

225	民謡
名称	ニホンミンヨウ スイセイカイ ----- 日本民謡 すいせい会
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区・その他
対象者	一般・高齢者・小中学生
活動内容	日本各地の民謡・唄や伴奏を取得するとともに唄われた背景や歴史を探っています。また、地域のケアセンターなどをボランティア訪問しています。
PRまたはプログラム例	・唄うことのみでなく、その背景や歴史を知る ・介護施設やケアセンターなどボランティアで訪問する ・高齢の方には、唄で人と接することを提唱している

226	地域猫活動
名称	ネコカメ ----- 猫亀
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区
対象者	一般
活動内容	メンバー5名で飼い主のいない猫を減らしていくTNR活動をはじめ、里親型保護猫活動をします。最初は、2~3匹からはじめ、全部で10~12匹になります。
PRまたはプログラム例	上瀬谷地域(五貫目町、目黒町、上瀬谷町、竹村町、中屋敷町)に限定して、飼い主のいない猫を保護する活動をしています。

227	化学体験
名称	コドモカガクタイケンコウザ ----- こども化学体験講座
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区・横浜市・横須賀市
対象者	一般・小中学生 (小学3年以下は保護者同伴)
活動内容	小、中学校での職業体験や各地区センター(横浜、横須賀市)などで化学講座を開催しています。(2019年度63回、2021年度33回開催いたしました)
PRまたはプログラム例	「こども化学講座」では、感受性豊かな小学生から大人までの皆さんが化学の実験を通じて、驚きや発見を感じ、将来に向かって大きく発展されることを願い、安全で簡単にできる化学実験を行っています。「お子さまに夢を!」。大人気の「こども科学捜査体験講座」では、警察官体帯(装備品)約3~4kgの重量体験やTVと同じ鑑識捜査体験ができます。旭区、都筑区にてTV放映されました。

228	古文書解読
名称	ウスイ タツオ ----- 薄井 達雄
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区・旭区
対象者	一般・高齢者
活動内容	主として江戸時代に書かれた文書を対象として、解読方法や歴史的背景を解説する。
PRまたはプログラム例	一見何が書かれているのかわかりにくい古文書の読み方や意味をわかりやすく、また初心者にも興味を持ってもらえるよう解説します。

229	そろばん
名称	アバカス アバカス
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	集中力や計算力がつき、脳の活性化にもなる「そろばん」を主に小中学生を対象に指導します。
PRまたはプログラム例	そろばんを通して計算の楽しさ、自信に繋がってほしいと思っています。居場所のような所として開放しておりますので、いつでも見学にいらしてください。

230	健康体操
名称	リズムデケンコウタイソウ リズムで健康体操
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	準備運動(身体を目覚めさせる)→全身運動(軽快な音にのせて全身を動かして筋肉を増やす)→ストレッチ(身体を整える)
PRまたはプログラム例	筋肉はいつでも、いくつになっても増やす事ができます。音にのせて一緒に楽しみましょう。

231	サククス四重奏
名称	ボンド サクスフォン カルテット Bond Saxophone Quartet
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内その他(神奈川・静岡など)
対象者	一般・高齢者 小中学生・未就学児
活動内容	ソプラノ・アルト・テナー・バリトンサクスの4本で、場所に適した音楽を提供します。クラシックからポップス、演歌まで、リクエストに応じて楽しいプログラムを提案します!
PRまたはプログラム例	四重奏としては、ドルチェアンサンブルコンクール2022にて3位獲得の実力派です。MCにもこだわっており、お客様に楽しんでいただけるよう、全力で頑張ります!

232	料理
名称	エマキキスシ 絵巻き寿司
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者 小中学生・未就学児
活動内容	絵巻き寿司(どこを切っても同じ絵柄がでてくる巻きずし)の作り方を主に季節に応じたものを中心に指導します。
PRまたはプログラム例	絵巻き寿司は作って楽しく、食べておいしく、食卓に笑顔を届けることができます。絵巻き寿司を巻いて包丁入れて切り口を見た時の嬉しさを、是非みなさんに体験していただければと思います。

233	オペラ・ミュージカル
名称	セyakオンガクキョウカイ 瀬谷区音楽協会
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	一般・高齢者 小中学生・未就学児
活動内容	・オペラ「あまんじゃくとうりこひめ」の披露 ・ミュージカル「サウンド・オブ・ミュージック」ドレミの歌・エーデルワイス等の披露 ・季節や行事に合わせた「ミニコンサート」の実施
PRまたはプログラム例	オーディションで合格したソリスト、ピアニスト、合唱団員約30名が在籍し、オペラやミュージカルの研鑽を積み、瀬谷区内(他)の学校や施設で本格的クラシック音楽を披露します。出前コンサートも可能です。

234	囲碁・将棋
名称	カツベ ノブユキ 勝部 暢之
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	囲碁・将棋共に初段の腕前で、どこにでも出張してお相手させていただきます。
PRまたはプログラム例	ケアプラザで囲碁・将棋のボランティア経験あり。どんな方、どんな場所でも瀬谷区内であれば訪問いたします。初心者OK。

235	茶道
名称	カツベ ノブユキ 勝部 暢之
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	流派(不味流)。日本文化普及の為取り組んでいます。どこでも簡単な道具を持ち、出張して御手前させていただきます。
PRまたはプログラム例	どんな方、どんな場所でも簡単な茶道具、和菓子を持参して、お手前させていただきます。初心者OK。

236	津軽三味線
名称	オヤマ ノリト 小山 憲斗
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・県内外
対象者	一般・高齢者 小中学生・未就学児
活動内容	津軽三味線の演奏と唄の披露。希望によって、よさこいやパーカッションとのコラボや数名による三味線の合奏も可能。
PRまたはプログラム例	場の雰囲気に合わせて皆さんが楽しめて元気になる演奏と唄をお届けします。三味線を始めてみたい方も気軽にご連絡ください。

237	ヨガ・ピラティス
名称	イマムラ アキコ ----- 今村 明子
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・近隣区市
対象者	一般・高齢者
活動内容	・ヨガ(ストレッチ、リラックス、産前産後)*チェアヨガなど ~深い呼吸を行いながら、身体解し、自体重を支える筋力づくり~ ・ピラティス、スロートレーニング(調整系)~身体バランスを整え、筋力、体力を使う~
PRまたはプログラム例	深い呼吸や身体バランスを整えながら、筋力や体力強化を図ります。

238	ストレッチ・セルフケア
名称	イマムラ アキコ ----- 今村 明子
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・近隣区市
対象者	一般・高齢者
活動内容	・ストレッチ~動的、静的組み合わせて、参加者に合わせて行います。疲労回復、バランス調整、ケガの予防~ ・セルフケア~セルフマッサージで血流やリンパの流れを促します。冷え、むくみ、疲労改善~
PRまたはプログラム例	目的に合わせて、程良い運動やセルフケアでストレス発散。血流を促し体温を上げ、ご自身にあった方法で体力をつけ、楽しく笑顔あふれる毎日を過ごしませんか？

239	ベビーマッサージ&ママエクササイズ
名称	イマムラ アキコ ----- 今村 明子
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・近隣区市
対象者	一般・高齢者
活動内容	ベビーマッサージ 産後ママのエクササイズ
PRまたはプログラム例	ベビーやママが心地よく、楽しく毎日の生活を送れるようにマッサージやエクササイズを行います。

240	朗読・歌・ダンス
名称	スバルノカイ ----- スバルの会
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・近隣区
対象者	高齢者
活動内容	朗読・朗読劇・童謡・唱歌・社交ダンスショー
PRまたはプログラム例	デイサービス・ふれあいお茶飲み会・サロン・イベント等で高齢者の方々を楽しませることができる劇「父帰る」菊池寛・詩の朗読・社交ダンスのショー・童謡・唱歌など披露します。敬老会・クリスマス会など行うことができます。

241	落語
名称	コイナンテイマッピラ 恋南亭真っ平
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	一般・高齢者
活動内容	いわゆる「出前落語」 新作・古典全般・高座から実演でお聞かせ します。
PRまたは プログラム 例	「出前落語」～新作・古典全般～ 時間・人数・演目等、ご希望に応じます。

242	ピアノ演奏 他
名称	フカセ ヨウコ 深瀬 洋子
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	県内・近県
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	聴いて楽しめるコンサート（一度は聴いた ことのある歌など）の実施、希望にそつて の演奏・指導。
PRまたは プログラム 例	音楽は音を楽しむ心のレストラン。音楽の 楽にくさ冠をつけたら、薬になるんだよと いていた方がいるように、皆さんの心に 安らぎと脳トレをお届けできると思いま す。コンサートは心から笑えるものばかり を集めています。

243	折り紙
名称	ミンナノオリクル みんなのおりくる
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	季節に応じた簡単なおりがみやペーパークラ フト制作や展示作品のお手伝い。
PRまたは プログラム 例	季節に応じた簡単なおりがみやペーパークラ フト制作や展示作品のお手伝いをします。

244	歴史
名称	カトウ アキヒコ 加藤 明彦
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	横浜市内
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	①横浜近代化の足跡～新田開発・黒船来航・ 鉄道開業の講演。 ②畠山重忠と二俣川の講演。
PRまたは プログラム 例	①横浜近代化の足跡～新田開発・黒船来航・ 鉄道開業の講演。 講演例)「横浜の怪物～高島嘉右衛門」 ②畠山重忠と二俣川の講演。

245	学習
名称	カトウ アキヒコ ----- 加藤 明彦
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	横浜市内
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	①金融リテラシー お金にまつわる講演。 ②特殊詐欺の講演。
PRまたはプログラム例	①金融リテラシー お金にまつわる講演。 講演例)「人生の3大資金～老後のお金を中心に」 ②特殊詐欺の講演。

246	傾聴
名称	ケイチョウグループ「エガオ」 ----- 傾聴グループ「えがお」
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	傾聴ボランティア
PRまたはプログラム例	話し手の気持ちを受け止め、気持ちに寄り添う。 「話す人が80%、聴く人が20%」 気持ちよくお話をさせていただく。

247	外国人住民理解・啓発
名称	ツウヤク・ホンヤクグループ カムオン・シェシェ ----- 通訳・翻訳グループ カムオン・シェシェ
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般
活動内容	外国人住民の現状・困りごとと、外国ルーツの子どもの課題、コミュニケーションツールとしてやさしい日本語など。
PRまたはプログラム例	日本で子育てを経験してきた「先輩外国人ママ」達によるサポートグループです。日本人も外国人も地域で安心して子育てができるよう、活動をしています。 外国人住民の理解啓発講座を行っています。

248	カービング
名称	カービング アンド クラフト クララ ----- カービング&クラフトclara
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	横浜市内
対象者	一般、小中学生
活動内容	【ソーパークービング】 石鹸に専用のナイフを使い、彫刻をし、作品を作ります。 【フルーツカービング】 フルーツ・野菜を飾り切りし、ピクルスを作ったり、お正月・パーティーに使える飾り切りを教えます。
PRまたはプログラム例	カービングで日々の生活を華やかにしませんか。お弁当のおかず、ちょっとしたプレゼントに！！ フルーツ・野菜で季節に合った飾り切り、石鹸の花を作りましょう！！

249	小道芸
名称	ショウドウゲイ ノーブル 南京玉すだれ
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区隣接地域
対象者	一般、高齢者 小中学生
活動内容	【南京玉すだれ】竹と糸との張り合いをもちまして自由自在に操ってご覧にいたします。 【筑波山ガマの油売り】ガマの油の薬を独特の口調で語る。(口上) 【吟詠】漢詩から短歌・俳句を吟じます。 【獅子舞】一人獅子舞を演じます。
PRまたはプログラム例	大衆伝統芸能を広い年代層に「聞いてらっしゃい、見てらっしゃい」と伝えたい。

250	ガラスフュージング
名称	サワ イツロウ 沢 逸郎
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	ベネチアンガラスで作るアクセサリー・ストラップ・ペンダント・ブローチ・帯留などの作成。
PRまたはプログラム例	ガラスフュージングでアクセサリーを作ってみませんか!!

251	七宝焼
名称	サワ イツロウ 沢 逸郎
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	アクセサリーの作成。ペンダント・ブローチ等の作成。
PRまたはプログラム例	ガラス工芸をこの機会にやってみませんか?

252	ガラスエッチング
名称	サワ イツロウ 沢 逸郎
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区
対象者	一般・高齢者 小中学生
活動内容	ガラスコップ・ガラス皿のエッチング、彩色も可。
PRまたはプログラム例	ガラスのコップや皿に、エッチングクリームを塗って、すりガラス状にするもので、サンドブラスターと同じように模様をつけます。

253	ラテン ズンバダンス
名称	<small>コンテンツ</small> ----- contento
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区
対象者	一般
活動内容	子どもさんから大人の方、色々な年代の方がご自分のペースで楽しく踊れるラテンのダンスプログラムです。
PRまたはプログラム例	簡単な振り付けをくり返して踊り、強度をあげたい方は筋トレ効果をプラスしたり、健康維持を目指す方はゆったりとリズムに合わせて踊っています。

254	折り紙
名称	<small>ノムラ ミユキ</small> ----- 野村 美夕紀
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、大和市
対象者	一般、高齢者、小中学生
活動内容	初心者から上級者まで指導できます。
PRまたはプログラム例	折り紙を通して、脳トレや指先のリハビリをかねて楽しく作品作りを行います。

255	民謡
名称	<small>イッパンザイダンホウジン カナガワチクレンゴウカイ</small> ----- 一般財団法人 日本郷土民謡協会 神奈川地区連合会
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、保土ヶ谷区、旭区近隣)
対象者	一般、高齢者、小中学生
活動内容	唄(個人・団体) 楽器：三味線・尺八・太鼓(独奏・合奏)
PRまたはプログラム例	神奈川地区連合会は、神奈川県内在住の会員中心に民謡・民舞を愛する有志で組織されています。民謡の唄・舞踊・楽器(三味線・尺八・太鼓他)の演奏他幅広くやっております。ご依頼の内容・時間に合わせ対応させていただきます。

256	ボイストレーニング
名称	<small>イトウ ユウコ</small> ----- 伊藤 優子
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、その他
対象者	一般、高齢者
活動内容	基礎的な部分(ストレッチ等含む)を大切に、歌唱への理解や能力を高めるトレーニングになるよう心がけております。お気軽にお問い合わせください。
PRまたはプログラム例	経験、年齢を問わず、どなたにも楽しくトレーニングしてもらえ様、取り組んでいます。

257	ギター弾き語り
名称	オオツボ ヒロミツ 大坪 洋三
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、横浜市内
対象者	一般、高齢者、小中学生
活動内容	童謡・ポピュラー・リクエストにお応えします。
PRまたはプログラム例	あらゆるジャンルの音楽で皆様と一緒に楽しい時間を過ごしましょう！ ボイストレーナーとして歌の指導もできます。

258	落語・演芸
名称	カツラウタスケデシノカイ 桂歌助弟子の会 (アマチュア)
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	横浜市内
対象者	一般、高齢者、小中学生、未就学児
活動内容	「桂歌助弟子の会(アマチュア)」は、桂歌助師匠、桂歌若師匠が指導する落語教室に通う生徒を中心としたアマチュア落語グループです。
PRまたはプログラム例	町内会・老人会・老人ホーム・障がい者施設・作業所・デイサービス等での落語の実演をさせて頂ければ幸いです。 落語の他に講談・手品・腹話術・漫才・バルーンアート・唄・昭和のフォークソング・尺八・フラダンスの披露ができるメンバーもおります。

259	歌とギター演奏
名称	チエルシー
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内、近隣区
対象者	一般、高齢者
活動内容	ギター演奏で童謡・ポップス・洋楽を皆さまと共に歌います。
PRまたはプログラム例	童謡、ポップス、洋楽等を弾き語りを行います。 歌詞カードを作り、皆さまと共に歌います。

260	民謡・三味線
名称	ミスズカイ みすず会
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、近隣地域
対象者	一般、高齢者
活動内容	地区センター、地域ケアプラザ、町内会館で民謡・歌謡曲など三味線演奏をしています。また、ボランティアとして活動しています。尺八・太鼓も入ります。
PRまたはプログラム例	地域の町内会館で三味線・尺八・太鼓の演奏で日本民謡・童謡、歌謡曲などを唄います。 地域のケアプラザ・サロン等でボランティア演奏を行っています。

261	パン・うどん・菓子作り
名称	モチダ ノリコ 餅田 倫子
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、近隣区
対象者	一般、高齢者、小中学生
活動内容	対象は小学生～高齢者まで楽しくパンを作ります。 一人で最初から最後まで作ります。
PRまたはプログラム例	老若男女楽しくパンを作りましょう。 全て自分で作るの、お家に帰ってもご自身で作ることができます。 焼きたてのパンの味を是非味わってください。

262	フォルクローレ (アンデス音楽)
名称	モリノカザビト 森の風人
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、戸塚区、保土ヶ谷区、大和市、相模原市
対象者	一般、高齢者、小中学生
活動内容	・音楽祭への定期出演 (4件) ・依頼を受けた演奏会への出演 (随時) ・月1回のグループ練習 アンデスの楽器、ケーナ (笛)、サンポーニャ (笛)、ケナーチヨ (笛) 等とチャランゴ (弦)、ギターを使用し演奏します。
PRまたはプログラム例	アンデス音楽は多種多様で、伝承音楽の重々しいものも有れば、西欧音楽の流れを受けた軽快なものや艶やかなものがあります。竹製の笛もいくつか種類があり音色もさまざまです。自分たちはアンデスの大地を想像させる曲や軽やかな曲、楽しい曲等を取りまぜながら演奏させていただきます。

263	女声合唱
名称	ナカヤシキジョセイコーラス なかやしき女声コーラス
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般
活動内容	先生方に唱歌、ポップス、合唱曲等を楽しみ習っています。 ボイストレーニングも含めてご指導頂いています。
PRまたはプログラム例	今年発足したサークルです。 童謡や唱歌、ポップス、クラシックなどさまざまな曲を声楽家の先生にご指導いただき、楽しく練習しています。

264	アロマセラピー
名称	アロマサロン23 アロマサロン23
連絡先	045-369-7081 (瀬谷区民活動センター)
活動地域	瀬谷区、近隣
対象者	一般
活動内容	アロマセラピー基礎。アロマの使い方等。毎回、季節に合わせたクラフトを作ります。
PRまたはプログラム例	大切なご家族やご友人の為に手軽に始められるセルフケアをお教えします。