

メンバー募集している利用団体

(詳細は受付まで)

2024.9.5現在

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
ヨガ・体操	サタデイピラティス	入会金:なし 会費:2,000円/月	第一・第三土曜 19時~20時	40代~60代 8人	ストレッチ、ピラティス	タオル、飲み物、 (あれば)ヨガマット、 マットを拭く雑巾	ヨガマットは無料貸し出しがあります
	アロマヴィータ	入会金:なし 会費:1,500円/回 (90分)	金曜 10時~	30代~50代 15人	アロマリラックスヨガ	タオル、飲み物、 (あれば)ヨガマット、 マットを拭く雑巾	ヨガマットは貸し出しがあります。初回体験は500円/90分。
	ファンファンピラ	入会金:なし 会費:2,000円/月	火曜 10時~11時 (月二回)	40代~70代 5人	ストレッチ、ピラティス	タオル、飲み物、 (あれば)ヨガマット、 マットを拭く雑巾	ヨガマットは無料貸し出しがあります。
	脳元気塾	入会金:なし 会費:500円程度 (寄付制)	火曜 10時~11時半	年齢不問 15人	ラフターヨガ(笑いヨガ)とシナプソロジー。脳活性化プログラムで誰でも無理なく楽しめるクラスです。座ったままでも、障害があっても大丈夫。もちろん立って元気に動いてもOKです。	飲み物、 動きやすい服装	
	カイロ骨格体操教室	入会金:なし 会費:1,000円/回 (初回は無料)	木曜 10時~11時半	40代~80代	カイロプラクターで健康管理し一般指導員健康管理能力検定一級の講師が、骨格の歪みからくる肩こり、腰痛、頭痛、ひざ痛、不眠、自律神経の乱れなどの不快症状を楽にする体操を指導します。	フェイスタオル、飲料水、動きやすい服装	うっすら汗ばむ程度の運動なので幅広い年齢層の方が参加しています。
	フェルデンクライス	入会金:なし 会費:1,500円/回	主に日曜	年齢不問 4人	仰向け、うつ伏せ等の体勢で自分自身の体と心の動きを観察・探求し、考え方の癖や行動パターンから解放された自由で健康な状態に導きます。ゆっくりで静かな動きが脳を活性化し、身体の使い方が改善されます。	バスタオル(ブランケット等)の敷く物	
	ルーシーダットン愛好会	入会金:なし 会費:1,500円/月	第二・第四火曜 13時~14時	年齢不問 13人	ルーシーダットンとは初心者でもやさしく学べるタイ式ヨガのことです。インド式ヨガとは違い難しいポーズなどはなく、呼吸法に合わせた心地よいストレッチです。誰でも頑張らずに心身をリラックスできます。	ヨガのできる服装、 タオル、飲物	第二・第四火曜の部屋(和室)が取れない場合は、第一または第三火曜に変更する場合があります。

ヨガ・体操

団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
港南台婦人 体操クラブ	入会金:なし 会費:10,000円/6ヶ月 (前期・後期2回徴収)	木曜 午前中	婦人成人 (60~90歳) 約20名	音楽に合わせて、体操一般とストレッチを行います。運動のできる成人女性であれば、どなたでも参加可能です。楽しく体操をしていますので、気軽にご参加ください。	運動しやすい靴、 水、タオル	随時お仲間募集 地区センター、第三小コミュニティを利用しています。
ニコピラティス	入会金:なし 会費:1,000円/回	月二回程度 (曜日は適宜 変更あり)	20代~40代 6人	ピラティス。体全体のバランスを整え、体幹を鍛えることで、体と心の不調を改善します。産後の腰痛、肩こり、尿漏れなどにも効果的です。	動きやすい服装、タオル、飲み物、(あれば)ヨガマット	
健康体操チュー リップ	入会金:なし 会費:1年 13,000円	毎週水曜日 10時30分~12時	50~80代 (33名)	講師によるストレッチを中心に健康体操を行っています(講師3名)	運動靴(室内用)、 動きやすい服装、タオル、セラハンド、 飲み物	冷温器、テルミー線は用意しております
Happy Yoga	入会金:なし 会費:1回 1,700~1,800円	毎週木曜日 10時30分~ 11時45分(変更有)	40~60代	誰にでも出来るやさしいヨガをわかりやすく行っています。 (体の硬い人もご心配なく) 元気になるヨガを目指しています。	ヨガマット、タオル 水分補給の飲み物 (水・お茶など)	
基本のピラティス	入会金:なし 会費:3,000円/月	第二・第四水曜 15時~16時 *変更の可能性あり	40~60代 7人	インナーマッスルを鍛え、しなやかな筋肉を作りあげます。看護師が解剖学に基づいて教えます。	ヨガマット(なければ バスタオル)、水分 補給の飲み物	

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
趣味 (その他)	おとな生け花教室	入会金:なし 会費:2,000円/月	第三日曜 13時~14時半	大学生 ~70代 15人	基礎から応用まで、生け花全般。現代花のほか、古典花も勉強します	花ばさみ、エプロン、花包み	
	こども生け花教室	入会金:なし 会費:2,000円/月	第三日曜 10時~11時半	小学生 ~高校生 15人	基礎から応用まで、生け花全般。	花ばさみ、エプロン、花包み	大学生になると、おとな生け花教室に移行して稽古しています
	きつつき会	入会金:なし 会費:3,000円/年	第三水曜 午前	70代中心 13人	木版画の製作	木版画作成用具	見学はいつでもOKですので、次回予定日(受付で確認可)にいらしてください。
	パッチワーク・ヤマ	入会金:2,000円 会費:3,000円/月	第二・第四水曜 午前	60~70代 8人	パッチワークキルト、 ハワイアンキルトの製作	針道具、布などの材料	
	リメイク・サークル	入会金:なし 会費:1,000円/回	第一・第三月曜 12時~15時	年齢不問	着物をほどいて、ブラウス、スカート、ズボン等に作り替えます。帯はバッグや小物に。	裁縫道具、 着物をほどいた布	
	いしほり会	入会金:なし 会費:1,500円/月	第二土曜 13時~17時	60~70代 6人	篆刻と篆書の学習(初心者から上級者まで)。講師、石塚翠苑(毎日書道展会員)が懇切に指導します	書道用具と印刀など (当初は貸出し可)	港南台地区センター隣のひの特別支援学校も使用(要問合せ)
	峰謡会	入会金:なし 会費:1,000円/月	第一・第三水曜 13:00~15:00	60代~80代 10人	謡曲の稽古	謡本1曲2,500円 (3ヶ月で1冊)	

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
趣味 (その他)	押花同好会	入会金:なし 会費:2,000円/月	日曜	3人	月に一回、作画作りと押花や小物作りをしています。	ハサミ、ピンセット	
	ワイワイ YYパソコン	入会金:なし 会費:約1,000円/回 (利用場所で異なる)	第二・第四木曜 12時～15時 (月二回)	60歳以上 7人	日常生活に密着したインターネット活用や文書作成(ワード、エクセル)を主な内容として活動しています。最近のスマホの話題も取り込み、これからのシニア生活をより豊かにすることを目指しています	自分のノートPC (Windows)、 もしあればスマホ、 タブレットも持参可	
	くらしのパソコン	入会金:なし 会費:800～1,000円/回 (利用場所で異なる)	第二・第四土曜 15時～18時 (月二回)	60歳以上 6人	日常生活に密着したインターネット活用や文書作成(ワード、エクセル)を主な内容として活動しています。最近のスマホの話題も取り込み、これからのシニア生活をより豊かにすることを目指しています	自分のノートPC (Windows)、 もしあればスマホ、 タブレットも持参可	
	着つけサークル よそおい	入会金:なし 会費:1,500円/回	金曜 9:40～11:40 (月二回)	女性(成人) 10～15人	着物の基礎的な知識と着装技術を学びます。普段着から留袖まで道具を使わず幅広くお稽古します。	帯、長着、長襦袢、 肌着、裾よけ、足袋、腰紐、伊達締、 帯枕、帯板、帯揚げ、帯締	
	ビリーブ	入会金:なし 会費:100円/月	月一回	60代～80代 9人	音楽を流し、歌詞に合わせて手話で表現するダンスを練習します。福祉施設等で披露することもあります。	サークル内の一名 が交替でCDプレーヤーを持参すること になっています	
	港南台PCサークル	入会金:なし 会費:800～1,000円/回 (利用場所で異なる)	第二・第四木曜 15時～18時 (月二回)	60歳以上 7人	日常生活に密着したインターネット活用や文書作成(ワード、エクセル)を主な内容として活動しています。最近のスマホの話題も取り込み、これからのシニア生活をより豊かにすることを目指しています	自分のノートPC (Windows)、 もしあればスマホ、 タブレットも持参可	
	エンジョイ・ パッチワーク	入会金:なし 会費:1,500円/月	第一・第三木曜 12時～18時 (変更あり)	10人前後	ハワイアンキルト、アメリカンキルトなどでバッグやポーチを作ります。	裁縫道具	

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
趣味 (その他)	ハッピー アロマ ライフ happy aroma life	入会金:なし 会費:500~1,000円/回 (内容による)	月一回月曜午前	20歳以上 10人	アロマをツールにして、心と身体を自分自身でケアすることを学ぶためのサークルです。	筆記用具	
	ツマミザイク キョウシツ つまみ細工 教室	入会金:なし 会費:2,500円 (材料費込み)	第二金曜午前	-	つまみ細工と水引で、アクセサリやインテリア雑貨を作ります。	手を拭くタオル、 はさみ	
	クイリングすみれ	入会金:なし 会費:2,500円/回	第三金曜日 9:30~11:30 または 12:30~14:30	10名迄	細い髪をくるくる巻いて、楽しい作品を制作するペーパークイリング。それぞれのペースで楽しんでいただけます。月1回参加型レッスンですが、体験講座や受講経験であれば単発の参加でもOKです。	初回 持ち物なし	2020年度自主事業からの立ち上がりサークル
	チューリップ・ベル	入会金:なし 会費:3,500円/回 (材料費込み)	第四土曜日 (変更もあり)	40~60代 5人	フラワーアレンジメントサークル。季節に応じた生花で、簡単なアレンジメントを作成します。メンバーの希望を募り、プリザーブドフラワーでのアレンジ、リース、スワッグ作りも体験していただけます。	花ばさみ、ゴミ袋、持ち帰り用袋	
	ヨコハマ 横浜ポラリス	入会金:なし 会費:200円/回 (主に会場費)	定例会第2火曜日 13時~15時 *ブックカフェ巡り等は 希望日相談	幅広い世代で 3~7名程度で 発足予定	印象に残っている本や、これから読みたい本等を話題に、本好きな方が集う場です。共通テーマを設定して関連作品を読む事や地域のブックカフェめぐりなどをします。	話題にしたい本の 情報(作品名・著者 名)、飲み物(ペット ボトル、水筒)	作品中の言葉や場面から、心の道標となる北極星(ポラリス)が見つかる一助になればと言う読書コミュニティです。
音楽・ 楽器演奏	ツキ ウサギ 月 兎	入会金:なし 会費:4,000円/二回	日曜 15時~17時	小学生 ~70代	超初心者向けの津軽三味線、 民謡三味線	水筒、A4用紙が入る 手提げ袋	三味線は無料レンタルできます
	アンダンテ andante	入会金:なし 会費:1,000円~3,000円 (人数による)	未定	未定	フルーツ・アンサンブル。初心者から上級者まで、気軽にアンサンブルを楽しみましょう。	フルーツ	新規の募集です。3名以上で開始予定。

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
音楽・楽器演奏	トウキョウ エス エス TOKYO.S.S	入会金:なし 会費:12,500円/三か月 (レッスン6回)	第一・第三金曜 18:45~20:45	小学生以上 15人	ゴスペルの練習。 コンサート 2~3回/年	なし	クリスチャンでなくてもOK。本 気で歌ってみたい方、練習が 大好きな方募集。初心者大歓 迎。
	陶康会 (表千家)	入会金:なし 会費:なし	第一金曜 15時~21時	9人	表千家茶道	(お問い合わせ ください)	
茶道・煎茶道	たちばな会 (表千家)	入会金:なし 会費:3,000円/月	第一・三金曜 9時~12時	年齢不問	表千家茶道	ふくさ、懐紙、扇子	楽しいお教室で静かなひとと きをご一緒にいかがですか
書道	毛筆ペン字 サークル	入会金:なし 会費:1,000円/回	木曜 12時~15時	30代~80代	文化書道学会、文化ペン字学会の手本を基 に基本から学びます。漢字、仮名、趣味の 書、写経など希望の書を学べます。検定を受 験して、師範免状を取得することも可能で す。	事前に体験見学を していただき、その 際に持ち物の説明 をします	各自の都合に合わせ、出欠 は自由です。気楽に気長に気 ままに…楽しいサークルで す。
	金鶏書法会	入会金:2,000円 会費:300円/回	不定期	年齢不問	毛筆書道(仮名、漢字、現代書)の練習と作 品制作	習字道具	

囲碁

団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
囲碁研究会 コスモス	入会金:なし 会費:3,000円/年	主に土曜 12時~18時	5人	囲碁を趣味としてテーマ研究、対局等を行なう。月一回程度で活動、テーマの資料を毎回持ち寄ります。	なし	スポット的な参加も可能。一枰につき200円で参加できます。
囲碁自由対局 クラブ	入会金:なし 会費:1,000円/月(対局のみ) 2,000円/月(講義受講) (3ヶ月単位で9回)	土曜午後	小学生、中学生、一般成人(男女)、シニア 約15名	1. 金曜開催の「囲碁の基本を学ぶ会」で囲碁を学ぶ人達を中心に、囲碁対局を楽しむ会 2. 子供、初心者対象の指導会も開催	なし	
囲碁の基本を 学ぶ会	入会金:なし 会費:2,000円/月 (3ヶ月単位で9回)	金曜日午前	60~80代の男女シニア 約10名 囲碁を初めて学ぶ人~初段程度	・講師による囲碁を楽しむ基本の講義 ・生徒間による棋譜取り対局及び対局内容に対するコメント指導受け	なし	
木曜囲碁会	入会金:1,000円 会費:1,000円/月	木曜 15時~18時	60代~80代 37人	毎週木曜15時~18時(対局二回) 大会は年二回、12時~18時。	なし	
金曜囲碁同好会	入会金:1,000円 会費:2,000円/半年	金曜 15時~18時	50代~80代 23人	三時間フルに会員同士の囲碁対局。段級位の格付けよりも会員同士の親睦重視「気軽に楽しい交流」が会のルール。対局組み合わせは居合わせたメンバーが互いに相談して決定します。	なし	女性も歓迎。 出欠の事前届け出は不要、 欠席・遅刻・早退も自由です。

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
麻雀	ソラ 宙の会	入会金:なし 会費:1,100円/月	第二・第四金曜 13時~17時	60代~70代 16人(女性) 女性限定	健康麻雀	なし	まったくの初心者にはハード です
	星の会	入会金:なし 会費:1,500円/月	第二・第四金曜 10時~13時	60代~70代 11人(女性) 女性限定	賭けない健康麻雀です。 ルールやマナーを守りながら、脳トレに最適 な麻雀を楽しみましょう。	なし	まったくの初心者にはハード です
教養	港南台 みどり句会	入会金:なし 会費:6,000円/年	第二火曜 12時~15時	10人	俳句会	お茶	
	湘南英米文学の会	入会金:1,000円 会費:3,350円/月 (含諸経費)	第一、第三 水曜日 15時~18時	60~80代 12人	[I]Minerva(英文学入門・英名詞選) [II]Aurora(アメリカの歴史と文学) [III]Iris (シェイクスピア原典テンペスト)	筆記用具	

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
料理	キコの台所	入会金:なし 会費:3,500円/回	不定期	30代~60代 各回5~6人	パンや粉を使った料理、お菓子を作ります	エプロン、手ふき、 台拭きなど	
	懐石の会	入会金:なし 会費:3,500円前後/回 (材料費による)	第一水曜 (変更あり)	40代~70代	伝統の料理を家庭でも作れるように指導いたします	エプロン、三角巾、 筆記用具、 ふきん二枚	
	Cooking Ume	入会金:なし 会費:(要問合せ)	土曜・日曜 午前中	8人まで	東京会館のフレンチシェフでクッキングスクール講師もされている方をお招きして開催。冷蔵庫の中にあるいつもの食材をホテルの味にするコツを教わります。本物にこだわる方向き。	エプロン、 筆記用具	ひとりで料理ができる高校生以上が対象。 不定期開催です。
	Cooking Angels (中学生~)	入会金:500円 会費:3,500円/月 *CookingAngelsの 経験者は入会金不要	土曜・日曜 午前または午後	8人まで	家庭料理の基本とコツを教えます。料理をするうえで必要な、食材の見分け方、旬の食材とは、塩の使い方、砂糖の違いなども、折に触れ説明します。	胸あてエプロン、三 角巾、ハンドタオル	中学生以上が対象。 大人也大歓迎です。
	Cooking Angels (親子)	入会金:500円 会費:3,500円/月	土曜・日祝 午前中	4人/回 (少人数制)	子供が主役の料理教室です。 旬の食材を使い、日本や海外の行事食を由来とともに学びます。子供が全て一人で作るスタイルです。インスタントを使うことはほぼなく、子供の自立心を育てます	胸あてエプロン、三 角巾、ハンドタオル ※親子とも	三歳以上が対象。 アレルギー、兄弟参加など、 ご相談ください。
	アジサイク ラブ 味菜倶楽部	入会金:なし 会費:1,500円/月	第四土曜 9時~13時	平均60代 8人	レシピを元に三種類ほどの料理を指導作成します。現在は先生が病気のため、料理研究会の形で行っています。	バンダナ、タオル、 エプロン	
	Men's Cooking In 港南台	入会金:なし 会費:2,500円/月 *3ヶ月分前納、欠席時の 返金なし(レシピはお渡し)	第三火曜 10時~13時	60歳~ 6人	男性対象の料理教室 料理初心者でもおいしい家庭料理が作れる様になります。	胸あてエプロン、三 角巾、ハンドタオル	

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
文化活動その他	年金者組合 桃の会	入会金:なし 会費:200円/月	月一回	60代~80代	懐かしい映画を観て、おしゃべりを楽しんでいます	なし	
	神奈川土建 日野分会	入会金:1,000円 会費:5,300円/月	16日夜間 21日夜間		建築事務組合	なし	
卓球	チーム 「はぎわら」	入会金:なし 会費:500円/月	毎週水曜 12時~15時	平均70歳 10人	卓球	ラケット、ボール、 上履き	
	洋一クラブ	入会金:なし 会費:3,000円/年	日曜	70代 6人	卓球	ラケット、ボール、 上履き	
	ひばり卓球クラブ	入会金:なし 会費:3,000円/年	土・日・祝 午後12時~3時半ぐ らい * 予約抽選の結果 により	9人 (高齢者)	卓球(シングル、ダブルス) * 港南台第二小学校 体育館を借りて自主 卓球クラブ運営、地区センターも抽選結果に より利用	服装:運動できるも ので自由 上履き	

	団体名	入会金・会費	主な活動時間 サイクル	年齢構成 人数	活動内容	持参するもの	備考
バドミントン	ピッコロ	入会金:なし 会費:3,000円/年 +1,000円/月	水曜・金曜	30代~60代 16人	バドミントン。 子育て・仕事・介護をしながら汗を流してストレス発散しています	ラケット、シューズ	港南台・豊田・上郷・舞岡の各地区センターで練習しています。
	港南オリーブ	入会金:1,000円 会費:2,500円/月	月曜 (午前か午後)	40代~80代 15人	バドミントン基礎練習、パターン練習。練習試合。 神奈川県や横浜市のレディースバドミントンの試合に出場します。	ラケット、シューズ	毎週コーチに教えていただいています。 初心者は不可。
その他運動	光南合気会	入会金:3,000円 会費:4,000円/月	水曜 18時~21時	6人	合気道	道着	初心者もOKです。
	ジキョウジュツ 自彊術	入会金:なし 会費:3,000円/年 +900円/回	月曜 10時~11時半	年齢性別不問 10人	日本最初の健康体操。 体に眠る「治る力」を引き出し、病気不快症状が退散！体に合わせて行うので、年齢に関係なくどんな方でもできます。	なし	2回コース:1,800円 4回コース:3,500円
	港南台太極拳 同好会	入会金:1,000円 会費:3,000円/月	土曜 18時~	高齢者多い 10人	太極拳の練習	運動できる服装および履物、飲料水	