

合唱・コーラス			赤い靴ジュニアコーラス・赤隊
			児童合唱団
活動内容	仲間との歌作り、自分の音の役割を果たし、ステージを積み重ねながら合唱の素晴らしさを観客の皆様と共有するようにしています。		
活動場所	あかいつつ元町スタジオ		
活動日/時間	土曜日(月4回)	15:30～18:30(小学生3～6年)18:00～20:30(中学生～大学生)	
会費/入会条件	5,000 円/入会金 5,500 円/月4回	小学3年生～大学生	
会員数/年代	40 名	小学3年生～大学4年生	

合唱・コーラス			コーラス風
			合唱
活動内容	会員が持ち寄った曲を混声合唱曲に編曲して歌っています。楽しく歌うことがモットーです。		
活動場所	野毛地区センター		
活動日/時間	第1・3 金曜日 (月2回)	15:00～17:00	
会費/入会条件	1,300 円/月	なし	
会員数/年代	15 名	50～80 代	

合唱・コーラス			ATF（あかいつつテンダーフット） & 赤い靴ジュニアコーラス・青隊
			児童合唱団
活動内容	大切な幼少期に歌やリズムを楽しみながら、集中力や舞台マナーなどを育成しています。出演は定期演奏会、ハローよこはま他		
活動場所	あかいつつ元町スタジオ		
活動日/時間	土曜日(月4回)	13:30～15:10	
会費/入会条件	5,000 円/入会金 5,500 円/月4回	ATF/年中・年長 青隊/小学1・2年生	
会員数/年代	10 人	年長～小学2年生	

合唱・コーラス			世界の名歌を歌う プラスワンセミナー
			合唱
活動内容	学生時代に歌った世界の名歌を四季に合わせ、すばらしいピアノ伴奏とヴォイストレーナーの指揮のもとで楽しく歌っています。		
活動場所	あかいつつ元町スタジオ		
活動日/時間	金曜日(月1回)	13:00～15:00	
会費/入会条件	4,500 円/3 回	男性・女性	
会員数/年代	30 名	40 代以上	

合唱・コーラス			コール みゆう
			コーラス
活動内容	若い情熱的な指導者のもと 60 代から 80 代まで年齢も様々楽しい充実したレッスンです。		
活動場所	本牧和田地域ケアプラザ・本牧中学校コミュニティハウス		
活動日/時間	第2・4 土曜日	9:30～12:00	
会費/入会条件	4,500 円/月	なし	
会員数/年代	5 名	60～80 代	

合唱・コーラス			童謡・愛唱歌のワークショップ
			合唱
活動内容	古今の童謡・愛唱歌を皆で楽しく歌っています。指導者の歌の解説も定評です。		
活動場所	あかいつつ元町スタジオ		
活動日/時間	火曜日(月2回)	13:15～14:45	
会費/入会条件	4,500 円/5 回でワンクール	なし	
会員数/年代	30 名	40～80 代	

合唱・コーラス Join&Sing 洋楽を楽しむ		
活動内容	ビートルズ、ビリー・ジョエル、エド・シーランの曲と一緒に歌いましょう。和訳しながらのおしゃべりも楽しいですよ。月に1度プロの先生からボイストレーニングと歌のレッスンが受けられます。(レッスン料別途必要)	
活動場所	野毛地区センター・宮崎地域ケアプラザ	
活動日/時間	第3金曜日・第2火曜日	10:15~11:45 か 13:00~14:30 のどちらか
会費/入会条件	500 円/入会金 1,000 円/3 ヶ月 レッスン料別途必要	なし
会員数/年代	11 名	50~70 代

合唱・コーラス ザ・シワクチャーズ横浜 女声シニア合唱団		
活動内容	主に高木東六先生のハーモニーの美しい曲を歌っています。また、季節感のある曲を折々に楽しんでいます。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ	
活動日/時間	金曜日(月2回)	11:00~13:00
会費/入会条件	3,600 円/月	60 歳以上
会員数/年代	20 名	60~100 代

合唱・コーラス 横浜混声合唱団 混声合唱（アカデミックとポップス）		
活動内容	多様なテーマでコンサートを開催。常任指揮者は杉山範雄。2015 年横浜文化賞受賞。今年創立 75 年。	
活動場所	野毛地区センター ほか	
活動日/時間	①水曜日(月3回) ②土曜日(月1回)	①18:40~20:40 ②13:00~15:00
会費/入会条件	6,000 円/月 (学生は免除)	経験者歓迎
会員数/年代	30 名	20~70 代

合唱・コーラス 横浜★男声合唱団 男性合唱		
活動内容	音楽のハーモニーとおしゃれを楽しんでいるコーラスです。県、市主催の催しに出演しています。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ	
活動日/時間	金曜日(月2回)	11:00~13:00
会費/入会条件	3,600 円/月	なし
会員数/年代	10 名	50~80 代

合唱・コーラス Kei ドレミ 女性シニア合唱		
活動内容	シニア女性コーラス	
活動場所	新山下地域ケアプラザ	
活動日/時間	第2・4月曜日	13:00~16:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	12 名	60~80 代

合唱・コーラス 元町いぶし銀ゴスペル 合唱(ゴスペル)		
活動内容	音楽家 Pi 坊先生指導の下、明るく楽しくゴキゲンにゴスペルレッスンを行っています。横浜ゴスペル祭、他様々なイベントに出演。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ	
活動日/時間	第1・3金曜日	15:00~16:30
会費/入会条件	3,000 円/月	なし
会員数/年代	25 名	40~70 代

合唱・コーラス シニアゴスペル・かながわハーバース 合唱(ゴスペル)		
活動内容	シニア世代が楽しめるゴスペル団体です。初心者でも楽譜を読めなくても大丈夫。一生の歌仲間とすばらしい音楽が待っています。	
活動場所	麦田地域ケアプラザ・麦田清風荘	
活動日/時間	第 1・3 木曜日	12:20～14:00
会費/入会条件	3,000 円/月	なし
会員数/年代	9 名	70～80 代

楽器 本牧市民吹奏楽団 吹奏楽		
活動内容	ご近所で吹奏楽を楽しむ会として本牧を中心に活動している吹奏楽団です。本牧エリアの施設や公園等で演奏しています。	
活動場所	本牧地区センター・本牧中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	土曜日	13:00～17:00
会費/入会条件	1,000 円/入会金 2,000 円/月会費 3,000 円/半年倉庫代	自分の楽器所持、未成年は保護者の同意
会員数/年代	20 名	20～70 代

合唱・コーラス ヴォイストレーニング 声をきたえ楽しく歌う（シニア向け）		
活動内容	シニア向け。ヴォイストレーニング、呼吸法身体訓練。歌謡曲、童謡、世界日本の名歌ほか。喉のトレーニングに重点をおくレッスンをしています。	
活動場所	①麦田清風荘②中区スポーツセンター	
活動日/時間	①水曜日 ②月曜日	9:40～11:40
会費/入会条件	1,000 円/1 回 (テキスト代、発表会時の伴奏者代は別)	①60 歳以上のシニア ②スポーツセンターに問い合わせ
会員数/年代	30 名	60～90 代

楽器 ママさん吹奏楽団ぷちはーもにー 子どもを連れての吹奏楽団		
活動内容	子どもと一緒に音楽を楽しもう、をモットーに無理なく合奏を楽しみつつ指導を受けて演奏向上にも努めています。イベント等にも参加。	
活動場所	野毛地区センター・神奈川地区センター	
活動日/時間	月 4 回	9:00～17:00 の間で 4 時間程度
会費/入会条件	2,000 円/入会金 (T シャツ代含) 1,000 円/月	基本は一般吹奏楽団に入るのが困難なママです
会員数/年代	25 名	30～40 代

合唱・コーラス NPO 法人日本国際童謡館 童謡唱歌の保存・普及		
活動内容	童謡唱歌の普及活動のため、童謡サミット・童謡コンサート・童謡講座・教室を開催しています。 https://doyokan.com/	
活動場所	横浜市開港記念会館 他	
活動日/時間	月 5 ～10 回	不定期
会費/入会条件	3,000 円/年	なし
会員数/年代	500 人	3 歳～90 代

楽器 横浜マザーズオーケストラ ママ達のオーケストラ		
活動内容	「できるだけ多くのママさんたちに元気と自由を！」をモットーに、優しくあたたかな「ママのハーモニー」を目指しています。団員大募集中です。	
活動場所	野毛地区センター・戸塚区民文化センター 他市内公共施設	
活動日/時間	日曜日(月 2 回)	9:30～12:00
会費/入会条件	500 円/回	ママ、楽器経験者、楽器所持
会員数/年代	20 名	20～50 代

楽器 横浜フルートアンサンブル響 フルートアンサンブル		
活動内容	若き女性演奏家をお招きし、毎週末にアンサンブルを練習。2年ごとにコンサート、無い年はお楽しみ会や慰問会等を行って、メンバーの親睦を図っています。	
活動場所	南区浦舟複合福祉施設 10F・浦舟コミュニティハウス	
活動日/時間	金曜日	18:25～20:25
会費/入会条件	4,000 円/月 入会費無料	楽器、譜面台持参
会員数/年代	25 名	30～80 代

楽器 音楽ボランティア「黄色いレイ」 ウクレレ演奏		
活動内容	「ウクレレ教室」の開催によるウクレレの指導と普及。高齢者福祉施設への訪問「お楽しみ会」への出演等のボランティア活動	
活動場所	中本牧コミュニティハウス・本牧原地域ケアプラザ	
活動日/時間	月 2 回水木土日	13:00～15:00
会費/入会条件	500 円/回	なし
会員数/年代	40 名	18～70 代

楽器 中本牧ギターアンサンブル ギター		
活動内容	毎回、楽しい曲をみんなで弾いて楽しめます。1人1人でなく仲間と一緒に、唱歌や童謡曲（少しクラシックの名曲の一部も）を中心に合奏を目指しています。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・2・3 木曜日	13:30～15:30
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	4 名	70～80 代

楽器 オカリナ・さくら オカリナ		
活動内容	昔懐かしい唱歌や楽しい POPS などの曲を練習しています。オカリナの円やかな音色と仲間の笑顔に包まれて演奏しています。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	第 1・3 火曜日	15:00～17:00
会費/入会条件	2,000 円/回	なし
会員数/年代	5 名	60～70 代

楽器 本牧弦楽アンサンブル 弦楽アンサンブル		
活動内容	古田先生のご指導のもと、弦楽アンサンブルを楽しんでいます。クラシックだけでなく、映画音楽、ポップスなど色々な音楽に取り組んでいます。	
活動場所	本牧中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	日曜日(月 4 回)	18:00～20:00
会費/入会条件	4,000 円/月	高校生以上、調弦ができる楽器をお持ちの方
会員数/年代	8 名	30～70 代

楽器 大人のピアノ ピアノレッスン		
活動内容	大人のピアノ会	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	木曜日	15:00 18:00(予定) ～
会費/入会条件	3,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	50～80 代

楽器 ザ・モニカーズ ハーモニカ		
活動内容	ハーモニカが好きな仲間が集って、懐メロ・演歌・唱歌・童謡などを楽しんでいる、素人集団です。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	第1・3月曜日	15:00～17:00
会費/入会条件	200 円/月	なし
会員数/年代	8 名	70～80 代

運営 「中区合唱祭」実行委員会 合唱祭の運営		
活動内容	横浜市内で活動している合唱団に 5 月ごろ参加募集をかけ、「皆で聴き合いましょーう！」と実行委員と参加団体の皆さんで開催運営していく。毎年 11 月歴史ある開港記念会館で開催。講師をまねいて講評いただける。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	年に 5～6 回	基本的に午後
会費/入会条件	なし	なし 協力してくださる方募集
会員数/年代	6 名	50～60 代

和楽器 琵琶弾き語りの会 琵琶弾き語り		
活動内容	日本古来の楽器、筑前琵琶で古典や現代の物語を弾き語ります。筑前琵琶奏者の室井三紀指導。	
活動場所	あかいつ元町スタジオ	
活動日/時間	応相談	応相談
会費/入会条件	4,000 円/回	なし
会員数/年代	5 名	40～70 代

運営 中区音楽祭実行委員会 音楽祭実行組織		
活動内容	中区内に居住、在勤または活躍中のアマチュア音楽家の団体による楽器演奏の場を企画し、演奏会を運営実施しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	11 月(年 1 回)	不定期
会費/入会条件	出演料をその都度徴収	2 名以上の団体
会員数/年代	170 名 (17 団体)	10～70 代

和楽器 初音会 和太鼓		
活動内容	太鼓をリズムに合わせて打つ練習から始め、1 年に 1 曲のペースで覚えて皆さんで演奏しています。初心者の方のクラスもあります。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3 木曜日・土曜日	17:00～19:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	11 名	10～70 代

ジャズ AAJC 委員会 ジャズを楽しむ		
活動内容	ジャズを愛する人々、これからジャズを知りたい、そうした人々の為に講師を招き、ジャズの歴史や名演について講座を聞き共に楽しむ活動です。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	年 3 回	不定期
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	6 名	30～60 代

お囃子 横浜里囃子 とまや お囃子		
活動内容	先輩たちにより受継がれてきたお囃子や獅子舞・踊りなどを、郷土の文化として残し伝えていこうと地道に稽古をしています。毎年、横浜にぎわい座でお囃子公演も行っています。	
活動場所	山元小学校コミュニティハウス	
活動日/時間	日曜日	18:30～20:50
会費/入会条件	3,000 円/年 (高校生以下無料)	なし
会員数/年代	35 名	12 歳～70 代

お囃子 千代崎四囃子連 祭囃子		
活動内容	伝統芸能である祭囃子を通して、子ども達へ礼儀や協調性を指導しております。また町内や地域貢献の大切さも同時に育んでいます。お気軽にご見学を。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	土曜日	17:30～19:30
会費/入会条件	200 円/月 (中・高・大学生は無料)	小学 1 年生以上
会員数/年代	25 名	6 歳～60 代

お囃子 石打囃子連 お囃子		
活動内容	浜のお諏訪様ごと石川町の諏訪神社で幅広い年齢層の活動です。会員同士教え合い明るく和やかな雰囲気練習しています。	
活動場所	石川町四丁目諏訪神社	
活動日/時間	月 2 回 (水か金か土)	10:00～12:00 16:30～18:30
会費/入会条件	500 円/回(大人)	なし
会員数/年代	10 名	1 歳～60 歳代

詩吟 本牧吟友会 詩吟		
活動内容	この会は健康寿命を目的に、古来から現代の名詩を腹式呼吸で練習し、介護予防を含め同じ趣味の仲間と楽しく活動しています。	
活動場所	本牧和田地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 2・4 月曜日	13:00～16:00
会費/入会条件	実費程度	なし
会員数/年代	20 名	60～90 代

お囃子 横濱本牧囃子連 江戸まつりばやし		
活動内容	江戸まつりばやしの太鼓、鉦、笛や踊りをおけいこしています。とりわけ寿獅子舞には力を入れて取り組んでいます。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	土曜日	14:30～17:00
会費/入会条件	会費無料	なし
会員数/年代	13 名	6 歳～70 代

詩吟 横浜吟道会 詩吟		
活動内容	詩吟練習。 催しものに参加	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	水曜日(月 2 回)	4～9 月:15:00～17:00 10～3 月:14:00～16:00
会費/入会条件	1,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	60～90 代

詩吟 はまゆう吟詠会 詩吟		
活動内容	吟詠を始めてみませんか。詩吟とは漢詩や和歌、俳句などに独特の節回しをつけて吟ずる（歌う）日本伝統芸能のひとつです。	
活動場所	麦田地域ケアプラザ	
活動日/時間	第2・3・4 土曜日	10:00~12:00
会費/入会条件	8,000 円/年	なし
会員数/年代	110 名	50~80 代

ミュージカル 音劇団 P-Box ミュージカル		
活動内容	プロの制作陣を招き、横浜にちなんだオリジナルミュージカルの公演を行っています。演劇初心者も安心して楽しめる市民劇団です。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ	
活動日/時間	日曜日(月2回、開催週不定)	15:00~17:00
会費/入会条件	4,500 円/月	なし
会員数/年代	15 名	30~70 代

ミュージカル 横浜市民ミュージカル ミュージカル		
活動内容	横浜をテーマとした物語のミュージカルです。2005 年から主に関内・大ホールで公演をしています。いずれも大好評です。オーディションなしで個性を伸ばす機会になっています。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ 他	
活動日/時間	日曜日・休日(30 回/約 5 か月)	14:00~18:00
会費/入会条件	1,800 円/回	年長以上 (6 歳)
会員数/年代	50 名	6~80 代

劇団 ウエスト♥ハウス 劇団		
活動内容	基本的にはオンラインでの稽古ですが、必要があればコミュニティハウスでお稽古します。	
活動場所	西区藤棚地域ケアプラザ	
活動日/時間	木曜日(月4回)	19:00~21:00
会費/入会条件	5,000 円/月	自分の言動に責任の持てる方
会員数/年代	6 名	20~70 代

ミュージカル 横浜市民子どもミュージカル ミュージカル		
活動内容	2013 年から年 1 度夏休み、主に関内・小ホールで公演しています。3 月頃の公募で、オーディションはなく全員がすばらしい成長を遂げています。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ 他	
活動日/時間	主に日曜日(他に土曜、祝日、金曜夜)/全 24 回	曜日により 4 時間~2 時間
会費/入会条件	1,800 円/回	小 1~高 3
会員数/年代	40 名	小学生~高校生

演劇 横浜市民アーティスト連絡協議会 演劇・マジック・歌		
活動内容	自分達の特技を地域に還元するグループです。演劇・マジック・歌など様々な活動しています。	
活動場所	各所	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	3,000 円/年	披露できる特技があること
会員数/年代	15 名	20~70 代

影絵 本牧影絵座 影絵制作・上映		
活動内容	中区を中心に活動する影絵の劇団です。まだ立ち上がったばかりですが、NHKで影絵番組に携わっていた講師監修のもと、お話し作り、人形作り、演奏、上演と楽しんでいます。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第2火曜日 第4水曜日	13:30～15:30 10:00～12:00
会費/入会条件	500 円/回	なし
会員数/年代	10 名	30～80 代

舞踊 絹美会 歌謡舞踊		
活動内容	日本の伝統、着物を着て歌謡舞踊の練習をします。新山下地域ケアプラザに踊りの披露をするボランティア慰問をしています。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	月 4 回	13:00～16:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	10 名	80 代以上

紙芝居 紙芝居文化推進協議会 紙芝居		
活動内容	紙芝居の実演や制作、発表や学習を通して一緒に楽しみ、広め、発展させることを目指しています。勉強会や関連講座を開催して、対面文化の紙芝居を次世代につなげることが目標です。	
活動場所	かながわ県民活動サポートセンター・西区福祉保健活動拠点フクシア 他	
活動日/時間	月 1 回	不定期
会費/入会条件	3,000 円/年	なし
会員数/年代	350 名	10～80 代

リトミック ぽんぽこリトミック リトミック		
活動内容	講師を招いて親子でリトミックをしています。音楽を通じて表現力、創造力、集中力を養います。造形や知育なども行っています。0～3 歳児向けです。	
活動場所	本牧原地域ケアプラザ・本牧和田地域ケアプラザ・新山下地域ケアプラザ	
活動日/時間	水曜日	9:30～11:00
会費/入会条件	5,500 円/3 回	なし
会員数/年代	10 名	0～3 歳

朗読 猫の事務所の朗読会 朗読		
活動内容	プロの俳優の主催する朗読教室です。読んでみたい物語や詞などを人に伝わる声と表現で読むことができるように練習します。	
活動場所	あかいくつ元町スタジオ	
活動日/時間	応相談	応相談
会費/入会条件	2,500 円/回	なし
会員数/年代	5 名	10～80 代

絵画 彩遊会 水彩画		
活動内容	主に水彩画を学ぶためのサークルです。楽しく、約 15 年続いています。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 2・4 金曜日	14:00～16:00
会費/入会条件	2,500 円/月	なし
会員数/年代	7 名	60～70 代

絵画	スケッチ・ララの会	
	水彩画	
活動内容	スケッチ水彩画の勉強をしています。	
活動場所	なか区民活動センター・中区及びその周辺地域	
活動日/時間	第 1・3 水曜日	10:00～15:00
会費/入会条件	3,000 円/入会金 2,000 円/月	なし
会員数/年代	13 名	50～80 代

絵画	本牧美術会	
	水彩画	
活動内容	水彩画の技術を学びながら描く楽しみを体験し会員間の親睦を図っています。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	木曜日	9:00～12:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	6 名	60～70 代

絵画	蒼昊美術會	
	水彩画	
活動内容	水彩画を中心としたワークショップを開催し、水彩画の普及活動をしています。楽しく身近なアートを目指します。	
活動場所	なか区民活動センター・横浜市民協働推進センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	500 円～/回(ワークショップ参加費)	なし
会員数/年代	37 名	30～80 代

絵画	彩好会	
	水彩画(横浜の風景)	
活動内容	水彩画の基本的技法を学びながら会員間の親睦を図ります。横浜の建物や風景を描き街の歴史や美しさを伝えるよう工夫して描きます。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 2・4 水曜日	10:00～15:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	6 名	60～80 代

絵画	本牧スケッチ会	
	水彩画	
活動内容	月 4 回リーダーによる指導と作品の評論。その他スケッチ活動年 2～3 回展覧会への出展、観覧	
活動場所	なか区民活動センター・大島中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	月曜日・水曜日	10:00～15:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	6 名	70～80 代

絵画	さくら会	
	デッサン・パステル・水彩画	
活動内容	生涯学習として、頑張りすぎず、細く長く続けています。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	第 2・4 金曜日	17:00～19:00
会費/入会条件	3,000 円/月	なし
会員数/年代	6 名	50～70 代

絵画 エピソード 絵画		
活動内容	講師はいません。季節に合わせてモチーフになる花・果物・静物を皆で持ち寄り描いていますが表現方法は各自自由に水彩・アクリル・パステル・コラージュ等を使い具象・抽象作品を制作しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	金曜日(月 1 回)	10:00～16:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	8 名	70 代

絵画 コスモスの会 ぬりえ		
活動内容	絵が苦手な方も、色を楽しめるよう、オリジナルのぬりえを彩ります。色は心をほぐしリラックスさせます。水彩または色鉛筆を使用。	
活動場所	西区野毛山荘	
活動日/時間	第 4 土曜日	13:30～15:30
会費/入会条件	3,500 円/3 か月	60 歳以上
会員数/年代	10 名	60 代～

絵画 ヨコハマ野外スケッチ会 写生		
活動内容	横浜公園などの市内中心部で、風景画のスケッチをしたり、なか区民活動センターで静物画の写生などを行っています。2 年に 1 度程度、展覧会を行っています。	
活動場所	なか区民活動センター・横浜市青少年育成センター・他	
活動日/時間	第 1 金曜日(原則)	13:00～16:00
会費/入会条件	3,000 円/年会費	楽しく絵を描ける人
会員数/年代	8 名	60～80 代

水墨画 水墨画を楽しむ会 水墨画		
活動内容	水墨画を習得します。水墨画は絵心が無くても、「型」をさえ知ればだれでもできます。中国美大出身の先生がやさしく指導します。	
活動場所	中華街華僑婦人会館・吉田中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	月 1 回～2 回 日曜日	15:00～17:00
会費/入会条件	3,800 円/回	なし
会員数/年代	5 名	10～90 代

絵画 クラブ K クロッキー		
活動内容	互いをモデルにして着色まで 20 分間で仕上げるクロッキーを楽しんでいます。年に 1 度野毛地区センターで作品展を開催しています。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	第 2 木曜日	12:00～15:00
会費/入会条件	1,000 円/年	なし
会員数/年代	10 名	40～80 代

絵画 なかアート教室 クリニカルアート		
活動内容	臨床美術の実践により認知症の予防・引きこもり防止を目的に臨床美術士を迎えクリニカルアートを実践している。	
活動場所	新山下地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 1 水曜日	13:00～15:30
会費/入会条件	500 円/出席月	なし
会員数/年代	15 名	60～90 代

絵画	小さな絵の会	
	絵手紙	
活動内容	小さな絵を描いて、老人ホームや地域の老人会の皆様に、誕生日カード、四季のグリーティングカードとしてお届けする会です。	
活動場所	新山下地域ケアプラザ 他	
活動日/時間	第 1・3 土曜日	12:30～14:30
会費/入会条件	200 円/年 (道具不要・用意有)	なし
会員数/年代	9 名	60～80 代

絵手紙	木の花会	
	絵手紙(顔彩画)	
活動内容	四季の美しさをハガキに描いて楽しんでいます。絵手紙を通して心を解放し、絵が苦手な方も生き生きと楽しんでいます。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 3 土曜日	13:00～16:15
会費/入会条件	1,000 円/月	なし
会員数/年代	11 名	70～80 代

絵手紙	絵手紙オリオン	
	絵手紙	
活動内容	2005 年から始めました。ハガキだけではなく色々な素材に描いて楽しんでいます。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3 木曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	100 円/入会金 1,000 円/月	なし
会員数/年代	13 名	60～80 代

手作り絵本	みなとまち童画の会	
	手作り絵本	
活動内容	童画や手作り絵本の作成をしながら、地域の文化芸術や子育て支援に協力しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	主に月曜日(月 2 回)	13:00～16:00
会費/入会条件	2,000 円/入会金 1,000 円/年	定員上限あり
会員数/年代	12 名	40～70 代

絵手紙	新日本婦人の会中支部	
	絵手紙	
活動内容	絵手紙、朗読、ヨガなどの活動を通じて交流を広げています。	
活動場所	なか区民活動センター・竹之丸地区センター・中本牧コミュニティハウス・蓑沢地域ケアプラザ	
活動日/時間	月 8～9 回	不定期
会費/入会条件	900 円/月	なし
会員数/年代	120 名	20～80 代

書道	柏葉の会	
	習字	
活動内容	大人の美文字を目指し、ボールペンから筆ペンまで何でも練習できます。お子様もぜひ一緒にどうぞ。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	土曜日(月 1 回)	15:00～18:00
会費/入会条件	1,000 円/月 (指導料・会費)	なし
会員数/年代	6 名	40～70 代

書道		波書道会	
		毛筆書道	
活動内容	漢字の楷・行・草、かな、写経。自分のペースで好きな字が学べます。日展会友の本波先生が懇切丁寧に指導。 見学・お試し大歓迎		
活動場所	麦田清風荘		
活動日/時間	第2・4水曜日	9:40~11:40	
会費/入会条件	約3,000円/月	なし	
会員数/年代	5名	60~80代	

写真		横浜写真グループ「浜っ子クラブ」	
		写真	
活動内容	写真を通じて、いろいろな世界を見聞し、個人の「写真力」向上を目指しています。		
活動場所	横浜吉田中学校コミュニティハウス なか区民活動センター		
活動日/時間	第 2 土曜日	13:00～17:00	
会費/入会条件	1,000 円/月	なし	
会員数/年代	10 名	60～70 代	

写真		横浜栄写友	
		写真	
活動内容	趣味としての写真活動は、人生に潤いと幸せをもたらします！カメラを媒体に楽しく愉快なお友達になりませんか？ご連絡をお待ちしています。		
活動場所	なか区民活動センター・栄区公会堂		
活動日/時間	土曜日または日曜日(月 1 回)	13:00～17:00	
会費/入会条件	1,500 円/入会金 8,000 円/1 月・7 月	なし	
会員数/年代	15 名	40～70 代	

写真		グループ フォトファン	
		写真研究	
活動内容	デジタルカメラ、フィルムカメラ、携帯電話等問わず写真の撮り方の勉強をします。毎月 1 回会員各自が写真を持ち寄り、それぞれの写真に対し先生が講評します。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	月 1 回不定期の金曜日	13:00～16:00	
会費/入会条件	1,000 円/月	なし	
会員数/年代	7 名	60～70 代	

写真		フォト四つ葉	
		写真	
活動内容	写真に興味がある仲間と撮影会と勉強会を重ね写真展を開催しています。撮影会隔月 1 回、勉強会毎月 1 回、写真展年 2 回。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	第 1 月曜日	13:00～16:00	
会費/入会条件	6,000 円/半年 (写真展費用)	パソコンを使って作品作りが出来ること	
会員数/年代	7 名	70～80 代	

写真		Picture This Japan	
写真・ジャーナリズム			
活動内容	写真を用いて人々の表現力を広げ自己肯定感を育成する事を目標に活動。言葉にできない思いを写すワークショップや展示会を実施。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	日曜日	午後	
会費/入会条件	なし	好きな写真で地域課題にとりくみたい人	
会員数/年代	7 名	30～60 代	

手芸 ハンドメイドサークル 手芸		
活動内容	手芸が好きな人の集まりです。新しい作品を作るために制作したり皆で楽しく集っています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 1・3 金曜日	17:30～19:30
会費/入会条件	1,500 円/回	なし
会員数/年代	8 名	60～70 代

パッチワーク キルト ウェーブ(Quilt Wave) パッチワーク・クラフト		
活動内容	パッチワーク全般・ハワイアンキルト。創りたいものをお好みの色や形、相談しながら完成へのお手伝い、唯一のものを創ります。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3 火曜日	9:30～12:30
会費/入会条件	1,000 円/月 (材料費別途)	なし
会員数/年代	10 名	50～90 代

手芸 手芸ボランティア「シオン」 手芸(寄付活動)		
活動内容	メンバーが一堂に集まって手縫いにより様々な手芸品を作り、それを福祉バザーで販売。収益を善意銀行に寄付する活動をしています。	
活動場所	新山下地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 1・3 木曜日	13:00～16:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	17 名	50～80 代

和裁 和裁サークル 和裁		
活動内容	楽しくわいわい好きな物を縫っています。お直し、仕立替えも指導を受けながらチャレンジできます。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	木曜日(月 4 回)	18:30～20:30
会費/入会条件	2,000 円/入会金 6,000 円/月	女性のみ
会員数/年代	7 名	40～60 代

パッチワーク パッチワーク友の会 パッチワーク		
活動内容	家に眠っているお気に入りの生地を、形を変えてすぐ使いたい作品にしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	土曜日 (月 2～3 回)	9:45～11:45
会費/入会条件	20,000 円/年	なし
会員数/年代	14 名	40～80 代

編み物 あみものカフェ倶楽部 編み物		
活動内容	一人ひとり編みたいものを持ち寄り、講師に指導してもらいながら素敵な作品に仕上げます。講師による作成キットもあります。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3 金曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	1,000 円/回	なし
会員数/年代	9 名	40～80 代

編み物 かもめニット(精神保健福祉ボランティアグループかもめサポート) 編み物		
活動内容	棒針でも、かぎ針でも、初心者でも、ベテランでも作りたい物が出来上がっていきます。達成感があるので夢がふくらみます。	
活動場所	横浜市健康福祉・総合センター	
活動日/時間	第 2 または 第 4 木曜日	9:00～12:00 または 13:00～17:00
会費/入会条件	300～1,000 円	心身の健康を大事にする方
会員数/年代	10 名	40～80 代

ペーパークラフト シャドーアートの会 ペーパークラフト (3D・シャドーボックス)		
活動内容	同じ絵柄のカードなどを複数枚使用し、パーツを切り取り丸みを付けて立体的に組み立てます。各自のペースで作品の制作完成を楽しみます。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	第 3 月曜日	12:00～15:00
会費/入会条件	1,000 円/回 (材料費別途)	なし
会員数/年代	5 名	50～80 代

ビーズ ビーズ・ビーズ ビーズを使ってアクセサリー作り		
活動内容	様々なビーズ(ヴェネチア・チェコ・スワロフスキーなど)を使い、自分の好きなアクセサリーを作れます。唯一の作品ができます。まずは体験レッスンへ。自分のお持ちのアクセサリをアレンジできます。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1 日曜日	9:30～12:30
会費/入会条件	1,000 円/回 (キット代別途)	なし
会員数/年代	7 名	50～70 代

建築模型 atelier HOWTHINK 建築模型製作で家・町を考えるワークショップ		
活動内容	・親子ケンチク模型製作ワークショップの主催 (間取りを考え、建築模型を制作) ・「住みたい家の間取りを考えてみよう」ワークショップ (一級建築士と相談しながらお家の間取りを検討)	
活動場所	なか区民活動センター いそご区民活動支援センター	
活動日/時間	土・日曜日 (年 8 回)	10:00～15:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	3 名	30 代

フラワーアレンジ ジュリア フラワーアレンジメント		
活動内容	月に 1 度、季節の花材でおしゃれなアレンジメントを作ります。	
活動場所	仲尾台中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 4 火曜日	15:00～16:30
会費/入会条件	3,500 円/回 (花材費込)	なし
会員数/年代	15 名	30～60 代

交流 NPO 法人 日本ぬいぐるみ協会 ぬいぐるみを通じて交流		
活動内容	他の方のぬいぐるみを預かり、旅の思い出を作ったり、同じ趣味の仲間と交流や、手芸ワークショップなどを開催しています。	
活動場所	横浜市開港記念会館 他	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	4,000 円/入会金 3,000 円/年	なし
会員数/年代	60 名	20～50 代

歴史 神奈川歴遊クラブ 横浜の歴史紹介		
活動内容	神奈川県横浜市の歴史を辿り、歴史・文化・史跡を紹介。講演会とウォークを中心に活動。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 2 回	9:00～12:00
会費/入会条件	3,000 円/入会金 3,000 円/年	なし
会員数/年代	20 名	60 代

歴史 特定非営利活動法人 横浜山手アーカイブス 横浜山手の歴史文化研究		
活動内容	横浜山手にかかわる人々に対して、山手に関連する歴史文化の情報の収集と提供をはかり、その継承、推進のため助言、援助を行います。	
活動場所	中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	月 1 回(定例会)	18:00～21:00
会費/入会条件	1,000 円/月	なし
会員数/年代	16 名	50～70 代

歴史 横浜歴史研究会 歴史を楽しむ学ぶ		
活動内容	日本&世界の古代から近現代までの歴史を楽しむ学ぶ。毎月例会での会員の研究発表、会誌「歴研よこはま」発行、歴史散歩、研修旅行、講演会の実施など。1983 年(昭和 58 年)創立。	
活動場所	横浜市開港記念会館 他	
活動日/時間	月 1 回 (毎月前半)	13:00～17:00
会費/入会条件	4,000 円/年 1,000 円/月(例会参加費)	なし
会員数/年代	150 名	10～90 代

歴史 京浜歴史科学研究会 地域歴史研究		
活動内容	幕末開港期と大正昭和期の地域史料を読んでいく「神奈川県史を学ぶ会」、春秋に京浜地区の「歴史を歩く会」を実施しています。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	第 1 土曜日	15:00～20:00
会費/入会条件	3,000 円/年	なし
会員数/年代	50 名	30～70 代

歴史 ヨコハマ歴史茶論 横浜の歴史についての活動		
活動内容	web サイト「横浜歴史さろん」をサポートする団体として発足。月例会では、サイトに掲載する記事及び歴史講座についての話し合い、情報交換、会員による研究発表、講座のリハーサルなどしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 4 水曜日	14:00～16:30
会費/入会条件	3,000 円/年	「横浜歴史さろん」の正会員になること
会員数/年代	20 名	60～90 代

歴史 横浜外国人居留地研究会 地域歴史研究		
活動内容	私達は、居留地にもたらされた産業や文化を、横浜の文化資源と考え、それらを市民文化や観光、教育に役立てる活動を実施いたします。	
活動場所	中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	3,000 円/年毎年総会にて決定	毎年総会にて決定
会員数/年代	20 名	50～80 代

歴史 原三溪市民研究会 歴史研究		
活動内容	原三溪及び三溪園についての調査研究。ゆかりの地を訪ねます。	
活動場所	神奈川県民活動サポートセンター 時々オンライン	
活動日/時間	第2土曜日	14:00～17:00
会費/入会条件	5,000 円/年	なし
会員数/年代	35 名	40～80 代

歴史案内 NPO 法人 横浜シティガイド協会 横浜の歴史や街並み案内		
活動内容	市民、来外者に対して、横浜の歴史や発展する街並みを歩いてガイドすることで、多くの横浜ファンを増やし、まちづくりに貢献します。	
活動場所	なか区民活動センター・地区センター・コミュニティハウス 他	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	3,000 円/入会金 6,000 円/年	養成講座卒業
会員数/年代	89 名	50～90 代

まちづくり NPO 法人田村明記念・まちづくり研究会 まちづくりの歴史研究		
活動内容	まちづくりの歴史を勉強する団体で、飛鳥田革新市政時代の都市プランナー田村明たちの活動を研究し発表する活動をしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	2,000 円/年	賛助会員のみ
会員数/年代	20 名	30～90 代

歴史案内 わが住む町を愉しむ会 港南区の歴史と自然		
活動内容	地域の歴史や自然を学ぶことにより地域の方々と交流を行う。その道の達人から「学びと散策の講座」を企画	
活動場所	主に港南区	
活動日/時間	毎月1回他	
会費/入会条件	2,500 円/年	50 歳～ 年5回出席
会員数/年代	47 名	70 代

歴史 よこはまマザーポート楽校 横浜市の歴史・文化を学ぶ、町歩き		
活動内容	横浜の港のあるまちを中心に、歴史や文化について学び、まちあるきをしたり、横浜の魅力を伝えるグループです。	
活動場所	オンライン	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	なし	活動に賛同し、インターネットが使える人
会員数/年代	10 名	40～70 代

歴史案内 ジャックサポーターズ 開港記念会館案内		
活動内容	開港記念会館の歴史や建築の特色について、来館者に広く広報し関心をもってもらう活動。スキルアップセミナーを開催し、知識を広めている。	
活動場所	横浜市開港記念会館	
活動日/時間	横浜市開港記念会館の開館時	4～9月:10:00～16:00 10～3月:10:00～15:00
会費/入会条件	500 円/年	なし 不定期に会員募集を行っている
会員数/年代	106 名	40～80 代

歴史 しでんの学校 市電に関する活動		
活動内容	横浜市電の記録や記憶を「集める・学ぶ・伝える・残す」活動をしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回	13:00～16:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	20 名	30～70 代

俳句 俳句入門 昴句会 俳句		
活動内容	俳句について学び、作句・鑑賞・選句の力を養いメンバーの輪を広げ楽しく活動しています。	
活動場所	麦田地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 1 火曜日	9:30～12:00
会費/入会条件	500 円/月	なし
会員数/年代	10 名	40～80 代

社会科 横浜市中学校社会科を語る会 社会科研究		
活動内容	中学校社会科教員 OBを中心に組織された団体で、その経験を生かし相互の研究交流、若手教員のための「みなと巡検」などを実施しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	年 5 回(第 1 土曜、第 2 日曜または第 4 日曜)	10:00～12:00
会費/入会条件	1,500 円/年	詳細は問合せ
会員数/年代	113 名	60～80 代

俳句 波俳句会横浜支部 俳句		
活動内容	月に 1 回、俳句の勉強会を開催しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 3 月曜日	13:00～16:00
会費/入会条件	1,000 円/月	なし
会員数/年代	12 名	50～80 代

俳句 如水よこはま俳句会 俳句		
活動内容	なか区民活動センターに集まり俳句の勉強会をしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 4 金曜日	14:30～16:45
会費/入会条件	なし	ネット環境あり
会員数/年代	10 名	70 代

俳句 俳句研究会 俳句		
活動内容	俳句研究のテーマを決めて、発表と句会を行う。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 3 月曜日	13:00～16:45
会費/入会条件	500 円/月	あり（俳句歴等）
会員数/年代	8 名	70 代

俳句		都市よこはま句会	
		俳句	
活動内容	初心者を中心に俳句を楽しく作る。句会を行う。		
活動場所	かながわ県民センター		
活動日/時間	第 4 土曜日	13:15～16:30	
会費/入会条件	会費 1,000 円/ 月 500 円/年	なし	
会員数/年代	12 名	30～80 代	

漢詩		神奈川県漢詩連盟	
		漢詩創作・鑑賞	
活動内容	「漢詩を学ぶ、漢詩で遊ぶ」をモットーに、講演会・鑑賞会・吟行会・サークル活動等。初心者のために入門講座も開催をしています。		
活動場所	横浜市開港記念会館・神奈川近代文学館・かながわ県民活動サポートセンター・かながわ労働プラザ		
活動日/時間	主に平日	13:00～16:00	
会費/入会条件	2,000 円/年	なし	
会員数/年代	240 名	70 代	

川柳		時事川柳同好会	
		時事川柳	
活動内容	時事川柳は、政治、社会等を諷刺するもので右でも左でもありません。下から上を揶揄し、ユーモアのオブラートに包み詠まれます。		
活動場所	野毛地区センター		
活動日/時間	第 2 土曜日	13:00~15:00	
会費/入会条件	会費 500 円/月	なし	
会員数/年代	6 名	50~80 代	

読書会		アメリカ坂読書会	
		読書会	
活動内容	小説、エッセイなどの図書をメンバー間で輪読し、感想などを述べ合う。		
活動場所	本牧中学校コミュニティハウス		
活動日/時間	第 3 水曜日	13:30～16:00	
会費/入会条件	200 円/回 (テキスト代別途)	なし	
会員数/年代	5 名	50～80 代	

詩		横浜詩好会	
		現代詩の創作	
活動内容	詩誌「地下水」（現在 253 号）を刊行。詩作を通じて、現代社会におけるさまざまな問題を追及し、人間の交流を図ることを目的としています。		
活動場所	なか区民活動センター・野毛地区センター		
活動日/時間	月 1 回(定例会)	14:00～17:00	
会費/入会条件	5,000 円/月 (同人誌代)	現代詩の創作に意欲のある人	
会員数/年代	14 名	30～70 代	

古典文学		あじさいグループ	
古典講義(源氏物語)			
活動内容	昭和47年創設以来、古典文学を生涯学習として継続中。高齢化で会員は減少し、現在は7～8名ですが「源氏物語」に熱中しています。		
活動場所	中本牧コミュニティハウス		
活動日/時間	第2木曜日	10:00～12:00	
会費/入会条件	6,000円/前期 7,000円/後期	なし	
会員数/年代	7～8名	70～90代	

体操 第4地区南部 町ぐるみ健康づくり教室 健康体操		
活動内容	ストレッチ中心に体操やセラバンドを使用し体を動かすことで全身の筋肉や関節に働きかける運動を行い、転倒防止などに役立っています。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	土曜日	10:00～11:00
会費/入会条件	2,100 円/半年	なし
会員数/年代	35 名	60～80 代

体操 自彊術 ガイア 健康体操		
活動内容	31 の動作からなる全身運動。軽いはずみと反動を利用するため消費エネルギーも少なく体力に自信のない方でも行いやすい体操です。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	火曜日	10:30～12:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	50～70 代

体操 自彊術 ひまわり 健康体操		
活動内容	31 の動作からなる全身運動。軽いはずみと反動を利用するため消費エネルギーも少なく体力に自信のない方でも行いやすい体操です。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	水曜日	10:30～12:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	50～70 代

体操 野毛自彊術 健康体操		
活動内容	肩こり・腰痛・膝痛・生活習慣病等にお悩みの方も体調に合わせて体を動かします。誰でも幾つかからでも始められる楽しい健康体操です。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	水曜日	10:00～11:30
会費/入会条件	3,000 円/月	なし
会員数/年代	15 名	50～90 代

体操 自彊術 本牧 健康体操		
活動内容	31 の動作からなる全身運動。軽いはずみと反動を利用するため消費エネルギーが少なく体力に自信のない方でも行いやすい体操です。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	木曜日	10:30～12:00
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	50～70 代

体操 しおフィットネス フィットネス(シニア)		
活動内容	主にシニアを対象とした、運動の苦手な方にもご参加頂ける、健康維持、体力アップの為にトレーニング。楽しく気持ち良く動きます。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第2・第4火曜	10:15～11:15
会費/入会条件	4,500 円/3ヶ月	なし
会員数/年代	9 名	60～80 代

体操	関節可動域 UP ストレッチ	
	ストレッチ	
活動内容	誰でもできるストレッチを、床に座ったり、寝たりしながら行います。肩こりや腰痛に効果があります。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	金曜日	10:00～11:30
会費/入会条件	1,500 円/回	なし
会員数/年代	8 名	40～70 代

太極拳	本牧太極拳同好会	
	太極拳	
活動内容	年齢を問わずストレッチと太極拳の練習を行い、体力維持・向上を目指して活動しています。発表会はありませんが長く続いています。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	金曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	1,500 円/月	なし
会員数/年代	10 名	40～80 代

体操	リンパ体操	
	リンパ体操	
活動内容	リンパを流して血行を良くし、腰痛や肩こりなどの悩みを解消しましょう。	
活動場所	横浜吉田中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 2・4 金曜日	10:00～11:30
会費/入会条件	1,500 円/月	なし
会員数/年代	6 名	60～80 代

太極拳	はじめての太極拳	
	太極拳	
活動内容	太極拳の技術習得及び健康維持・向上のため、毎週金曜日に練習しています。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	金曜日	10:00～11:30
会費/入会条件	1,000 円/回程度	なし
会員数/年代	10 名	50～80 代

ピラティス	本牧 GOROPIS	
	ピラティス	
活動内容	初～中級のピラティスサークルです。呼吸を意識しながらゆっくり動いて体幹を鍛えています。和室で楽しく活動しています。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第 2・4 金曜日	①9:30～10:30 ②10:40～11:40
会費/入会条件	800～1,000 円/回	なし
会員数/年代	12 名	40～70 代

太極拳	横浜快樂太極拳の会	
	太極拳	
活動内容	気功をベースに、より元気に過ごすことを目指して、太極拳を学び、交流しています。予約不要・気軽にご参加ください。	
活動場所	横浜吉田中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	日曜日	9:00～10:30
会費/入会条件	500 円/回	動きやすい服装・室内靴持参のこと
会員数/年代	12 名	40～70 代

太極拳 横浜無限大極会 太極拳		
活動内容	健康の維持・増進を図るため、太極拳の理論を学び、身に付ける練習を行っています。会員募集中です。ご一報の上、教室をのぞきにきてください。	
活動場所	横浜市社会福祉センター	
活動日/時間	火曜日	19:00～20:45
会費/入会条件	5,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	40～70 代

太極拳・気功 無為の会 太極拳・気功		
活動内容	無為気功養生会認定講師の指導による太極拳を通じて、自身の健康維持を目的としています。随時体験受付中（1 回無料）。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3・5 金曜日	13:00～14:30
会費/入会条件	500 円/回(第 5 週は休講の場合あり)	なし
会員数/年代	10 名	60～70 代

太極拳 全日本柔拳連盟 横浜支部 太極拳		
活動内容	伝統ある正宗太極拳の基本の 14 勢（型）と大成気功を通じて、健康・運動不足解消・精神修養を追究していきます。	
活動場所	シルクロード舞踏館	
活動日/時間	毎週火曜日、第 2・4 木曜日	18:50～20:00
会費/入会条件	6,000 円/入会金 2,400 円/回	なし
会員数/年代	60 名	20～80 代

殺陣 亜里香塾 初心者向けの殺陣・太極拳		
活動内容	自分に磨きを掛けたい女性に流派問わず指導中。大河ドラマで殺陣師して活躍された恩師秘伝の技・武道の魅力を伝授します。	
活動場所	竹之丸地区センター・中本牧コミュニティハウス 他	
活動日/時間	① 毎週金曜日② 毎週土曜日	① 17:00～21:00 ② 9:00～12:00
会費/入会条件	1,000 円/1 コマ	健康な女性
会員数/年代	10 名	10～60 代

太極拳 仲尾台太極拳同好会 太極拳		
活動内容	健康維持のため、年齢を問わずできるストレッチと楊名時太極拳、八段錦等を行っています。	
活動場所	仲尾台コミュニティハウス	
活動日/時間	毎週月曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	1,000 円/月	なし
会員数/年代	14 名	50～70 代

気功 気功(法輪功)愛好者会 気功		
活動内容	毎週日曜日の朝、横浜公園にて法輪功の動作、その後で勉強と交流。他に、イベント参加やボランティア活動を行っています。	
活動場所	なか区民活動センター・横浜公園	
活動日/時間	日曜日	8:00～12:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	41 名	10～70 代

空手 関内空手クラブ 空手		
活動内容	松濤館流の空手をベースに、形・組手の稽古を通じて、武道精神を重んじながら豊かな人間性と心身の育成を目指しています。他、月2回程度強化稽古実施	
活動場所	横浜吉田中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	水曜日/毎	18:00～20:00
会費/入会条件	3,000 円/入会金 4,000 円/月	なし
会員数/年代	3 名	10～40 代

空手 空手教室立志会(和道流) 空手		
活動内容	お子様とまずは一緒に準備運動！終わりでまで待ってもよし、一緒に入会してもよしと！親子入会多数あります。女性指導員多数在籍。	
活動場所	仲尾台中学校格技室	
活動日/時間	土曜日	18:30～20:30
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	70 名	4 歳～60 代

空手 本牧拳友会 空手		
活動内容	2019 年創設の空手サークルです。幼児から大人まで幅広い年代が、「沖縄少林寺流空手」を基礎から学んでいます。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス・上台集会所	
活動日/時間	毎週土曜日	17:00～19:00
会費/入会条件	1,200 円/年	なし
会員数/年代	15 名	10 代未満～50 代

空手 本牧空手クラブ 空手		
活動内容	空手の稽古を通して地域の子どもの育成と地域住民の交流・親睦を図っています。基本・形・組手と言われる稽古をしています。	
活動場所	①本牧中学校コミュニティハウス ②本牧和田地域ケアプラザ	
活動日/時間	①土曜日 ②日曜日(隔週・不定期)	①18:30～20:30 ②10:00～11:30
会費/入会条件	3,000 円/月	なし
会員数/年代	20 名	5 歳～60 代

空手 掌龍館 空手道 アカデミア 空手		
活動内容	幼児～小学生対象。親子・大人を歓迎。礼節を学び技を習得し人格完成をめざす楽しい空手教室。無料体験できます。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス・	
活動日/時間	毎週月曜日	①17:45～18:45 ②18:45～20:00
会費/入会条件	5,000 円/2 回	なし
会員数/年代	49 名	6 歳～60 代

空手 野毛和道流空手教室 空手		
活動内容	空手を通じて礼節を学ぶ教室です。経歴豊かな指導陣のもと、園児～成人が仲良く稽古に励んでいます。入会お待ちしております。	
活動場所	野毛地区センター・横浜市青少年育成センター・横浜市社会福祉センター	
活動日/時間	土曜日	10:00～11:30
会費/入会条件	2,500 円/月	スポーツ保険加入
会員数/年代	30 名	5 歳～50 代

空手 空手教室錬心館横浜関内支部 空手		
活動内容	空手の「型」を習います。相手を殴打しない稽古方針です。未経験の大人でも小学生でも安心です。家族なら 2 人目からは無料！	
活動場所	横浜吉田中学校コミュニティハウス・横浜吉田中学校格技室	
活動日/時間	①金曜日 ②日曜日	①～小学生 18:00～19:00 中学生 19:00～20:30 ②大人子ども 18:00～19:30
会費/入会条件	5,000 円/月	なし
会員数/年代	30 名	10～50 代

パドルテニス 竹之丸パドルテニスクラブ パドルテニス		
活動内容	平成 19 年 7 月発足。横浜市唯一のパドルテニスクラブとして毎回汗を流しています。是非、子どもと一緒に！3 世代で楽しみましょう。	
活動場所	竹之丸地区センター・山元小学校コミュニティハウス	
活動日/時間	①水曜日②日曜日(月 6～7 回)	①12:00～15:00 ②9:00～12:00
会費/入会条件	6,000 円/年(一般)3,600 円/年(ジュニア) 100 円/回(一般)50 円/回(ジュニア)	なし
会員数/年代	30 名	40～70 代

合気道 合気道横浜 合気道		
活動内容	中学生から 80 歳代の男女が楽しく稽古に励んでいます。初心者には会員の稽古とは別に有段者が受身など基本的な技を教えています。	
活動場所	①仲尾台中学校コミュニティハウス・②磯子区根岸中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	①火曜日 ②木曜日	19:00～20:30
会費/入会条件	2,000 円/入会金 2,000 円 / 月 (一般)1,000 円/月(学生)	中学生以上
会員数/年代	20 名	10～80 代

パドルテニス 横浜市パドルテニス協会 パドルテニス		
活動内容	パドルテニスを通して体作りに寄与出来るよう、小学生～高齢者まで、テニス経験の有無を問わず受け入れ、月 2 回教室を開催中。	
活動場所	山元小学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3 日曜日	13:30～15:30
会費/入会条件	100 円/回(一般) 50 円/回(ジュニア)	なし
会員数/年代	10 名	40～70 代

合気道 精英会 はまゆう合気道クラブ 合気道		
活動内容	日本古来の武道で、護身術にもなります。仕事帰りに和気あいあいと稽古でリフレッシュしています。気軽に参加してください。	
活動場所	横浜吉田中学校格技室	
活動日/時間	金曜日	18:00～20:30
会費/入会条件	12,000 円/年(大人) 6,000 円/年(学生)	中学生以上 (保護者同伴の場合小学生も可)
会員数/年代	10 名	40～70 代

ピックルボール ヨコハマ・ベイ・ピックルズ ピックルボール		
活動内容	アメリカで大ブームのピックルボール！日本でもはまる人が増えています！手軽さと程よい運動量が魅力ですが、簡単そうに見えて奥が深いスポーツです♪	
活動場所	竹之丸地区センター・中スポーツセンター	
活動日/時間	主に月・水	12:00～15:00
会費/入会条件	300 円/回	運動経験のある方
会員数/年代	30 名	20～80 代

ハイキング 新ハイキングクラブ・横浜支部 山登り		
活動内容	安全で体力にあったハイキングと登山を通じて、いつまでも健康でありたいと思う仲間のサークル。初心者も大歓迎。会員は 50 人で年齢制限なし。	
活動場所	中区を中心に横浜のハイキングや登山	
活動日/時間	月に 3～4 回 土日、平日も	全日
会費/入会条件	3,300 円/年	なし
会員数/年代	50 名	40～80 代

フラダンス Hula Halau Yuuki Aina フラダンス		
活動内容	ストレッチや呼吸法を取り入れ、健康な身体作りを目指しています。お子様からお年寄りまで、どなたでも参加できます。夏祭り、ボランティア、地域のイベントにも参加しています。	
活動場所	①本牧地区センター(午前)・②中尾台中学校コミュニティハウス(午後)	
活動日/時間	第 1・3 木曜日	①10:15～11:30 ②14:00～15:00
会費/入会条件	1,500 円/回 詳細はお問合せください	なし
会員数/年代	22 名	30～70 代

スポーツ吹矢 スポーツ吹き矢 マリンアローズ本牧横浜 スポーツ吹矢		
活動内容	複式呼吸を使う為、健康に良いです。室内で行うので快適な環境で、年齢を問わず気軽に楽しめます。公認指導員が御指導致します。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・第 3 土曜日 毎週日曜日	土 9:30～12:00 日 13:30～17:00
会費/入会条件	500 円/月	なし
会員数/年代	9 名	60～80 代

フラダンス Hula Lei Makamae フラダンス		
活動内容	ハワイの音楽に癒されながら楽しく踊っています。未経験でも安心してスタートできる内容で、運動不足解消やリフレッシュにもなります。	
活動場所	横浜市青少年育成センター	
活動日/時間	木曜日	13:20～14:50
会費/入会条件	1,000 円/回	なし
会員数/年代	9 名	40～60 代

フラダンス フラ マプカハ フラダンス		
活動内容	地域の方々と、フラを通して健康に彩りのある人生を送れるよう、たのしい時間を過ごしています。希望者の方は、舞台上で踊っています。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第 2・4 火曜日	19:00～20:00
会費/入会条件	1,000 円程度/回	なし
会員数/年代	5 名	40～70 代

フラダンス フラ ヘレ マーリエ フラダンス		
活動内容	初心者から経験者の方まで、いつまでも若く健康でいられる様に、楽しい時間を過ごしています。ボランティア活動にも積極的に参加しています。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス・本牧和田地域ケアプラザ・本牧原地域ケアプラザ	
活動日/時間	金曜日	10:30～11:30
会費/入会条件	1,000 円/回	女性
会員数/年代	10 名	30～80 代

フラダンス		レファ
		フラダンス・ウクレレ
活動内容	本格的なフラを丁寧に練習するうちにハワイの文化や言葉も自然に学べます。ウクレレ伴奏での練習で、希望者にはウクレレ指導もあります。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	月曜日または水曜日	ウクレレ 18:00～18:45 フラ 19:15～20:45
会費/入会条件	①6,000 円/月 ②2,100 円/月	なし
会員数/年代	5 名	20～70 代

パソコン		退職者の会 PC サークル
		パソコン学習
活動内容	私たちは退職者で構成する PC 愛好会の仲間です。月 2 回ワード・エクセルその他中級程度の学習を行っています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	原則月 2 回	13:30～16:00
会費/入会条件	200 円/回	なし
会員数/年代	32 名	60～80 代

ダンス		MO ダンス
		社交ダンス
活動内容	地域の方達と楽しく健康に過ごせるよう、社交ダンスを通して毎日生き生き元気に活動できるお手伝いをしています。	
活動場所	上台集会所	
活動日/時間	月 2 回	17:30～20:30
会費/入会条件	300 円/回	なし
会員数/年代	13 名	60～70 代

パソコン		さくら PC サロン
		パソコン学習
活動内容	パソコン学習としてワード、エクセル、インターネットでの情報収集など勉強しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	水曜日(月 2 回)	13:00～15:00
会費/入会条件	2,000 円/月	真面目に参加してくれる方
会員数/年代	6 名	60～80 代

フォークダンス		サークル 遊花
		フォークダンス
活動内容	フォーク・ダンスを幅広く楽しんでいます。初心者大歓迎。世界の民族舞踊はもとより、特にポーランドダンスに力を入れています。	
活動場所	中尾台中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	毎週第 2・第 4 木曜日	13:30～15:30
会費/入会条件	1,000 円/入会金 1,500 円/月	なし
会員数/年代	8 名	70～80 代

パソコン		NPO 法人 シニア SOHO 横浜・神奈川
		パソコン学習
活動内容	「パソコン教室」を開催したり「企業・団体のホームページ」を作成したり、「商店街の支援活動」を行っている団体です。	
活動場所	セルテ 11 階市民共同オフィス・なか区民活動センター	
活動日/時間	平日(随時)	10:00～20:30
会費/入会条件	12,000 円/年 (法人会員費)	なし
会員数/年代	20 名	60～80 代

パソコン PC はまかせ パソコン学習		
活動内容	高齢者・初心者を中心に個々に課題を持ち寄って一緒に考えたり解決する形で行っています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	水曜日(月 2 回)	14:00～15:30
会費/入会条件	500 円/回	運営を手伝ってくれる意思がある方
会員数/年代	30 名	40～80 代

パソコン ミセス IT サロン パソコン学習		
活動内容	パソコンのオフィスソフトの使い方やスマートフォンの便利な使い方などの学習を通じ日常生活に役立てています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月曜日(月 1 回)	10:00～12:00 または 10:00～16:00
会費/入会条件	1,500 円/回	文字入力ができる人女性限定
会員数/年代	8 名	40～60 代

パソコン 本牧シニア IT クラブ パソコン学習		
活動内容	ワード中心です。年賀状を作れるまでが第一目標。教室形式の授業についていけない方もマイペースで学べます。	
活動場所	本牧和田地域ケアプラザ・本牧原地域ケアプラザ	
活動日/時間	火曜日(月 4 回)	9:30～11:30
会費/入会条件	2,000 円/入会金 1,300 円/月	65 歳以上
会員数/年代	15 名	65～80 代

パソコン PC サポート隊ハマボラ パソコン(スマホ・タブレット)学習		
活動内容	パソコン・スマホ・タブレットに関してのなんでも相談室と講座の開催及び会員相互の IT に関する研修と交流。	
活動場所	なか区民活動センター・横浜市社会福祉センター	
活動日/時間	第 1・3 木曜日	13:00～15:30
会費/入会条件	なし	入会登録書の提出
会員数/年代	10 名	60～80 代

パソコン 本牧パソコン倶楽部 パソコン学習		
活動内容	インターネットでの情報収集、パソコン・スマホの学習を行っています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	水曜日(月 2 回)	10:00～12:00
会費/入会条件	1,000 円/回	文字入力できる方
会員数/年代	5 名	50～60 代(女性)

IT 勉強会 UX Yokohama 「UX デザイン」勉強会		
活動内容	スマートフォンゲームを題材に優れた UX デザインの事例を学んでいます。UX デザインの初心者から実務者まで参加しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回(平日)	18:30～20:30
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	3 名	20～40 代

WordPress 学習 Web サイト研究会 Web サイト制作の研究		
活動内容	WordPress を使用した Web サイト制作の研究（今現在はご自分の Web サイト制作のお手伝いはしていません）	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	なし	PC 中級者
会員数/年代	3 名	50～60 代

ヘルスケア サロン・ど・フット フットケア		
活動内容	フットケア。足元の手入れ方法を身につける。	
活動場所	新山下地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 4 水曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	500 円/回 初回のみ 1,500 円	なし
会員数/年代	20 名	50～80 代

脳トレ 脳イキキ教室サポーターの会 脳活性化を図る学習		
活動内容	65 才以上の高齢者を対象にくもの教材を使って脳活性化を図る学習をしており、そのサポートをしています。	
活動場所	本牧原地域ケアプラザ	
活動日/時間	木曜日	9:30～11:30
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	9 名	50～70 代

足つば サントーシャ 官足法		
活動内容	器具を使って指や腕に負担なく自分で自分の足を揉みます。免疫力アップ、認知症予防、膝痛・腰痛改善を目指して実習しています。	
活動場所	大鳥中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 2・4 水曜日	10:00～11:20
会費/入会条件	3,000 円/入会金 3,000 円/月	なし
会員数/年代	4 名	40～80 代

脳トレ 本牧ケセラセラ コグニサイズや歌		
活動内容	簡単な脳トレ、体操を取り入れながら、楽しく季節の歌や童謡、懐かしの歌を歌います。本牧和田、本牧原以外でも活動しています。	
活動場所	①本牧和田地域ケアプラザ・②本牧原地域ケアプラザ	
活動日/時間	①第 1 月曜日 ②第 1 木曜日	①10:30～11:30 ②13:00～14:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	50 名	60～80 代

瞑想 はじめての瞑想会 瞑想		
活動内容	静かな和室で、座りやすく体をほぐし、呼吸を整えてから瞑想を練習します。講師のガイドがあるので初心者から安心して行えます。	
活動場所	竹之丸地区センター	
活動日/時間	第 3 水曜日	9:45～11:45
会費/入会条件	自由料金	なし
会員数/年代	5 名	40～50 代

料理		男の料理クラブ	
		料理教室	
活動内容	料理好きから料理初心者の男子の皆さんが、プロの指導のもとに、作って、食べて、お話がはずむ楽しい時間を作ります。		
活動場所	本牧地区センター		
活動日/時間	第 3 土曜日(10月～2月)	12:00～17:00	
会費/入会条件	10,000 円/1 期 (5 回分材料費込み)	男性	
会員数/年代	20～22 名	30～90 代	

動画		ヨコハマ動画クラブ	
		動画作りの勉強	
活動内容	月 1 回の活動と動画制作、たまに皆で発表会をします。今は良いアプリもありますので、簡単に楽しめます。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	第 1 土曜日	13:00～15:00	
会費/入会条件	入会金 1,000 円 会費等なし	なし	
会員数/年代	8 名	50～70 代	

魅力作り		横浜美人塾	
		声の健康教室や美肌作り	
活動内容	女性として魅力的に生きるための講座を提供しています。声の健康教室や美肌づくり、健康体操など。		
活動場所	基本的にオンラインで実施・時々各地コミュニティハウスを使用		
活動日/時間	月 1 回	不定期	
会費/入会条件	なし	なし	
会員数/年代	10 名	40～60 代	

映画製作		シネマダッシュ・チームヨコハマ	
映画に関する活動			
活動内容	映画製作・映像イベント企画・開催など。		
活動場所	なか区民活動センター・横浜にぎわい座		
活動日/時間	月 1 回	13:00～または 18:00～	
会費/入会条件	あり(企画運用時)	映画好き	
会員数/年代	5 名	30～80 代	

発明		NPO 法人 横浜発明振興会 発明に関する勉強会	
活動内容	毎月一回、日曜発明サロンの開催。発明考案に関する体験談、講演、勉強会、およびアイデア作品の発表と表彰、サロン参加者との懇親。		
活動場所	なか区民活動センター、横浜市技能文化会館・横浜市青少年育成センター		
活動日/時間	第 2 日曜日 8 月のみ第 1 日曜日	13:20～16:20	
会費/入会条件	1,000 円/入会金 12,000 円/年個人 20,000 円/年法人	なし	
会員数/年代	27 名	50～70 代	

映画鑑賞		シネマトーク	
		映画鑑賞	
活動内容	映画好きが集まっている団体。ビデオ等で色々な映画を鑑賞し、その内容や出演者についてトークをしています。		
活動場所	なか区民活動センター・野毛地区センター		
活動日/時間	第 3 土曜日	13:00～16:45	
会費/入会条件	3,000 円/年	なし	
会員数/年代	30 名	40～90 代	

ゲーム 関内バックギャモンの会 バックギャモンゲーム		
活動内容	バックギャモンが好きな人・新たに覚える人の集まりです。気軽にしゃべりしながらゲームをしています。大会なども開催予定。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	日曜日他 (月 1～2 回)	18:00～20:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	20 名	20～60 代

マジック 横浜喜術会 マジックの練習と発表		
活動内容	講師を通して楽しみながらマジックのスキルを学んでいます。高齢者施設や保育園、地域の催し等でマジックショーを披露しています。	
活動場所	不老町地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 1 日曜日	12:30～14:30
会費/入会条件	1,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	10～80 代

ゲーム カードゲーム同好会 ミラクル倶楽部 「絆ゲーム」の会		
活動内容	トランプで人との絆を楽しむ「絆ゲーム」の会。言葉を使わずにわかりあえる力を養えるのでとても楽しい。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	土曜日(メンバーの都合で変更有)	14:00～17:30
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	12 名	40～80 代

マジック 横浜マジシャンズ・アソシエーション マジックの練習と発表		
活動内容	手品・マジックの研究と発表。	
活動場所	なか区民活動センター・赤い靴劇場 ほか	
活動日/時間	土曜日 (月に 2～3 回)	不定期
会費/入会条件	1,500 円/月	なし
会員数/年代	13 名	20～70 代

ゲーム スクラブル愛好会 スクラブルゲーム		
活動内容	スクラブルゲームを使った英・仏語学習と交流	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	水曜日 (月 1～2 回)	13:00～16:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	10 名	40～80 代

茶道 姫椿会 表千家茶道		
活動内容	席入りに始まり、薄茶、濃茶と表千家流茶道を楽しんでいます。	
活動場所	竹之丸地区センター 他 (区内自宅ですることもあります)	
活動日/時間	第 1・3 月曜日 (日にち変更する場合あり)	12:00～
会費/入会条件	6,000 円/月	なし
会員数/年代	4 名	40～70 代

日本語ボランティア 互相学習会 日本語学習の支援		
活動内容	横浜在住の外国人の方々へ日本語を教えています。また、彼らの文化を学んでいます。	
活動場所	不老町地域ケアプラザ・なか区民活動センター	
活動日/時間	①水曜日 ②木曜日	①14:00～16:00 ②14:00～15:30
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	25～30 名	20～70 代

日本語ボランティア 日本語ひろば 日本語学習の支援		
活動内容	日本語を母語としない方を対象に、生活のための日本語を学ぶお手伝いをしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	火曜日	14:00～15:30 17:30～19:00
会費/入会条件	500 円/年	日本語を教える研修を受けていること
会員数/年代	30 名	30～70 代

日本語ボランティア 山手日本語教室「絆」 日本語学習の支援		
活動内容	日本語教育を通じて滞日外国人を支援します。	
活動場所	麦田地域ケアプラザ・カトリック山手教会	
活動日/時間	土曜日	15:00～17:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	20 名	30～70 代

英語 Academians 英会話		
活動内容	英会話レッスン。	
活動場所	なか区民活動センター、磯子センター、サカイスタ	
活動日/時間	月 2 回、第 2・4 火曜日又は水曜日	13:00～15:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	13 名	50～70 代

日本語ボランティア 日本語の庭 日本語能力試験対策		
活動内容	日本語能力試験(JLPT)N3～N1 合格を目指して文字・語彙・読解・聴解をテキストを用いて学習します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	土曜日	10:00～16:00
会費/入会条件	なし	「みんなの日本語」の終了と同程度の知識を取得していること
会員数/年代	5 名	40～80 代

英語 カクタスの会 英会話		
活動内容	英会話活動、週毎にヒアリング・スピーキング・リーディング。NHK テキスト使用。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月曜日(月 4 回)	10:00～12:30
会費/入会条件	6,000 円/回	なし
会員数/年代	6 名	70 代

英語 LEED (Let's Enjoy English Discussion) 英語によるディスカッション		
活動内容	英語のみによるディスカッションを通じ、現在世界で起きている色々な出来事について理解を深め、同時に英会話能力の向上を目指します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 4 土曜日	10:00~12:00
会費/入会条件	3,000 円/年 (正会員)	なし
会員数/年代	10 名	30~70 代

英語・国際交流 横浜英語サロン 英語を通じた交流		
活動内容	生涯学習の一環として英語を勉強し、人生の活動範囲を広げる。積極的に外に出かけ、異文化に関心のある他団体との連携を深めたい。月 1 回英会話、月 2 回英字新聞を読んでいます。	
活動場所	なか区民活動センター、不老町地域ケアプラザ	
活動日/時間	金曜日(月 3 回)	10:00~15:00
会費/入会条件	なし	横浜市民
会員数/年代	15 名	60~70 代

英語 YES, Yokohama English Speakers 英語		
活動内容	英語を使って課題を発表し、話し合うテーマを提案し、そのテーマを英語で話し合う。	
活動場所	なか区民活動センター・野毛地区センター	
活動日/時間	第 1 または 第 2 土曜日	10:00~12:00
会費/入会条件	なし	英語でディスカッション出来ること
会員数/年代	11 名	40~70 代

英語 Yokohama Reading Club (YRC) 英語による読書・議論		
活動内容	経済・歴史・科学など各自の好きな分野の英語資料を読み、よく理解した上で日本語や英語で議論します。生き生きと楽しく活動しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 2・4 日曜日	10:00~12:00
会費/入会条件	なし	中学校卒業以上の英語力
会員数/年代	10 名	30~90 代

英語 英語@南 英文読解とフリートーク		
活動内容	英文読解とフリートークを通じて様々な知識や情報を交換・吸収し合いながら、和気あいあいで会員相互の親睦を深めます。	
活動場所	①なか区民活動センター・②オンライン	
活動日/時間	①金曜日(月 1 回)②木曜日(月 3 回)	18:00~20:45
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	18 名	10~70 代

英語 みなとみらいトーストマスターズ スピーチプレゼンテーションとリーダーシップ		
活動内容	人前で、世界で、話せる人になろう。話し方を学ぶ英語のスピーチクラブ(NPO)で、2025年で18年の歴史。話し方ひとつで、自分が変わる。世界が変わる。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 2・4 土曜日	14:00~16:00
会費/入会条件	4,000 円/入会金 6,000 円/半年	18 歳以上
会員数/年代	23 名	20~80 代

英語 横浜オーシャン トーストマスターズクラブ スピーチプレゼンテーションとリーダーシップ		
活動内容	日本語及び英語によるスピーチを通じてコミュニケーション・話し方・リーダーシップスキルの向上を目指しています。	
活動場所	技能文化会館 他	
活動日/時間	第 2・4 日曜日 午前	午前
会費/入会条件	3,200 円/入会金 1,200 円/月	18 歳以上
会員数/年代	23 名	40 代

中国語 熊猫会 中国語学習		
活動内容	教本を使って中国語を学習しています。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	第 1・2 土曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	15,000 円/3ヶ月	なし
会員数/年代	6 名	50～80 代

英語 GLOBAL FRIENDS 英語によるガイドツアー		
活動内容	月に 1 回、英語によるツアーを開催。横浜中心に穴場ツアー、観光ツアーを自主企画。主に外国の方に横浜の魅力を伝え、互いの文化交流を目指します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回	10:00～13:00
会費/入会条件	1,000 円/年 または 500 円/回	本活動に興味を持ち、参加すること
会員数/年代	6 人	50～70 代

フランス語 フランス語サークル フランス語学習		
活動内容	国際都市横浜にふさわしいスキルの一つとしてフランス語を学び、横浜とフランスの歴史的関係も学び、シャンソンを取り入れ、受講者のレベルに合わせて学習します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	水曜日	18:00～20:00
会費/入会条件	3,000 円/月	成人
会員数/年代	20 名	50～90 代

中国語 辰巳会 中国語会話		
活動内容	抑揚ある美しい中国語を目指してみませんか。日本語には無い発声発音を習得し、漢字に頼らず聞く力、話す力を身につけましょう。	
活動場所	横浜吉田中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	第 1・3 水曜日	18:00～19:30
会費/入会条件	2,000 円/月	なし
会員数/年代	10 名	30～70 代

多言語 ヒップファミリークラブ みなとみらい 多言語の自然習得		
活動内容	赤ちゃんからシニアまで全ての方と英語だけではなく、どんな言葉を話す人にも心を開き自然にことばを習得し交流をしています。	
活動場所	①さくらリビング・②野毛地区センター・③中区地域子育て支援拠点のんびりんこ・	
活動日/時間	①②火曜日③第 2 火曜日	①②18:45～20:45 ③10:30～11:30
会費/入会条件	会費:家族人数により違いあり、要問合せ	なし
会員数/年代	30 名	0 歳～70 代

交流・支援 神奈川 SGG クラブ 語学ボランティア		
活動内容	ボランティア精神に基づいて民間国際親善を語ることを趣旨とし、外国人に語学ボランティアとして同行観光案内、日本文化紹介、日本語支援等を行います。	
活動場所	なか区民活動センター、かながわ県民活動サポートセンター、横浜市社会福祉センター・神奈川県全域（同行ガイド等）	
活動日/時間	第 2 土曜他	不定期
会費/入会条件	5,000 円/年	例会オブザーバー参加他
会員数/年代	350 名	20～90 代

交流・支援 一般社団法人 神奈川中国帰国者福祉援護協会 中国残留邦人の支援		
活動内容	中国残留邦人が日本の社会に順応し、住居地域で孤立せずになじんでいけるように日本語教育事業、交流事業、生活相談事業に取り組んでいます。	
活動場所	①なか区民活動センター(パソコン教室) ②援護協会事務所(日本語教育)	
活動日/時間	①第 2・4 金曜日(パソコン教室)②火・水・金曜日(日本語教育事業)	10:00～12:00
会費/入会条件	5,000 円/年	なし
会員数/年代	28 名	50～80 代

交流・支援 かながわ国際交流財団南サークル 多文化理解・交流		
活動内容	日本文化や様々な国の文化を学び合い、多文化に対する意識と理解を深め、心の交流を通じ友情の輪が世界に広がることを目的とします。	
活動場所	なか区民活動センター、近代文学館、産業貿易センター 他	
活動日/時間	月 3～4 回(不定期)	10:00～15:00
会費/入会条件	3,000 円/年	女性
会員数/年代	72 名	30～80 代

交流・支援 NGO 日台多文化共生センター 多文化交流		
活動内容	日本と他の国々の人々の間で、親睦を図るための多文化コミュニケーションの場を作っています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	なし	多文化交流に興味のある方
会員数/年代	6 名	40～50 代

交流・支援 共生のまちづくりネットワークよこはま 多文化共生のまちづくり		
活動内容	横浜市では、外国人が増え、地域では課題も多い状況です。そのため他団体や企業と連携し、誰もが住みやすい地域を目指します。	
活動場所	・オンライン、かながわ県民サポートセンター	
活動日/時間	第 4 月曜日	19:00～
会費/入会条件	1,000 円/年	なし
会員数/年代	20 名	50～60 代

交流・支援 アジアの女性と子どもネットワーク アジアの女性と子どもの権利を守る活動		
活動内容	アジアの中でも社会的に弱い立場の人々（タイの山地民、ストリートチルドレン、スラム）への協力支援活動を実施すると同時に、子どもの性的搾取に反対する活動も行っています。	
活動場所	横浜 AIDS 市民活動センター	
活動日/時間	月・水・木・金曜日(週 2～3 回)	13:00～17:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	50 名	30～70 代

交流・支援 スリランカの会 スリランカの子どもたちの支援		
活動内容	スリランカの学校を色々な面でサポートすること。ボランティアで日本語を教える方を紹介したり、勉強道具、本、ビデオなどを寄付。スポーツの発展を支援。	
活動場所	なか区民活動センター・神奈川労働会館 他	
活動日/時間	不定期	14:00~16:30
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	35 名	18~80 代

交流・支援 特定非営利活動法人 無国籍ネットワーク 無国籍者への支援・理解・啓発活動		
活動内容	無国籍者、無国籍に関する問題を抱えた人、その関係者に対して、安心して相談できるネットワークづくり及び無国籍問題の理解に関する啓発活動やイベントを開催しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回	不定期
会費/入会条件	団体ホームページ参照	なし
会員数/年代	53 名	子供から大人まで

交流・支援 ハイチの会セスラ ハイチの学校支援・文化紹介		
活動内容	カリブの小国ハイチの学校を支援しています。給食支援、奨学金など、ハイチの人々に喜ばれています。国内ではハイチの歴史、音楽、美術などを学び、また紹介する活動をしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	2,000 円/月(サポーター会員)300 円/月(一般会員)	なし
会員数/年代	40 名	40~70 代

交流・支援 NPO 法人 ブラジル Solidario 横浜 ブラジル移民の歴史学習・交流		
活動内容	横浜からブラジルに旅立った移民の歴史を勉強したり、ブラジル由来の音楽やダンスを楽しんだり、日本在住の日系ブラジル人の方々と交流を行ったりしています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回	18:00~20:00
会費/入会条件	5,000 円/年	なし
会員数/年代	40 名	20~70 代

交流・支援 特定非営利活動法人 地球の木 ネパール・ラオス・カンボジア住民の支援		
活動内容	ネパール・ラオスでの子どもの教育向上や住民主体で行う自立支援を応援しています。	
活動場所	法人事務所・なか区民活動センター	
活動日/時間	平日	10:00~17:00
会費/入会条件	6,000 円/年(正会員・サポート会員)	なし
会員数/年代	550 名	30~80 代

交流・支援 RKK 留学生と語り合う会 留学生支援		
活動内容	世界各国より来日する多くの留学生に対して、会話、用語、文章作成、レポート添削その他学習支援をしています。	
活動場所	なか区民活動センター・かながわ県民活動サポートセンター 他	
活動日/時間	月 2 回	留学生とチューターで相談して決める
会費/入会条件	3,000 円/年	なし
会員数/年代	91 名	60~70 代

国際交流 神奈川県青年国際交流機構 国際理解と青少年育成		
活動内容	内閣府が実施する青年国際交流事業参加者の参加者で構成。地域の青少年を中心に、人材育成やワークショップなど多様な社会活動を展開しています。	
活動場所	神奈川全域	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	2,000 円/年	本会の目的に賛同した方
会員数/年代	500 名	30 代

清掃・環境 フローリス 花植え・清掃		
活動内容	ケアプラザの花壇とプランターに花植えをして、老人ホームとスポーツセンターの掃除、草取りをしています。地域の人達に四季の花を楽しんでもらっています。	
活動場所	新山下地域ケアプラザ	
活動日/時間	火・金曜日	10:00～11:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	7 名	60～70 代

清掃・環境 公共空間創造 横浜市民プロジェクト クリーンアップ活動		
活動内容	関内大通り公園のクリーンアップ活動を行います。どなたでも参加していただけます。	
活動場所	なか区民活動センター、関内大通公園	
活動日/時間	第 1 日曜日	9:00～10:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	50 名	40～60 代

環境 特定非営利活動法人 道志水源林ボランティアの会 水源地の保護活動		
活動内容	横浜市の水源地、山梨県道志村で間伐をします。会の用意したバスで、朝 8 時間内駅出発、約 3 時間の作業、夕方 7 時頃横浜駅解散。	
活動場所	山梨県道志村	
活動日/時間	月 1 回(定例会) 不定期(活動) 年 13 回	10:00～18:00
会費/入会条件	2,000 円/年	高校生以上
会員数/年代	250 名	60～80 代中心

清掃・環境 なか区民クラブ 環境・清掃・健康維持		
活動内容	自分達の住む街は自分達の手で良くすることを理念とする市民活動団体。清掃や行先案内、公園整備などを推進中。	
活動場所	なか区民活動センター・中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	第 2・4 火曜日 第 1・3 土曜日 第 1・2・3 日曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	1,000 円/年	なし
会員数/年代	35 名	20～70 代

ボランティア支援 福島の被災地に取り残された犬猫を救う会（横浜わんニャンの会） 災害地でのペット救護活動の後方支援		
活動内容	災害時のペットの救護とボランティア団体への後方支援。黄色いレシート活動(イオン)、フリーマーケット、写真展示会など。	
活動場所	みなとみらい日本丸前、イオン本牧店	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	3,000 円/年	なし
会員数/年代	250 名	20～80 代

ボランティア支援			学生防災ボランティア main
			防災教育
活動内容	私たちは子ども達に地震などのことを知ってもらい、目に見える説明をすることで実践できるようにしてほしいため発足いたしました。		
活動場所	本牧地区センター・神奈川県民センター		
活動日/時間	土・日曜日のどちらか(変更あり)	午後	
会費/入会条件	なし	小・中学生(低学年・高・大生は要相談)	
会員数/年代			

環境保護			本牧山頂公園 和田山地区愛護会
			環境保全を通じた交流
活動内容	自然環境を大切に、野鳥、昆虫、蝶々、野草、樹木を育て、多世代、立場の違いを越えて交流し楽しむ場所を作り続けます。		
活動場所	本牧山頂公園あそびの広場		
活動日/時間	毎週、月曜日、土曜日。雨天祝日は休み。偶数月の第4木曜日	10:00～12:00	
会費/入会条件	会費 1,000 円/年(任意)	なし(目的に賛同のこと)	
会員数/年代	36～40 名	20～70 代	

ボランティア支援			中区災害ボランティア連絡会
			運営協力と啓蒙活動
活動内容	主に災害時、開設される災害ボランティアセンターの運営協力。および日頃から区域での災害ボランティア啓発活動を行っています。		
活動場所	中区社会福祉保健活動拠点・なかふく		
活動日/時間	毎月1回(日程変更予定)	詳細問い合わせ	
会費/入会条件	なし(毎年総会にて決定)	なし	
会員数/年代	7 名	30～80 代	

環境保護			大岡川流域まちかわ衆
			大岡川に親しむ
活動内容	1 大岡川散歩の実施 2 全国一斉調査への参加 3 リバースクールの実施。		
活動場所	なか区民活動センター・大岡川流域・港南区民活動センター		
活動日/時間	不定期	2 時間程度	
会費/入会条件	なし	なし	
会員数/年代	13 名	20～70 代	

ボランティア支援			中区ボランティア連絡会
			ボランティア団体の連絡調整
活動内容	区内のボランティア団体の人や中区社協職員が月 1 回集まって情報交換を行い、各種活動が円滑に進められるよう調整しています。		
活動場所	中区福祉保健活動拠点なかふく		
活動日/時間	第4水曜日	10:00～11:30	
会費/入会条件	なし	なし	
会員数/年代	250 名(8 団体)	40～80 代	

環境保護			特定非営利活動法人 ソフトエネルギープロジェクト
			環境保護の活動
活動内容	自然エネルギーの活用、地球温暖化の防止、自然環境保護。小学校、中学校、高校、各種イベントへ参加し環境保護の啓蒙をしています。		
活動場所	地区センター、学校、各区イベント		
活動日/時間	月1回(定例会) 不定期(活動)	10:00～17:00	
会費/入会条件	5,000 円/年	なし	
会員数/年代	15 名	50～80 代	

まちづくり 横浜交通まちづくり協議会 公共交通利用促進		
活動内容	公共交通利用促進のための施策提案と関係団体との連携。	
活動場所	なか区民活動センター・かながわ県民活動サポートセンター	
活動日/時間	週末(月 1 回)	不定期
会費/入会条件	3,000 円/年(団体) 2,000 円/年(個人)	なし
会員数/年代	12 名	40～60 代

不動産 NPO 法人神奈川県 不動産コンサルティング協会 土地・建物の活用方法研究		
活動内容	土地・建物に関する権利関係、活用方法について専門家による研究・講演を開催します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回	不定期
会費/入会条件	10,000 円/入会金 2,000 円/月	不動産に興味がある方
会員数/年代	20 名	30～90 代

まちづくり 特定非営利活動法人 横浜市まちづくりセンター（通称：NPO まちセン） 住まいに関するアドバイス		
活動内容	「空家に関する問題」など、住まいやまちづくりのお悩み事を解決する専門家ネットワークの総合相談窓口を運営しています。	
活動場所	なか区民活動センター・横浜市技能文化会館	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	6,000 円/入会金 12,000 円/年	なし
会員数/年代	75 名	30～80 代

まちづくり 北仲キャナルパーク盆踊り 実行委員会 盆踊り開催		
活動内容	中区の街づくりに関心のある市民が集まり、北仲北公園を地域に開かれた交流の場としてとらえ、公園の活用法の一つとして盆踊りを実施します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	月 1 回	19:00～20:45
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	12 名	40～60 代

近現代建設 防火帯建築クラブ 近現代建築		
活動内容	横浜の防火帯建築や近現代の建築に関するまちあるきイベントや公開セミナーの開催。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	1,000 円/年	正会員 1 名の紹介制
会員数/年代	8 名	40～70 代

学びの場づくり NPO 法人 横浜コミュニティデザイン・ラボ 学びの場づくり		
活動内容	ヨコハマ経済新聞等の地域情報発信や市民自身によるイベント創造を通して横浜をより楽しくするまちづくりを実践しています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	正会員 3000 円/ 賛助会員 2000 円/ 学生 1000 円/年	なし
会員数/年代	80 名	20～70 歳代

市民活動研究		ヨコハマパトナの会	
暮らし方の変化を分析し共存する研究会			
活動内容	市民活動事例の研究やヒアリングに基づき、楽しく活動できる源となる「ビタミンブック」を刊行しました。これからは普及活動です。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	随時	18:30～20:45	
会費/入会条件	活動日ごとに実費	調整中	
会員数/年代	24 名	40～60 代	

交流		横浜市グループワーク・ トレーニング協会 グループワーク	
活動内容	GWT という名称で人間関係をスムーズに進めるための学習会です。一つのテーマを考え意見交換をしながら解決策を見出す方法です。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	月 1 回	18:30～20:00	
会費/入会条件	200 円/月	なし	
会員数/年代	25 名	60～80 代	

市民活動研究		かながわコミュニティ 学習支援実践研究会	
		地域の様々な学習の支援	
活動内容	研究会や学習会を通して地域のさまざまな学習を支援。実践者の実践力を培い豊かな地域づくりを目指します。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	土曜日または日曜日(月 1 回)	9:30～12:00	
会費/入会条件	1,000 円/年	なし	
会員数/年代	20 名	40～70 代	

交流		生き×居きコミュニティ	
若者向けの居場所コミュニティ			
活動内容	学校・会社・家庭以外で気軽に参加できる居場所、サードスペースを運営しています。ボードゲームの会や音楽イベント、食事会やフリースペース等を開催しています。		
活動場所	横浜市青少年育成センター・青少年交流ひろばさくらリビング・ちゃんや食堂(鎌倉市内)・		
活動日/時間	①第1・3・4木曜日 ②月1回日曜日 ③月1回土曜日	①19:00～21:00 ②9:30～16:00 ③不定期	
会費/入会条件	100円～500円/回、 入会金なし	なし	
会員数/年代	100名	20～40代	

市民活動研究		神奈川社会教育士会	
		社会教育士の学習活動	
活動内容	社会教育士を有する（興味がある方）者が情報交換や学習交流会・情報発信などの活動を推進し資質向上しています。		
活動場所	なか区民活動センター		
活動日/時間	土曜又は日曜 (月 1 回)	午前 又は 午後	
会費/入会条件	2,000 円/年	社会教育士の称号を保持又は興味がある方	
会員数/年代	15 名	40 代～70 代	

交流		ライフデザインラボ コミュニティ	
活動内容	ライフデザインラボは人生を豊かにはぐくむもう一つの居場所。「あったらいいなこんな社会」を語り合い実験をつづける小さな温かなコミュニティです。		
活動場所	なか区民活動センター 他		
活動日/時間	不定期月 3 回	11:00～14:00	
会費/入会条件	3,000 円/年	なし	
会員数/年代	53 名	20～50 代	

交流 よせふくの会 (横浜精神科福祉を良くする会) 精神医療・福祉		
活動内容	精神医療・福祉をテーマに関係者（当事者、家族、専門職、ボランティア）が、月 1 回集い、つながりを広げ深めています。	
活動場所	横浜市健康福祉・総合センター・会議室	
活動日/時間	毎月第 1 金曜日	18:00～21:00
会費/入会条件	500 円/回	精神医療福祉に関心がある方
会員数/年代	20 名	30～80 代

精神障害者の 家族会 「みなと会」 横浜市中区地域精神保健家族会 精神障がい者の家族会		
活動内容	精神障がい者を家族に持った人達の集まり。医療・福祉のケースワーカーより正しい知識と対応のしかたを得るための活動	
活動場所	なか区民活動センター、中区福祉保健活動拠点なかふく、横浜市社会福祉センター	
活動日/時間	第 3 月曜日	13:00～15:30
会費/入会条件	4,000 円/年	なし
会員数/年代	20 名	60～90 歳代

患者会 アルファ・クラブ横浜会 胃がんの患者会		
活動内容	胃がんの患者会で、横浜周辺地域から会員を募り、術後を支える仲間の輪として、皆で体験談を語って情報を共有し励ましています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	第 4 土曜日 (年 3 回)	13:30～16:30
会費/入会条件	2,000 円/年	なし
会員数/年代	24 名	50～90 代

障害者支援 かもめサポート 花花さろん 生花・プリザーブドフラワーのアレンジメント		
活動内容	心が病んでも花があれば、地域の方々と交流したり、力をつけて社会貢献できます。講演会や式典の会場装花、アレンジも受注製作します。	
活動場所	野毛地区センター・横浜市健康福祉総合センター・中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	①生花:第 2 水曜日 ②プリザ:第 3 水曜日、年 3 回	①13:00～15:00 ②12:00～15:00
会費/入会条件	2,500 円～ 3,000 円 (材料費含む)	お花の好きな方
会員数/年代	10 名	30～80 代

患者会 特定非営利活動法人 GISTERS がん患者の支援		
活動内容	年間 10 万人に 1 人がかかる希少がん GIST（消化管間質腫瘍）。「けっしてひとりではない」を合言葉に希少がん闘う患者と家族のために活動します。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	土曜日(月 1 回)	13:00～17:00
会費/入会条件	なし	GIST 患者とその家族
会員数/年代	400 名	40～80 代

障害者支援 障害児者の生活と権利を守る 神奈川県連絡協議会 障害児者の生活と権利を守る活動		
活動内容	障害児者・患者とその家族の願いと要求を話し合い学習し、一致する要求について、その実現を目指して運動をすすめています。	
活動場所	横浜市社会福祉センター・かながわ県民活動サポートセンター	
活動日/時間	火曜日(月 1 回)	18:00～21:00
会費/入会条件	2,000 円/年 (1 口)	会の目的に賛同し、会費を納める方
会員数/年代	40 名	50～80 代

障害者支援 NPO 法人 チャレンジ新生 自立した生活を目指す生活リハビリ		
活動内容	脳血管疾患の後遺症などによる中途障害者が仲間とふれあいながら創作、軽作業や生活訓練及び地域交流を通して自主的に活動します。	
活動場所	本牧地区センター・中スポーツセンター・チャレンジ新生	
活動日/時間	月～金曜日	10:00～15:15
会費/入会条件	1,000 円(利用料) 1,000 円(協力金・任意)	脳血管障害疾患等による中途障害者
会員数/年代	35 名	30～70 代

フォトワーク ショップ STAND Still フォトで表現できる場		
活動内容	性暴力やサバイバーが公に声を上げなくても表現できる場づくりとしてフォトワークショップを行います。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	土曜日(月 1 回)	13:00～16:00
会費/入会条件	会費 3,000 円/年	あり(問合せ)
会員数/年代	7 名	20～60 代

更生保護 中区更生保護女性会 青少年の更生保護支援		
活動内容	法務省が主唱する「社会を明るくする運動」や「ハローよこはま」への参加、食育教室の開催などを通じて青少年の健全育成・更生保護を支援しています。	
活動場所	中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	1,300 円/年	活動内容に賛同して、ともに活動していただける方
会員数/年代	56 名	60～80 代

写経 特定非営利活動法人 夢 写経と切り絵		
活動内容	写経と切り絵をして、保健・医療または福祉増進を図る活動をしています。	
活動場所	なか区民活動センター 他	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	11 名	60～70 代

女性支援 NPO 法人 スーリールファム 女性の活動支援		
活動内容	「人と人をつなぐ」「地域の女性の元気は社会の元気」をテーマに地域の担い手を育てるため、場の提供と情報発信を通して活動を支援しています。	
活動場所	神奈川県内	
活動日/時間	年 2 回イベント開催 毎月定期的にマルシェ開催	不定期
会費/入会条件	1,000 円/入会金 1,000 円/年	なし
会員数/年代	10 名	40～60 代

歌声サロン 健康・笑歌サロン 健康講座と歌声サロン		
活動内容	学んで歌って笑って感動目的に各分野の講師の元で健康長寿をめざしています。平均年齢 70～90 歳。活動中に良き友人関係も誕生。	
活動場所	麦田地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 1 日曜日	13:30～16:30
会費/入会条件	500 円/回	なし
会員数/年代	20 名	60～90 代

健康づくり 中区ともえ会 健康の基本造りと学び		
活動内容	石打・埋地・関内の 3 地区で合同で健康の基本造りと知識を学び、行動し、楽しく過ごしていく会です。	
活動場所	不老町地域ケアプラザ	
活動日/時間	原則第 4 火曜日	13:30～15:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	30 名	60 代～

高齢者支援 生活支援 K B T (希望のとも) 高齢者・障害者世帯へのお手伝い		
活動内容	高齢者（65 歳以上）のみの世帯、障害者世帯などの方々に簡単な作業のお手伝いをするボランティアグループです。	
活動場所	各地域ケアプラザ・中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	毎月第 3 土曜日	13:30～15:00
会費/入会条件	なし	中区在住・在勤
会員数/年代	7 名	50～70 代

食生活 中区食生活等改善推進委員会 (中区ヘルスメイト) 健康づくりの普及啓発活動		
活動内容	「私達の健康は私達の手で」をモットーに健康づくりの普及啓発活動を行っています。健康づくりを実践し、その知恵や工夫を地域に広めています。	
活動場所	地区センター・地域ケアプラザ・小学校・保育園	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	1,200 円/年	中福祉保健センター養成講座を修了
会員数/年代	73 名	40～90 代

社会教育事業 「シニア・ハマ・カレッジ」運営委員会 社会教育		
活動内容	健康で充実したシニア期の活躍を支援する活動。学習機会の提供と地域デビュー支援。男女年代不問多様な市民に活用されている。	
活動場所	なか区民活動センター・中区福祉保健活動拠点なかふく	
活動日/時間	不定期	13:30～15:30
会費/入会条件	2,000 円/年	健康で優しい人柄
会員数/年代	3 名	60～80 代

高齢者支援 なつかしのサロン [健康麻雀の会] 健康麻雀とゲーム、体操		
活動内容	概ね 60 歳以上の高齢者が健康麻雀やゲーム、体操に参加して手や脳を動かし、お喋りして楽しみながら、健康増進に励んでいます。	
活動場所	不老町地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 3 金曜日	13:00～16:30
会費/入会条件	100 円/月	概ね 60 歳以上の高齢者
会員数/年代	16 名	60～80 代

手話 ハンドサイン手話本牧 初心者のための手話		
活動内容	手話で日常会話などを勉強しています。はじめての人にもわかりやすく楽しい手話の勉強会です。「いつか役に立つ」が合言葉です。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第 1 火曜日	10:20～11:50
会費/入会条件	600 円/月	横浜市在住又は在勤
会員数/年代	19 名	30～80 代

手話 手話麦畑 初心者のための手話		
活動内容	初めて手話を習う初心者のサークルです。伝わる手話を目指して簡単な会話をゆっくり勉強しています。手話ソングも楽しいですよ！	
活動場所	麦田清風荘	
活動日/時間	第 2・4 金曜日 (予定)	10:00～11:30
会費/入会条件	500 円/回	横浜市在住 60 歳以上
会員数/年代	20 名	60～80 代

手話言語 サークル アイ 手話サークル		
活動内容	手話は目で見る言語です。アイではビデオを活用しています。ピアパーティー、忘年会等、年に数回交流会もします。聾者も何人も参加します。	
活動場所	野毛地区センター	
活動日/時間	日曜日 月 3 回	13:00～14:30
会費/入会条件	500 円/月 (参加のない月は不要)	なし
会員数/年代	10 名	30～70 代

手話 ビリーブ 手話ダンス		
活動内容	歌詞を手話で表現しステップをつけて踊ります。手話をダンスや音楽で楽しみながら学べます。地域や福祉イベントに参加し様々な方々との交流を通じてささやかな福祉参加のきっかけにしています。	
活動場所	本牧原地域ケアプラザ	
活動日/時間	第 1・3 火曜日 (原則)	12:30～14:30
会費/入会条件	800 円/月	なし
会員数/年代	15 名	30～80 代

手話・イベント 山下会 手話教室や子ども向けのイベント開催		
活動内容	山下町地区、中華街地区、関内地区の民間事業所等に従事する者で集まり、月に 1 回手話教室を開催。夏は子供向けイベントを開催しています。	
活動場所	平和プラザホテル・なか区民活動センター・横浜市開港記念会館	
活動日/時間	最終火曜日	19:00～20:30
会費/入会条件	なし	山下地区在住または従事している方
会員数/年代	13 名	30～50 代

手話 サイン本牧 手話と手話ソング		
活動内容	手話ソングや簡単な手話での会話をゆっくり学んでいます。一緒に楽しみましょう。 ＊体験は無料です。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第 2・4 水曜日	15:15～16:45
会費/入会条件	700 円/回	なし
会員数/年代	12 名	40～80 代

子育て あひるの会 子育てサークル		
活動内容	子育てママたちの手作りサークルです。手遊び、工作、季節の行事を楽しんだり、様々な所へ遠足に行ったりしています。	
活動場所	本牧和田地域ケアプラザ・近くの公園、動物園 他	
活動日/時間	火曜日(月 3 回)	10:30～11:30
会費/入会条件	1,000 円/半年	未就園児とその親
会員数/年代	10 名	0 歳～40 代

子育て 里っ子ト		
子育てサークル		
活動内容	自然に限りなく近い里山で、泥んこや水遊び、花や野菜を植え収穫したり、季節を感じられるような五感を使った体験ができます。	
活動場所	本牧山頂公園・(里山あそびの広場)	
活動日/時間	月曜日(雨天・祝日休み)	10:30～11:30
会費/入会条件	1,000 円/半年(1 家族)	未就園児とその親(詳細は問合せ)
会員数/年代	11 組	0～3 歳未就園児とその親

おもちゃ修理 中区おもちゃのドクターネットワーク		
おもちゃを修理する活動		
活動内容	おもちゃの修理を通じて、子供におもちゃや物の大切さ、感謝の心を育み、地域の子育てを支援し地域社会貢献する。	
活動場所	中区内各地区センター・コミュニティハウス	
活動日/時間	毎月第 4 日曜日	10:00～15:00
会費/入会条件	1,000 円/年	なし
会員数/年代	10 名	60～80 代

読み聞かせ えほんの森		
絵本の読み聞かせ		
活動内容	0 歳～未就園児の親子に、絵本の読み聞かせを月 1 回行っています。不定期に特別お話会も行います。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第 3 水曜日	11:00～11:30
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	9 名	50～60 代

リサイクル TAEZ!		
おもちゃのとりかえっこワークショップ		
活動内容	近年はおもちゃのとりかえっこワークショップ「かえっこ！」の開催またはサポートをしています。	
活動場所	各所・オンライン	
活動日/時間	年 1～2 回	不定期
会費/入会条件	なし	活動に賛同し、インターネットが使える方
会員数/年代	10 名	～70 代

読み聞かせ おはなし会 もみの木		
絵本の読み聞かせ		
活動内容	幼児向けに絵本や紙芝居の読み聞かせを行っています。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 4 水曜日	14:00～14:30
会費/入会条件	なし	応相談
会員数/年代	5 名	50～70 代

理科実験 理科実験おたすけ隊		
理科実験		
活動内容	大人も子供も理科を楽しむ環境をつくる	
活動場所	横浜市内、オンライン	
活動日/時間	不定期	
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	60 名	50 代

親子支援 ヨコハマインターブレス 子育て支援		
活動内容	一時託児、拠点でのイベント参加、傾聴乳幼児健診でのサポート、全ての親子を支援することを目的に横浜市内で活動中。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	各月、事業により異なる(託児は3時間まで)	
会費/入会条件	2,000 円/年	養成講座受講後入会
会員数/年代	12 名	50～80 代

家庭生活 家庭倫理の会 横浜東 家庭生活の学び		
活動内容	生涯学習セミナー、子育てセミナー、音読会等を定期的に開催し、相談士による生活相談を受け、生活に生かしています。短歌教室、書道教室も行っています。	
活動場所	本牧地区センター	
活動日/時間	第 1・3 木曜日	10:00～12:00
会費/入会条件	500 円/月	なし
会員数/年代	140 名	7 歳～90 代

社会教育 きみの味方 子どもの自己肯定感をアップさせるワークショップ		
活動内容	子どもの自己肯定感をアップさせるワーク、ファミリー向けのワークショップを企画・実施。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	なし	教育に興味がある方
会員数/年代	5 名	30～70 歳代

防犯生活安全 特定非営利活動法人 K-Fellows in THE Justice・Neo-Outsiders・地球防衛軍 YOKOHAMA 防犯・防事故のための自警活動など		
活動内容	①防犯・防事故の自警活動 ②青少年健全育成活動 ③動植物の養護、庇護、保護活動 ④人権擁護活動 ⑤地域活性化活動	
活動場所	なか区民活動センター・地区センター 他	
活動日/時間	24 時間 365 日	1～2 時間
会費/入会条件	あり	なし
会員数/年代	202 名	10～90 代

子ども支援 神奈川県ユニセフ協会 世界の子どもの支援		
活動内容	神奈川県内において、世界の子どもの生存・発達・保護・参加の為に広報・募金・学習支援などのユニセフ支援活動を行っています。	
活動場所	横浜を中心とした県内全域	
活動日/時間	月～金曜日	10:00～17:00
会費/入会条件	なし	ボランティア研修受講
会員数/年代	100 名	10～80 代

救護 一般財団法人エマージェンシー・メディカル・レスポnder財団 救護の研修		
活動内容	職業上対応義務のある方に向けた、傷病者対応研修を行っています。また、地域のイベント等で救護が必要な場合のスタッフ手配等も実施しています。	
活動場所	なか区民活動センター・横浜市社会福祉センター	
活動日/時間	不定期	不定期
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代		

人権 横浜検察審査協会 検察審査制度の周知		
活動内容	検察審査員を経験した OB 会「検察審査会制度」を広く社会に知ってもらうため、街頭で宣伝。年 1 回の会報、月 1 回の定例会を行っています。	
活動場所	なか区民活動センター	
活動日/時間	金曜日(月 1 回)	13:00～17:00
会費/入会条件	3,000 円/年	賛助会員
会員数/年代	150 名	30～80 代

絵手紙 講座げんきサロン 絵手紙・認知症予防		
活動内容	地域力づくり向上の為にシニア向け生きがい公園と絵手紙でシニアを元気にする対話式の講座。地域民が和敬と調和を保ち賢く楽しみます。	
活動場所	なか区民活動センター、コミュニティハウス	
活動日/時間	月 1 回	13:00～15:00
会費/入会条件	800～1,000 円 /1 回	なし
会員数/年代	60 名	50～80 代

スポーツ アバダ・カポエイラ カポエイラ		
活動内容	ブラジルの国技カポエイラを広めるために活動しています。大人、子ども入会可能です。金額等は直接ご連絡ください。	
活動場所	仲尾台中学校コミュニティハウス	
活動日/時間	毎週火曜日・土曜日	19:00～21:00
会費/入会条件	6,000 円/月(週 1 回大人)	なし
会員数/年代	50 名	4～60 歳代

影絵 本牧影絵座 影絵制作・上演		
活動内容	中区を中心に活動する影絵の劇団です。NHK で影絵番組に携わっていた講師監修のもと、お話づくり、人形作り、演奏、上演と楽しんでいます。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	第 2 火曜日午後・第 4 水曜日午前 (月 2 回)	14:00～16:00 10:00～12:00
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	10 名	60 代

人形劇 森の仲間 人形作り・人形劇上演		
活動内容	人形を制作して、イベントや地域コミュニティハウス、老人ホームなどで人形劇を上演しています。一緒に活動してくれるメンバーも募集しています。	
活動場所	中本牧コミュニティハウス	
活動日/時間	月 3 回 不定期	不定期
会費/入会条件	なし	なし
会員数/年代	4 名	70 代

活動内容		
活動場所		
活動日/時間		
会費/入会条件		
会員数/年代	名	

