



きらり☆シニア塾 認定団体一覧表【地域ケアプラザエリア順】(令和7年2月版)

参考: ヨコハマ地域活動・サービス検索ナビ

情報が最新でない可能性があります。詳細は地域ケアプラザに直接お問い合わせください。

地域ケアプラザ	認定 番号	団体名	老人 クラブ	活動概要
【常盤台】 地域ケアプラザ お問合せ: 339-5701	4	れんが坂		ハマトレ、ストレッチ、スクエアステップ、手遊び
	7	峰沢団地シニア倶楽部	○	ラジオ体操、ストレッチ、グランドゴルフ等
	16	サロン・ふらっと109		はまちゃん体操、脳トレ、歌等
	22	峰岡三丁目 第一シニアクラブ	○	ノルディックウォーキング、ラジオ体操
	29	やまゆりの会		ノルディックウォーキング
	30	釜台体操教室		体操、フォークダンス、茶話会
	42	ときわステップ会		スクエアステップ
	47	ラジオ体操の会		ラジオ体操
	50	ときわの森体操教室		転倒骨折予防体操、スクエアステップ等
	52	「いきいき体操」サークル		3B体操や脳トレ、転倒予防、 筋カトレーニング、笑顔で声を掛け合うこと
	53	横浜さくら会		ダンベル体操、転倒骨折予防体操、 スクエアステップ、ハマトレ、口腔体操等
	58	シャキット岡沢		DVDを使った体操等
	64	ひるがお(絆)		体操やスクエアステップ等
	67	カラオケ同好会		カラオケ
	71	和田西部ストレッチ同好会		ストレッチ、体操、スクエアステップ
	74	常盤台北部サロン		体操、スクエアステップ
	81	桜美林ハイツ自治会健康体操		練功18法、益気功
	83	転倒予防体操教室 スマイル		イスに座って行う体操

90	ソラシドの会		カラオケ
92	カラオケ長寿会		カラオケ
97	きらり峰沢		はまちゃん体操、スクエアステップ等
103	ふれあいかまや		手芸、脳トレ、体操
106	フラサークル「プルメリア」		フラダンス
109	ほっとなサロン		体操、健康講座、レクリエーション、歌声活動等

