



知っていますか？

地域ではさまざまな
活動が行われています

～2026～





できること
をやる



支えあう

目次	
1ページ	港南ひまわりプラン（港南区地域福祉保健計画）とは？
2ページ	R-base NPO法人 Lucky Life design NPO法人 コドモト
3ページ	エンジョイ・ライフ OECカフェ 絆・スマイルプロジェクト
4ページ	港南区の歩みを学ぶ会 港南台街&暮らし白書づくりプランナーズ会議 ココロにたねまき
5ページ	こどもしよく堂りえちゃんち 子どもの図書館あいすちゃん 「坂のまちの交流会」実行委員会
6ページ	サロットでランチの会 就労継続支援B型事業所 パステル スマホおたすけ ²
7ページ	特定非営利活動法人 GOOD JOB 特定非営利活動法人 港南歴史協議会 永谷ふるさと村
8ページ	ぱっちわーく ハッピーバースデープロジェクトよこはま ひぎり どんぐりの会
9ページ	日野地区シルバー友愛スポーツ交流会 夢まち会 よみきかせ・絆スマイル



知る



こなちゃんのイラストの
ダウンロードはこちら♪

つながる





港南ひまわりプラン(港南区地域福祉保健計画)とは？



港南ひまわりプランは、誰もが住み慣れた地域で安心して健やかに生活できるよう、一人ひとりが意識し、お互いに支えあえる関係の充実を目指し、区民の皆さん・活動団体・行政等が協力して、地域をみんなでより良くしていくための計画です。

～基本理念～

ふだんの 暮らしを しあわせに

～ 目 標 ～

笑顔でくらせるまちをつくらう



～目標達成に向けた4つのアクションと

推進の主な視点～

港南ひまわりプランでは、より身近な計画となるように「地域づくり」「安心・安全」「環境・文化」「協働・参画」「健康づくり」という**推進の主な視点**を掲げ、計画が区民の生活すべてに関わるものであることを示しています。

また、一人ひとりが目標達成に向けて取り組められるよう「知る」「つながる」「できることをやる」「支えあう」という**4つのアクション**を位置づけています。



港南ひまわり
プランについて
詳しくはこちら



次ページから令和3年度から令和8年度に

港南ひまわりプラン応援補助金を受けて活動している

団体を紹介します。

地域の皆さんの

「こんなまちになったらいいな」という

想いから生まれた活動を応援しています！



団体名	R-base（アールベース）
主な活動場所	東永谷ケアプラザ
主な対象者	子どもと保護者
活動内容 R-baseは、地域の多様な大人が集まり「子どもたちのために何ができるか」を考え行動するコミュニティです。 一人ひとりの個性を「虹（Rainbow）」になぞらえ、家庭や学校以外の「第三の大人のつながり」や多様性を認め合う環境づくりを通じ、子どもたちの自己肯定感を育むことを目指しています。 具体的な活動として、子どもが主役となる「親子カフェ」などの体験イベントを開催。小学生が自ら調理・接客を行い、大人たちがそれを見守り味わう交流の場をつくることで、子どもたちの達成感や地域の温かい居場所を生み出しています。	
代表連絡先	大川 久弥 070-8561-5923 hisaya.ohkawa@gmail.com



団体名	NPO法人 Lucky Life design	
主な活動場所	港南中央地域ケアプラザ	
主な対象者	どなたでも 大人300円、子供100円（小・中学生が対象）	
活動内容 ・毎月第4土曜日に開催しています!! ・地域の中で繋がれる居場所を目指しています!! ・ひとりで来ても、その場に居合わせた方々や、ボランティアスタッフとの会話がはじまり、自然と笑顔があふれます♪ ・季節の食材を使ってつくったお味噌汁と、沢山の種類のおむすびを用意しています♣ ・自分で好きな具材を選んで、スペシャルおむすびを作ることもできます🍱 ・地域の農家さんや飲食店と連携し、食材やレシピを提供いただいています。 ・他団体とコラボして演奏会や、ゲームのイベントなど、ケアプラザと連携して、企画をしています。		
代表連絡先	三橋 和美 chiikisyokudou.1ld@gmail.com （電話でのお問い合わせは港南中央地域ケアプラザまで）	



団体名	NPO法人 コドモト
主な活動場所	上大岡地区
主な対象者	親と子
活動内容 赤ちゃんを連れて来られる居場所として上大岡周辺にて、毎月各種イベント（ヨガ、ピラティス、ベビーマッサージ、おはなし会、プレママ・ママカフェ、親子で外遊び、ファミリーうたフェス等）を開催しています。また、妊娠期から地域でつながれるきっかけとして沐浴体験会を行います。 まちの子育て情報サイト「コドモト」では、港南区内のすべての公園と子どもを連れて訪れられるお店や施設の情報、子どもの暮らしに役立つ様々な情報を発信しています。 また、子育て家庭向けの防災講座・ワークショップ、「子育て防災支援員」資格講座を実施しています。	
代表連絡先	田村 朋子 support@kodomoto.info



団体名	エンジョイ・ライフ
主な活動場所	港南中央地域ケアプラザ
主な対象者	港南区民・横浜市民30代～90代までの男女
活動内容	ジャズのハードルを下げ身近なものとするこで、人生の楽しみが増えると考えています。講座のみで完結せず、ライブ演奏に触れる機会や交流を深める場を用意し、その楽しみを一層強化していきます。 CDを聴きながらジャズの歴史や演奏に親しみ、仲間をつくりお互いに刺激し合い、学び合うことによりジャズを身近にする機会としています。 全6回のうち3回は90分程度の懇親会を行い、ジャズを楽しむ機会を拡張することで、ジャズを軸に文化度の高い街づくりや交流を楽しむ街づくり、健康づくりを目指しています。
代表連絡先	上田和夫 080-6240-4707 ueda_kinoagora@yahoo.co.jp



団体名	OECカフェ
主な活動場所	下永谷地域ケアプラザ、日限山地域ケアプラザ
主な対象者	どなたでも
活動内容	健康に大変良いドリップコーヒーを提供して、皆様に美味しいコーヒーを知っていただき、自分の生活の場に取り入れることにより、健康的で楽しく素敵な憩いの場を提供すること、ケアプラザ職員の力を借りながら、認知症予防や健康で長生きできるよう活動しています。
代表連絡先	高橋 幸一 080-4349-0911 kt.porsche@gmail.com



団体名	絆・スマイルプロジェクト
主な活動場所	上永谷駅前地域ケアプラザ
主な対象者	どなたでも
活動内容	美しい歩行は筋力の教化に繋がりより活動的な生活に重要です。 ウォーキングの基礎である姿勢から見つめなおすことで、日々の歩き方がさらに向上します。そしてウォーキングの中にターンやポーズを取り入れると、また、楽しいウォーキングができます。そしてポールウォーキングも取り入れて「歩く」の幅を広げより有意義なものにします。練習の後には、スマイルサロンで楽しく過ごします。 メイク・栄養・カラオケ・おしゃべり、皆さんと健康で楽しいひと時を過ごしましょう。
代表連絡先	大石 英子 080-1213-5119 eiko_0014_largo@yahoo.co.jp



団体名	港南区の歩みを学ぶ会
主な活動場所	港南区全域
主な対象者	港南区の街の歩みに関心のある方
活動内容	「昔と今」と題した写真集を、上永谷、丸山台、下永谷、上大岡、港南台の5地域に分けて発行し、地域ごとに座学を現在まで20回開催しました。 2022年会費発足以来、特に港南区民になって日の浅い多くの方々や永野小3年生に出前授業で街の変化を伝えることができました。 港南区が誕生して57年、昔と今を単に比較するだけでなく、その間にどのように街が変化していったかを今後も詳しく伝えられるよう活動してまいります。
代表連絡先	中本 道生 080-5647-0912 nakamoto1947@gmail.com



団体名	港南台街&暮らし白書づくりプランナーズ会議
主な活動場所	港南台地区
主な対象者	全ての区民
活動内容	港南台の街が開発されて、2020年にはおよそ50年を迎えることから、この街がどのようにつくられ、どのような街になっているのか、これからの街づくりに必要なものを一度「白書」にまとめてみたいとの思いから、各方面で地域活動が続けて来た方々が定期的に集まって議論を重ね、タウンカフェや多くの有志の協力を得て、「白書」の本を出版する事が出来ました。 次世代を担う若い世代に、この白書が街づくりの参考になり、活用されることを願っています。
代表連絡先	森 博子 045-833-6794 mhiro1944@jcom.zaq.ne.jp



団体名	ココロにたねまき
主な活動場所	芹が谷地区
主な対象者	ひとり親世帯
活動内容	毎月フードパントリー(食品の無料配布)、お弁当配布を行っています。 1日1食、2食しか食べれない世帯を少しでも減らすため様々な企業、団体、個人からのご寄付頂いた食品をひとり親世帯、困窮世帯へ配布しています。 ボランティア、利用者同士の交流から1人じゃない、頼り・頼られる関係を作り、心のケアも目指しています。
代表連絡先	大洞 俊亮 0909@kokoronitanemaki.com



団体名	こどもしよく堂 りえちゃんち	
主な活動場所	日野第一地区（代表者白居宅）	
主な対象者	親子	
活動内容 こどもしよく堂りえちゃんちは大人も子どもも利用できるこども食堂です。 おいしいご飯を食べて、ホッと一息ついたり、楽しく遊んだり、みんなが笑顔になれるような居場所になりたくて活動しています。 毎月70名前後の参加があり、わいわい楽しく活動しています♪		Instagram
代表連絡先	白居 理絵 080-2247-0773 kodomo.riechanchi@gmail.com	



団体名	子どもの図書館 あいすちゃん	
主な活動場所	永谷地区（芹が谷、東芹が谷）	
主な対象者	親子	
活動内容 ・代表宅の一部を開放して、絵本、児童書等の閲覧、貸し出しを行っている家庭文庫です。積み木やボードゲームで遊ぶことができます。 ・学校に行っていない親子のための日を月に一度開催しています。 ・地域の公園で『青空図書館』などのイベントを年に数回実施しています。 ・赤ちゃん会員さんへ「おたんじょう月の絵本」と「絵本をひらく時間」をプレゼント中。 ・気軽に絵本を手に取り、安心して話せる場所になるよう活動しています。 妊婦さんや小中高生も大歓迎。約1000冊の本と一緒にお待ちしております。		ホームページ
代表連絡先	大谷 佑香 info@aisu-chan.com	



団体名	「坂のまちの交流会」実行委員会
主な活動場所	日野南地区、環状3号線（日野南～小山台）
主な対象者	全ての区民
活動内容 地域で活動する団体や事業者、幼稚園、学校地域協働本部（小学校、中学校、特別支援学校）と地域住民との交流の場をつくり、立場の違いを超えて赤ちゃんからシニアまで多世代の人々が楽しみながら、まちを知る、まちにできるきっかけとなる活動をしています。 ・春：日野南公園で「坂のまちのフェスティバル」 ・秋：環状3号線沿いで「坂のまちのハロウィン」	
代表連絡先	NPO法人 icocca ひのみなみ 池田・鳥海 045-367-9895 info@icocca.org



団体名	サロットでランチの会
主な活動場所	サロットひぎり(日限山3丁目)
主な対象者	全ての区民
活動内容	地域の高齢化・孤立化が進む中で、定期的に自由に集い、ランチを共にしてつながりを広げ、深めることを目的としています。
代表連絡先	丹 直秀 090-4167-6166 hidetan2014@ozzio.jp



団体名	就労継続支援B型事業所 パステル
主な活動場所	パステル施設内(港南6-27-12)
主な対象者	全ての区民
活動内容	地域の方々と精神に障がいのある方たちとの交流の場として、また地域の方々にとって、気軽に訪れて立ち寄れる場となるようにオープンカフェと駄菓子屋を毎週水曜日に行っています。 今年度は、昨年同様10月に「ハロウィーンパーティー」を開催予定。 子どもたちが大人になった時に、精神に障がいのある方たちの優しさが記憶に残るよう、福祉教育の場になれたらと思っています。
代表連絡先	内藤 千晶 045-843-5837 naitou@karugamo-npo.jp



団体名	スマホおたすけ ²
主な活動場所	港南区役所、日野南地域ケアプラザ、港南台地域ケアプラザ
主な対象者	高齢者
活動内容	「スマホでシニアを笑顔にする!」を理念に、地域の高齢者の困りごとを解消し、楽しいスマホライフを応援しています。 ・個別相談の実施:港南区役所や地域ケアプラザ等で個別相談会を開催し、リアルなニーズを把握 ・実践的なスマホ教室:LINEを中心としたマンツーマン教室や基本シリーズを展開 ・出前講座と普及活動:町内会等へ出向き、「スマホは怖くない、楽しいもの」をモットーにサポートを拡大 相談会で得た声を生かした少人数対応で、シニアの不安を減らし、楽しく使える方を増やしていきます。
代表連絡先	根本 武夫 090-4620-7878 nemoto1953@gmail.com



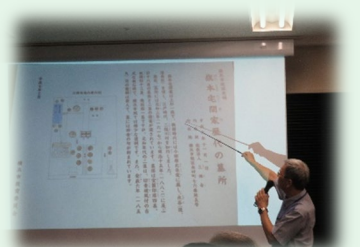
団体名	特定非営利活動法人 GOOD JOB
主な活動場所	Gallery & Cafe Pono(港南台7-16-28-B)
主な対象者	全ての区民
活動内容 令和5年9月1日にちょっとおしゃれな地域交流拠点「Gallery & Cafe Pono」をオープンしました。「交流で地域を元気に!」を合い言葉に、新しい出会いやつながり、楽しい体験ができるイベントを開催しています。 月・金・土曜日は要支援者のサービスB、木曜日は週替わりでカルトナージュ・押し花・寄せ植えなどのお教室を行っています。 また楽しいことだけではなく、誰に相談していいかわからないちょっとした困り事への対応や、法人の専門分野である障がい者支援にも力を入れています。どうぞ一度お気軽にお立ち寄りください。	
代表連絡先	望月 直子 090-6701-5351 npogoodjob@yahoo.co.jp



ホームページ



団体名	特定非営利活動法人 港南歴史協議会
主な活動場所	港南区全域
主な対象者	全ての区民
活動内容 港南区を中心とする地域の歴史・文化を調べ、これらの歴史・文化財の記録、保存活動を推進し、地域文化の発展の一助となる活動を続けています。 港南区の身近な歴史や史跡などを楽しく分かりやすく紹介するリーフレット、「こうなんみてあるき」を作成して配布。講座をとおして世代を超えた多くの区民に港南区への愛着をより深めていただけるよう活動しています。	
代表連絡先	特定非営利活動法人 港南歴史協議会 045-823-6117 konanrekishi.office@gmail.com



団体名	永谷ふるさと村
主な活動場所	下永谷町内会館、神明広場
主な対象者	地域の方
活動内容 住むまちの昔からの様子や移り変わりを調べ、知って、学んで、体験して欲しいとの思いから、旧永谷村(下永谷、芹が谷、東芹が谷、東永谷、上永谷、丸山台、日限山)の遺産を調査・保存・伝承する活動をしています。 具体的には40~60年ほど前と今を比べられる写真集を作成し、知ってもらう講座の開催、この地域で行われていた行事(七夕飾り・門松作り・どんど焼き)の開催、平戸永谷川で生きもののさがしなどです。参加すると地域が分かり、好きになり、住むまちを誇れるようになります。 皆さんの参加をお待ちしています。	
代表連絡先	土屋 清敬 080-1121-6466 kiyokt6466@gmail.com



団体名	ぱっちわーく
主な活動場所	港南地域活動ホームひの、日野中央公園、コミュニティカフェicocca
主な対象者	親子(0歳から小学生)
活動内容	もっと子どもたちにアートを体験してほしい、感じてほしいという思いが同じ、子育て世代の仲間と団体を設立しました。芝生の公園でペイントアートをしたり、日本文化にふれあったりといった活動を行っています。 また、少人数制の親子ひろばも開催しています。「親」と「子」が分かれて、親向けには子育て世代の母親に講演をしてもらう活動もしています。色々な子がいるから、支えあったり、包み込んだり、親子一緒に成長していける、そんな活動を目指しています。
代表連絡先	進藤 宏美 090-9820-6013 patchwork20222023@gmail.com



ホームページ



団体名	ハッピーバースデープロジェクトよこはま
主な活動場所	港南区全域
主な対象者	親子
活動内容	「地域の親子と、親子をあたたく迎えてくれる地域の居場所や地域の人々が、気軽につながることができたら、子育て中のママパパが孤独を感じずに、楽しく子育てができるのではないかな…」まちぐるみで子育てをする、そんな一歩になることを目指し、港南区内の団体が集まって活動しています。足を運びきっかけとなるよう、スタンプラリーやイベントを実施しています。 スタンプラリーは2月に配布予定。地域の親子さんとお会いする日を楽しみに活動しております。
代表連絡先	大谷佑香 hbp.yokohama@gmail.com



団体名	ひざりどんぐりの会
主な活動場所	サロットひざり(日限山3-38-31)
主な対象者	高齢者
活動内容	高齢化が進む地域の中に気軽に楽しめる居場所のひとつとして活動をはじめました。 毎月1回、第4水曜日を活動日としてお茶会、手芸、歌となごやかに過ごしています。
代表連絡先	矢島 順子 090-2451-1713 y.huuka0633@gmail.com



団体名	日野地区シルバー友愛スポーツ交流会
主な活動場所	港南台北公園（日野地区）
主な対象者	高齢者（60才以上のシルバー）
活動内容	今年度も、モルックとグランドゴルフを中心に2面ずつ行って交流を進めています。参加人員も増加しています。 日野地区シニアの人達の人的交流と健康促進を進めています。
代表連絡先	蛭川 又一 045-843-6925/090-2489-9563 hirukawa.m@docomo.ne.jp



団体名	夢まち会
主な活動場所	東永谷地域ケアプラザ、港南中央地域ケアプラザ
主な対象者	高齢者
活動内容	地域の高齢者の皆さまが、いきいきと楽しく日々を過ごしなが、フレイル対策にも取り組める場として、「名曲カフェ」を開催しています。若い頃の記憶がよみがえり、心が躍るような懐かしい名曲とともに、至福のひとときを体感していただき、これからの生活が“ウェルビーイング”（継続する幸せな時間）となるよう演出しています。 おかげさまで、毎回定員を超えるほど多くの方にご参加いただいております。今後も、さらなる交流の輪が広がることを願いながら、皆さまのご参加を心よりお待ちしております。
代表連絡先	齋藤 卓 080-7068-5521 takashi-saito@m.gmob.jp



団体名	よみきかせ・絆スマイル
主な活動場所	上永谷駅前地域ケアプラザ
主な対象者	どなたでも
活動内容	心にひびくよみきかせ～昔の子どもたちから今の子どもたちへ～を、テーマに掲げ、年代や健康、障害を問わずに絵本や朗読の世界を体感しながら味わえるように取り組んでいます。 今年は8月29日に戸塚区民文化センターさくらプラザリハーサル室で第1回の会を開催します。えりこお姉さんのピアノで語り継ぐ命の時間をお伝えします。 また、出前の読み聞かせを保育園や障害者活動ホームでおこなっています。
代表連絡先	大石 英子 080-1213-5119 eiko_0014_largo@yahoo.co.jp





港南ひまわりプラン推進キャラクター
「こなちゃん」

発行/港南区 福祉保健課 事業企画担当
〒233-0003 港南区港南4丁目2番10号
TEL. 045-847-8441 FAX. 045-846-5981
令和8年9月発行