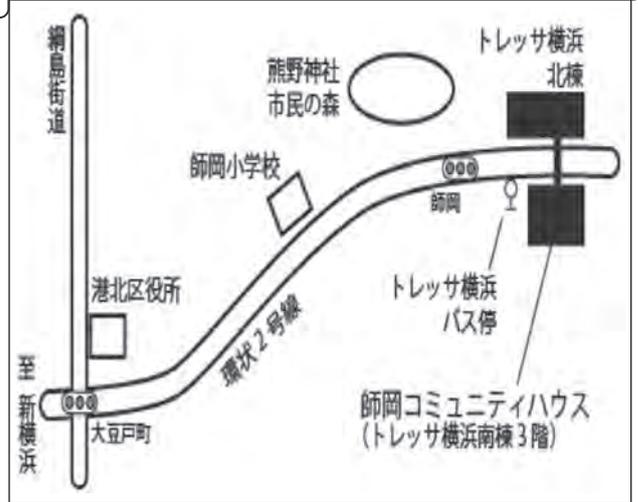
新羽コミュニティハウス TEL 542-7207

市営地下鉄ブルーライン 新羽駅下車徒歩2分



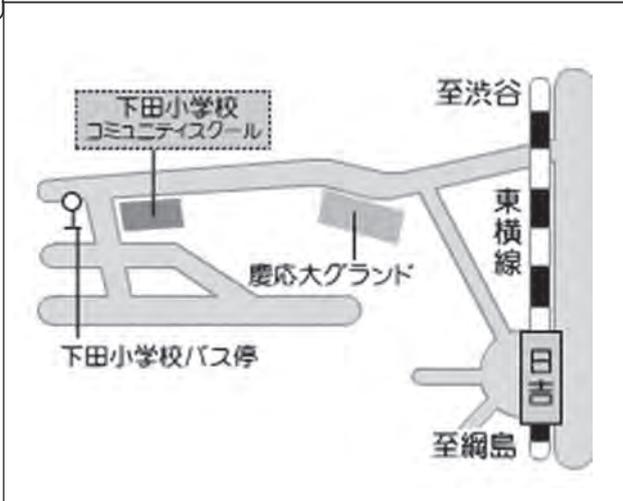
師岡コミュニティハウス TEL 534-2439

JR・市営地下鉄 新横浜駅からバス トレッサ横浜下車



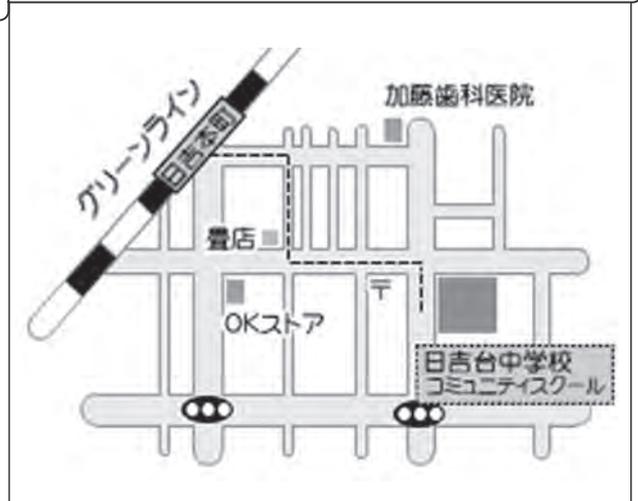
下田小コミュニティスクール TEL 565-2850

東急東横線 日吉駅西口からバス 下田小学校下車徒歩1分



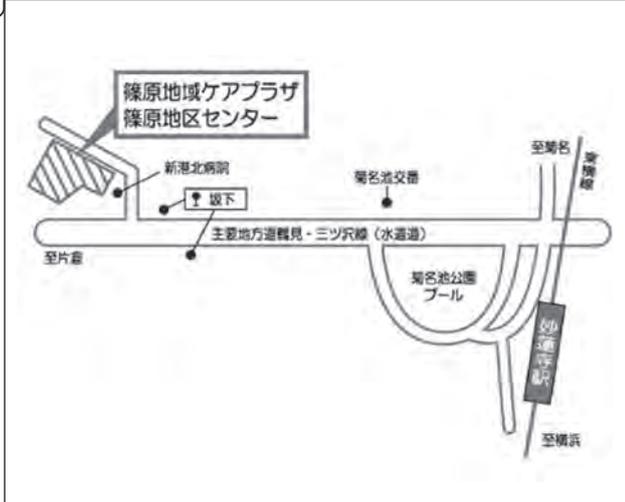
日吉台中コミュニティスクール TEL 565-2840

市営地下鉄グリーンライン 日吉本町駅下車徒歩7分



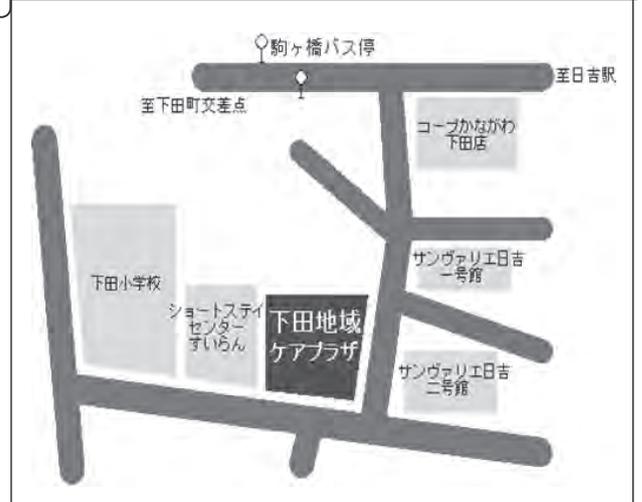
篠原地域ケアプラザ TEL 423-1230

東急東横線 妙蓮寺駅下車徒歩 10 分



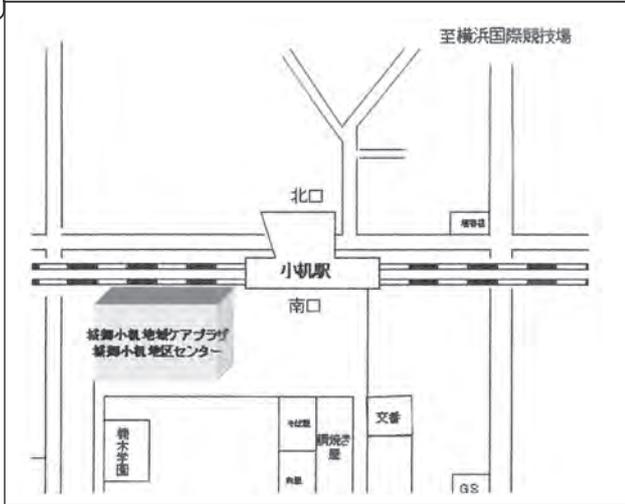
下田地域ケアプラザ TEL 563-9081

東急東横線 日吉駅からバス 駒が橋下車徒歩 3 分



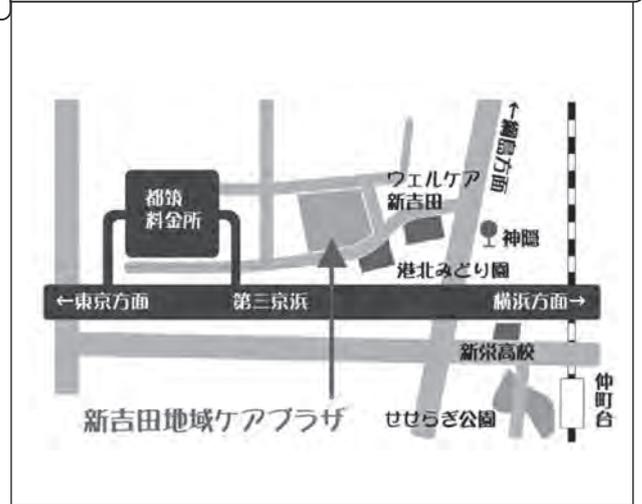
城郷小机地域ケアプラザ TEL 472-1331

JR 横浜線 小机駅下車徒歩 1 分



新吉田地域ケアプラザ TEL 592-2151

東急東横線 網島駅からバス 神隠下車徒歩 3 分



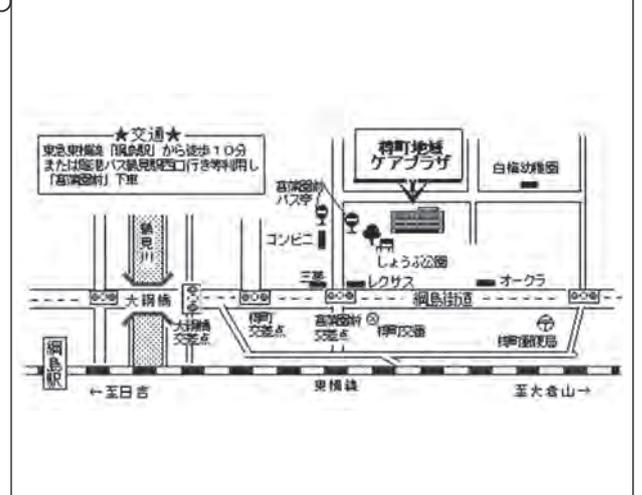
高田地域ケアプラザ TEL 594-3601

市営地下鉄グリーンライン 高田駅下車徒歩 1 分
東急東横線 網島駅・日吉駅からバス 高田地域ケアプラザ下車



樽町地域ケアプラザ TEL 532-2501

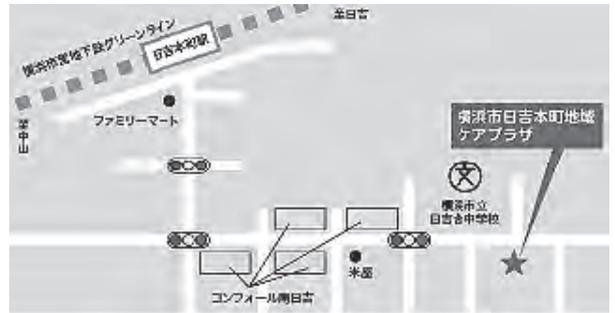
東急東横線 網島駅下車徒歩 13 分
網島駅からバス 菖蒲園前下車



新羽地域ケアプラザ TEL 542-7207
 市営地下鉄ブルーライン 新羽駅下車徒歩 2分



日吉本町地域ケアプラザ TEL 566-0360
 市営地下鉄グリーンライン 日吉本町駅下車徒歩 10分
 東急東横線 日吉駅からバス コンフォール南日吉下車



大豆戸地域ケアプラザ TEL 432-4911
 JR 横浜線・東急東横線 菊名駅下車徒歩 10分



港北国際交流ラウンジ TEL 430-5670
 JR 横浜線・東急東横線 菊名駅下車徒歩約 8分



港北図書館 TEL 421-1211
 JR 横浜線・東急東横線 菊名駅下車徒歩 7分



大倉山記念館 TEL 544-1881
 JR 横浜線・東急東横線 大倉山駅下車徒歩 7分



菊名寿楽荘 TEL 433-1255

JR 横浜線・東急東横線 菊名駅からバス 菊名老人センター前下車



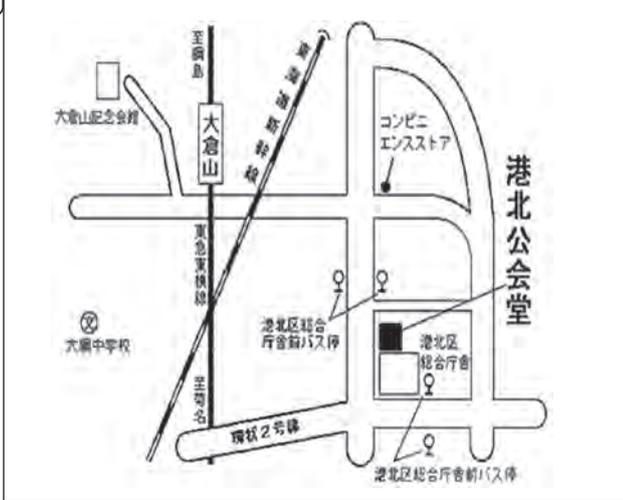
港北区福祉保健活動拠点 TEL 547-2324

東急東横線 大倉山駅下車徒歩 7 分



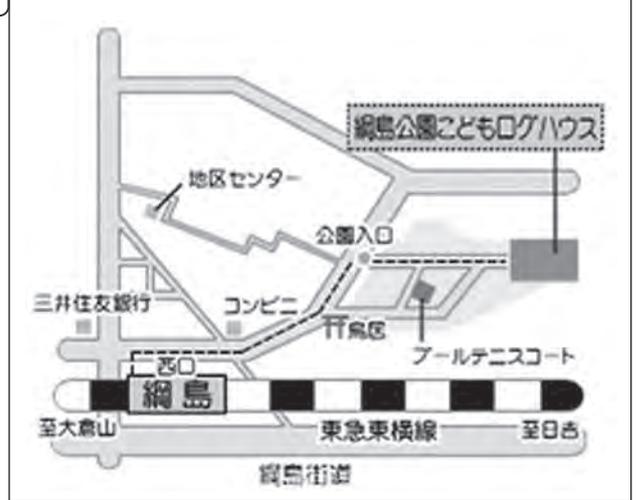
港北公会堂 TEL 540-2400

東急東横線 大倉山駅下車徒歩 7 分



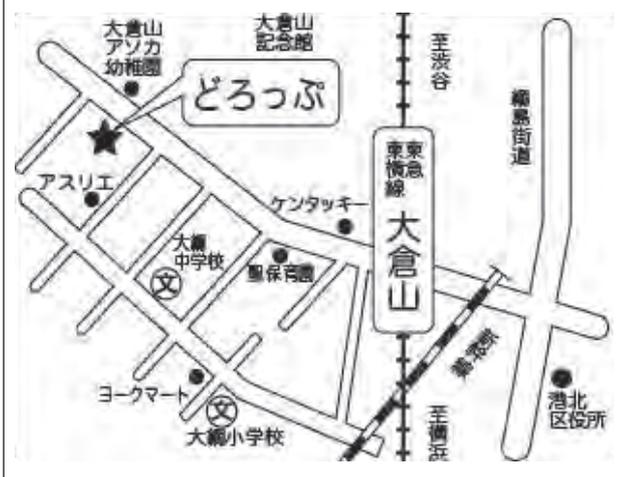
綱島公園こどもログハウス「モッキー」 TEL 547-4556

東急東横線 綱島駅下車徒歩 8 分



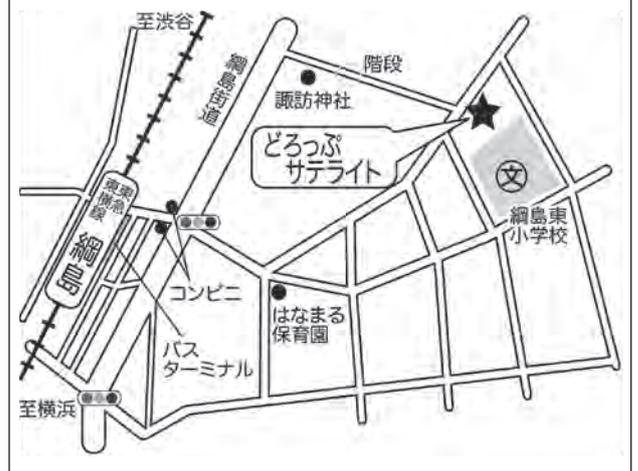
どろっぷ TEL 540-7420

東急東横線 大倉山駅下車徒歩 10 分



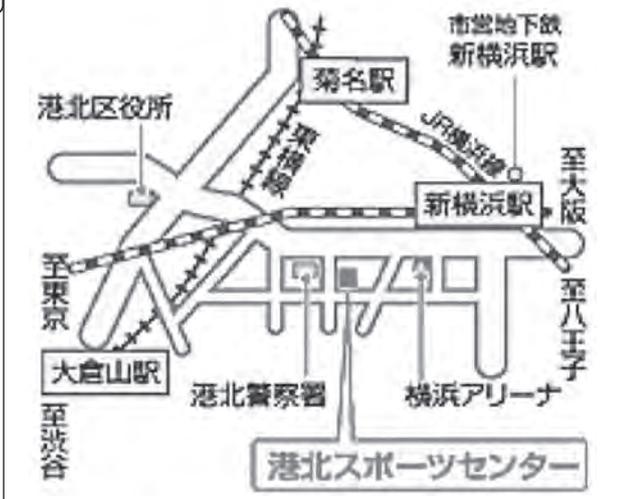
どろっぷサテライト TEL 633-1078

東急東横線 綱島駅下車徒歩 8 分



港北スポーツセンター TEL 544-2636

JR 横浜線・市営地下鉄ブルーライン 新横浜駅下車徒歩 15 分



小机スポーツ会館 TEL 471-0050

JR 横浜線 小机駅下車徒歩 15 分



鶴見川流域センター TEL 475-1998

JR 横浜線 小机駅下車徒歩 6～7 分



横浜ラポール TEL 475-2001

JR 横浜線・市営地下鉄ブルーライン 新横浜駅下車徒歩 10 分
福祉バス運行（障がい者優先）



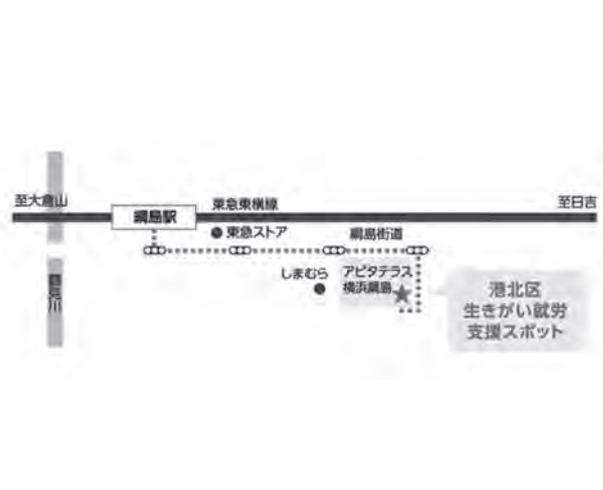
港北区生活支援センター TEL 475-0120

JR 横浜線・市営地下鉄 新横浜駅下車徒歩 10 分
新横浜駅から市営バス 浜島橋下車徒歩 1 分



港北区生きがい就労支援スポット TEL 947-2475

東急東横線 綱島駅下車徒歩 10 分



何かを始めたい方も

ご利用ください!

既にサークル活動をしている方も

港北区区民活動支援センター



何かを始めたい方へのサポート

©横浜市港北区ミスキー

ジャンルごとに分類されたチラシがたくさんあります。



たくさんあります。生涯学習情報

区民活動支援センターには講座やイベント、生涯学習に関する情報などがいっぱい!「子育て」「ボランティア」「区内情報」など、ジャンルごとに分類されたチラシを自由にご覧いただけます。

また、相談員にお声掛け頂ければ、お話を伺い情報をお調べします。

港北区の歴史に関する資料も閲覧できます!



港北区の「活動」をつなぐ情報誌「楽遊学」を隔月で発行しています。

区内のさまざまなグループ活動やサークル情報など満載の情報誌を発行しています。



紹介します。市民活動・生涯学習グループ

現在、区民活動支援センターには約200団体が登録しています。団体のジャンルは、子育てやスポーツ、文芸・歴史、語学、音楽、パソコン、絵画など多岐にわたっています。

「近所で活動しているサークルに参加したい」、「土日に活動しているサークルを探している」など、ご希望に合った団体・サークルをご紹介します。会員募集したい方もご相談ください。



地域活動やサークル活動をしている方へのサポート

講師探しをお手伝い

地域活動やサークル活動で、講演や実演をしてくれる人をお探しの時、区民活動支援センターがお手伝いします。

センターには、専門知識や特技を持つボランティア「まちな先生」が約180名登録されています。ジャンルは、手工芸、美術、お花、食・料理、子育て、スポーツ、音楽、パソコン、語学など多岐にわたっています。

※個人での申込や、継続的な指導の依頼はできません。
また、営利・宗教・政治的活動には利用できません。

チラシや資料の印刷ができます

サークル活動などで使うチラシ、資料などの印刷ができます。初めて利用される場合は、事前にお問い合わせください。原紙製版1枚50円、印刷10枚まで5円、20枚まで10円。用紙は各自でご持参ください。

センターでは両替ができないため、印刷機利用の場合は、小銭をご用意ください。

紙折り機、裁断機もあります。



機材や会議室を無料貸出 利用登録が必要

プロジェクターやスクリーン、ワイヤレスアンプとマイク、手づくり布おもちゃ、港北の昔ばなし紙芝居などを無料で貸し出ししています。そのほか、会議室(18席)、ミーティングコーナー(10席)もあります。事前に団体の利用登録及び予約が必要です。詳細はお問い合わせください。*営利・宗教・政治的活動には利用できません。

港北区区民活動支援センター (港北区役所4階48番窓口)

TEL&FAX 540-2246

Eメール ko-center@city.yokohama.jp

利用時間 月～金曜日 8:45～17:00

(土・日曜、祝休日、年末年始を除く)