

とつかボランティアセンター

かわら版

～ボランティア団体紹介～



戸介(トースケ)くん

戸花(トーカ)ちゃん

発行日：2026 年3月

発行元：社会福祉法人 横浜市戸塚区社会福祉協議会
とつかボランティアセンター

「とつかボランティアセンター かわら版」

を作成するにあたって

平成 30 年度から毎年発行している「かわら版」を、とつかボランティアセンター登録団体・戸塚区社会福祉協議会ボランティア分科会会員にご協力いただき、一部内容をリニューアルし、発行いたしました。

「これからボランティア活動をしてみたい」「活動の幅を広げたい」と考えている方、また、「こんなお手伝いをしてくれる人がいたら…」とボランティアの依頼を検討している方など、多くの方に戸塚区内のボランティア活動を知っていただき、ボランティア活動がより発展するためにご活用いただければ幸いです。

社会福祉法人 横浜市戸塚区社会福祉協議会

とつかボランティアセンター

【掲載内容の見方】

No.	団体名	←団体の名前が記入されています。	写真 ↑ 団体の活動の様子が分かる 写真の掲載があります。 ホームページがある団体は その情報も掲載しています。
	活動日時	←活動している日時が記入されています。	
	活動場所	←主に活動している場所が記入されています。	
	新規メンバー 募集	←新規ボランティアメンバーの募集状況が分かります。	
	活動内容	←各団体の活動の内容が記入されています。	

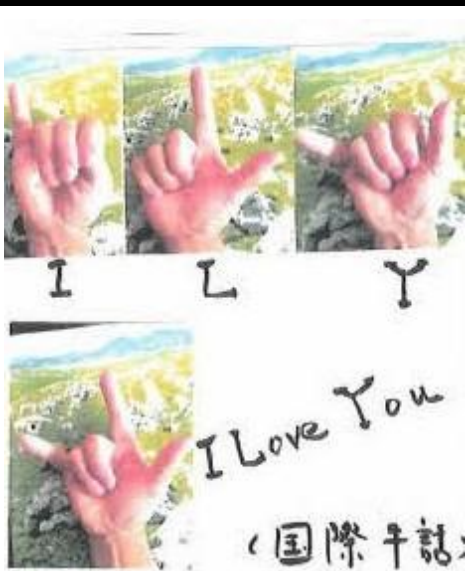
掲載団体一覧

NO	活動分野	団体名	ページ	NO	活動分野	団体名	ページ
1	生活支援活動	東戸塚地域ケアプラザ おじさんボランティア 助っ人隊	1 頁	20	音楽 (民謡)	横浜鷗舟会	7 頁
2	生活支援活動	リリーフ戸塚	1 頁	21	音楽 (民謡)	雲雀の唄の集い	7 頁
3	生活支援活動	まちの助けあい こびとサポート	1 頁	22	音楽	ケ・ベラ・コーザ	8 頁
4	福祉系技術	手話サークル 輪の会	2 頁	23	音楽	Y-ONE	8 頁
5	福祉系技術	手話サークル まめの会	2 頁	24	音楽	La Confiance	8 頁
6	福祉系技術	音声訳グループ 「戸塚朗読会」	2 頁	25	音楽	と・び・ら	9 頁
7	傾聴	傾聴ボランティア『虹』	3 頁	26	音楽	コール・モモ	9 頁
8	傾聴	傾聴まほろば	3 頁	27	音楽	東戸塚うたう会	9 頁
9	まちづくり	戸塚見知楽会	3 頁	28	音楽	尺八 遊吹く会	10 頁
10	まちづくり	戸塚ネットワーク	4 頁	29	音楽	コーラス 花みずき	10 頁
11	まちづくり	特定非営利活動法人 ぷらっと	4 頁	30	その他 (フラダンス)	Junko Hula Circle	10 頁
12	環境	戸塚桜セーバー	4 頁	31	その他 (手話ダンス)	みんなの手話ダンス フラワー東戸塚	11 頁
13	国際	NPO法人 留学生と語り合う 会 (RKK)	5 頁	32	その他 (銭太鼓・ 民謡等)	ボランティア やまゆり一座	11 頁
14	子育て支援	戸塚区保育協力者グループ 「きらきらの会」	5 頁	33	その他 (けん玉)	けん玉倶楽部 球翔	11 頁
15	子育て支援	森の絵本ひろば	5 頁	34	その他 (腹話術)	とつかコラボ倶楽部 きずな腹話術	12 頁
16	学習支援	戸塚無料塾	6 頁	35	その他 (食支援)	NPO 法人 フードバンク浜っ子南	12 頁
17	配食	東戸塚地区配食サービスの会 「にこにこネットワーク」	6 頁	36	その他 (体操)	はまちゃん体操 ひろめ隊	12 頁
18	サロン活動	サロン絆	6 頁	37	その他 (折り紙)	「子どもに夢を」	13 頁
19	音楽	しぐれ会	7 頁				

生活 支 援 活 動	No. 1	団体名	東戸塚地域ケアプラザ おじさんボランティア助っ人隊	
		活動日時	活動随時（メンバーの都合による） メンバー定例会：第3土曜日 9:30～11:30	
		活動場所	秋葉町/上品濃町/川上町/品濃町/前田町	
		新規メンバー 募集	あり	
		活動内容	高齢者世帯、障がい者世帯およびこれに準じる方の「ちょっとしたお困りごとのお手伝い」（例：換気扇清掃、電球の交換、家具の移動、エアコン掃除、粗大ごみ搬出、地震対策など）	

生活 支 援 活 動	No. 2	団体名	リリーフ戸塚	
		活動日時	全日	
		活動場所	戸塚区内依頼者宅	
		新規メンバー 募集	あり	
		活動内容	庭の手入れ（剪定、草取り）、障子・網戸の張替、寝具の移動、電球交換など	

生活 支 援 活 動	No. 3	団体名	まちの助けあい こびとサポート	  
		活動日時	定例会は毎月第2土曜日 13～15時 訪問活動は依頼に合わせて随時	
		活動場所	定例会は深谷俣野地域ケアプラザ 訪問活動は深谷町・俣野町および周辺エリア	
		新規メンバー 募集	あり	
		活動内容	だれもが気軽に助け、助けられる社会を目指して、対象者を限定しない訪問傾聴＆暮らしのお手伝い。中学生～シニアまで、幅広いメンバーが在籍。公式 LINE からお気軽にご連絡を♪	

福祉系技術	No. 4	団体名	手話サークル 輪の会	
		活動日時	毎週火曜日 13:30~15:30	
		活動場所	フレンズ戸塚	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	1.手話の学習 2.会員相互および地域聴覚障害者との交流 3.戸塚区聴覚障害者協会及び関係機関との協力 4.その他、本会の目的に合った活動	

福祉系技術	No. 5	団体名	手話サークル まめの会	
		活動日時	毎週火曜日 午前 10 時~12 時	
		活動場所	フレンズ戸塚、戸塚地区センター 戸塚区役所	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	手話を学び、聴覚障害者との交流を通してお互いに理解を深めることを目的として活動しています。グループ別の学習や全体交流会、外部講師による勉強会、クリスマス会や新年会などの楽しい行事もあります。(見学は3回までOK)	

福祉系技術	No. 6	団体名	音声訳グループ「戸塚朗読会」	
		活動日時	定例会・勉強会 各月1回、音訳 随時	
		活動場所	フレンズ戸塚、各会員自宅	
		新規メンバー募集	あり※	
		活動内容	※音声訳入門講座修了者歓迎 視覚障害者等の必要とする活字情報(書籍・雑誌等)をパソコンで録音し、CDを作成して届けます。 技術向上のための研修や視覚障害者等との交流もしています。	

傾 聴	No. 7	団体名	傾聴ボランティア『虹』	活動の様子 
		活動日時	活動日：月曜～金曜日 10時～15時 活動時間：1時間程度	
		活動場所	原宿ケアプラザ（定例会） 戸塚区大正地区の施設/利用者宅	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	地域のみなさまが安らぎと生きがいのある生活をお過ごし頂けるよう、傾聴活動を行うことを目的とする。 現在、在宅訪問、施設訪問で活動しています。	

傾 聴	No. 8	団体名	傾聴まほろば	
		活動日時	傾聴活動：平均月2回。 定例会：第2水曜日午前中	
		活動場所	傾聴活動：ご高齢者施設、ご自宅 定例会：フレンズ戸塚	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	施設やご自宅で暮らすご高齢者のお話しに耳を傾けるボランティアです。傾聴を大切に、安心して居心地の良い時間を過ごしていただくことを目指して活躍をしています。	

ま ち づ く り	No. 9	団体名	戸塚見知楽会	
		活動日時	年間を通じ常時・都度	
		活動場所	区内全域・交流広場とつか他	
		新規メンバー募集	あり※	
		活動内容	戸塚の歴史・史跡を自ら見て・知って・楽しんで・市民に伝えるボランティア団体 歴史探訪、歴史講演会、歴史よもやま話、子ども歴史教室、宿場まつり、七福神など ※会員は当会主催の講座受講が条件	

まちづくり	No. 10	団体名	戸塚ネットワーク	
		活動日時	第 4 木曜日	
		活動場所	戸塚区内他	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	「とつかわいらい宿」「バリアフリー検証」「居場所研究」など、いつまでも住みたい戸塚のまちづくりを願い活動しています。	

まちづくり	No. 11	団体名	特定非営利活動法人ぷらっと	
		活動日時	開所：週 2 日程度 主に平日午後 イベント：月 2～3 日程度カフェバードなど主に土曜日 大イベント：スポーツフェス・ぷらっとフェス	
		活動場所	戸塚区矢部町 1996 谷矢部池公園内	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	地域交流の場づくりや放課後の子どもの見守りのため、週に 2 日ほど開所しています。公園にお散歩がてら、気軽におしゃべりに寄ってくださるだけでも大歓迎！また公園の自然を活かしたものづくりや体験型イベントの準備などをお手伝いして下さる方も募集中。ぜひ一緒に楽しみましょう♪	

環境	No. 12	団体名	戸塚桜セーバー	
		活動日時	第 2、3、4 土曜日	
		活動場所	柏尾川プロムナード他	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	柏尾川の桜保全	

国際	No. 13	団体名	NPO 法人 留学生と語り合う会 (RKK)	
		活動日時	不定（団体としての行事、催しを除いて）	
		活動場所	県民センター、フレンズ戸塚、地区ボランティアセンター、横浜国大 IR 他	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	大学、大学院などの留学生を対象とした日本語支援、社会見学会、平塚七夕まつり、箏演奏などを通じ広く日本の社会・文化・歴史を学ぶ機会を設けています。文化祭。	

子育て支援	No. 14	団体名	戸塚区保育協力者グループ「きらきらの会」	
		活動日時	随時/定例会は月 1 回	
		活動場所	区役所、地域ケアプラザ、地区センター等 定例会はフレンズ戸塚	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	・きらきら親子ひろば開催（月 1 回上倉田地域ケアプラザ） ・区役所乳幼児検診のお手伝い ・親子サークル団体のお手伝い ・講演会や研修時の保育	

子育て支援	No. 15	団体名	森の絵本ひろば	
		活動日時	定例会…毎月第 1 水曜日 おはなし会…月 1～2 回	
		活動場所	定例会…フレンズ戸塚 おはなし会…戸塚図書館、保育園、学童、地区センター	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	定例会でおはなし会のプログラムを検討し、各おはなし会に楽しい絵本や紙芝居を提供しています。	

学 習 支 援	No. 16	団体名	戸塚無料塾	
		活動日時	毎週月曜日 (月曜日が休日の場合は火曜日)	
		活動場所	フレンズ戸塚	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	小学生、中学生の学習支援をしています。年齢、経験不問。勉強がわかる楽しさを子どもたちと一緒に見つけましょう。大学生歓迎です。	

配 食	No. 17	団体名	東戸塚地区配食サービスの会 「にこにこネットワーク」	
		活動日時	月・火・木・金 11:30~12:00、16:30~17:00	
		活動場所	東戸塚駅周辺(徒歩圏)	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	高齢・産前産後・病気療養中など、食事作りが困難な方にお弁当をお届けしています。都合のつく曜日・時間に、お近くの利用者さんへの配達に参加しませんか。	

長い間、配達で活躍してきたメンバーに今はお弁当を届けています

サ ロ ン 活 動	No. 18	団体名	サロン絆	 
		活動日時	麻雀：第1、3金曜(13:00~16:00) カラオケ：第2火曜(13:00~16:00) 料理：第3月曜(10:00~12:30)	
		活動場所	東明倶楽部、葛の湯	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	マージャン(参加者12~17人)×2回、カラオケ(参加者12人)、料理教室(参加者12人)	

音 楽	No. 19	団体名	しぐれ会	
		活動日時	月 10 数か所の訪問 14:00～15:00	
		活動場所	施設、各種イベント	
		新規メンバー 募集	あり	
		活動内容	カラオケ（民謡・童謡）、舞踊、ピアノ、篠笛、 絵画、盆踊りや群舞。 各種イベントに訪問承ります。	

音 楽 ・ 民 謡	No. 20	団体名	横浜鵜舟会	
		活動日時	13時からと18時から	
		活動場所	東戸塚地区センター、フレンズ戸塚 各施設など	
		新規メンバー 募集	あり	
		活動内容	民謡を稽古して、老人施設などでボランティ アをしています。	

音 楽 ・ 民 謡	No. 21	団体名	ひばり 雲雀の唄の集い	
		活動日時	応相談	
		活動場所	高齢者施設等	
		新規メンバー 募集	なし	
		活動内容	カラオケ、民謡、二胡、篠笛、フラダンスなど を高齢者施設で披露し、皆さん一緒に楽しい 時間を過ごしてもらいたいです。	

音 楽	No. 22	団体名	ケ・ベラ・コーザ	
		活動日時	火曜日 午後	
		活動場所	どこでも、行かれる限り、行きたい	
		新規メンバー 募集	なし	
		活動内容	聴いてくださる方々によって選曲して、7人（伴奏者1人）で歌っています。途中皆さんと体操をしたり、必要であれば私達が歌った後お客さんと一緒に楽しく歌うようにしています。大人、子ども、どんな方でも歌で皆さんを笑顔にしたいと思いながら歌っています。	

音 楽	No. 23	団体名	Y-ONE	
		活動日時	日曜日	
		活動場所	おもに戸塚 他の地域相談致します	
		新規メンバー 募集	あり	
		活動内容	介護施設に音楽活動をしています。	

音 楽	No. 24	団体名	La Confiance	 
		活動日時	平日、日祭日、日中メイン	
		活動場所	高齢者施設等	
		新規メンバー 募集	なし	
		活動内容	懐かしい昭和の童謡、唱歌、流行歌、歌謡曲をギターの演奏にのせて、皆さんと一緒に歌って癒しのひと時をすごせるように曲のイメージを壊さずにアレンジしてお届けします。	

音 楽	No. 25	団体名	と・び・ら	
		活動日時	不定期（依頼があった時）	
		活動場所	小学校、高齢者施設、図書館など	
		新規メンバー募集	なし	
		活動内容	朗読、打楽器、ピアノの3人で、地区センターや小学校などで活動しています。小学校では、学年に合わせたパフォーマンスを授業時間内に行っています。昔話や詩と打楽器を組み合わせたり、お話に合わせて曲をえらんどりと、楽しい活動です。港南図書館出大人向けに、夜のお話コンサートも行いました。	

音 楽	No. 26	団体名	コール・モモ	
		活動日時	毎週水曜日午前	
		活動場所	戸塚公会堂、戸塚区役所多目的スペース他	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	結成 30 年の女声合唱団です。作曲家福永百子先生と声楽家鈴木亜子先生のご指導のもと、幅広い楽曲に挑戦しています。是非一緒に楽しく歌いましょう。 https://chormomo-info.1web.jp/#contents	

音 楽	No. 27	団体名	東戸塚うたう会	
		活動日時	随時 練習会：（原則）毎月第 1 土曜、第 3 日用	
		活動場所	高齢者施設、障がい者施設など	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	誰もが歌えるような童謡・唱歌・懐メロなどを歌っているコーラスグループです。地域の皆さんとのふれあいをモットーとしています。	

音 楽	No. 28	団体名	尺八 遊吹く会	 
		活動日時	①第1・第3・第5日曜日 9:00~11:40 ②第2・第4木曜日 13:30~16:00	
		活動場所	①舞岡地区センターグループ室 ②名瀬中コミュニティハウス 研修室2	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	戸塚区や地域ケアプラザのイベントの他、地区センターやコミュニティハウスの文化祭、高齢者施設・幼稚園など様々な場所で、ポピュラーな曲を尺八の音色で届けています。	

音 楽	No. 29	団体名	コーラス 花みずき	 
		活動日時	定例会 毎月第2・第4木曜日 午後1時から3時	
		活動場所	フレンズ戸塚など戸塚駅近辺	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	高齢者中心の混声コーラスです。なかなか覚えられないね、と言いながら季節の歌や、歌いたい歌を相談しながら楽しく練習しています。どうぞお気軽にご参加ください。	

そ の 他 ・ フ ラ ダ ン ス	No. 30	団体名	Junko Hula Circle (ジュンコ フラ サークル)	 
		活動日時	練習/月2回 月曜 10:30~11:30 別途相談可	
		活動場所	戸塚区ケアプラザ・泉区つぼみの広場など	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	メンバー全員が障害児者の母や支援者です。私たちの子どもは色々な方々の手をお借りすることが多く、感謝の気持ちをお伝えしたく、恩送りとしてフラダンスでボランティア活動しております。 大切にしていることは、フラで「自分も人も幸せに」 詳しくはHPを ジュンコフラサークル検索 (https://junkofula.jimdofree.com) 	

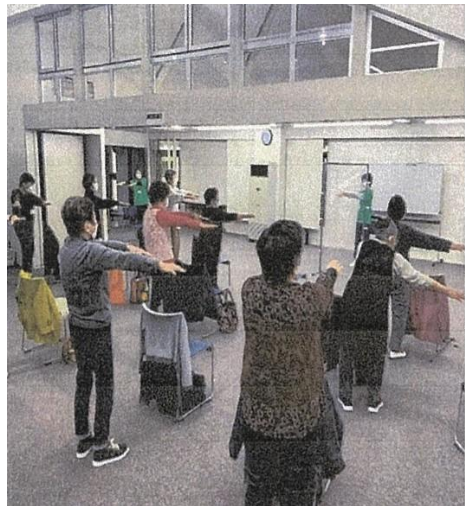
その他・手話ダンス	No. 31	団体名	みんなの手話ダンス フラワー東戸塚	
		活動日時	月2回（活動場所によります）	
		活動場所	戸塚区、泉区、栄区などの公的施設	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	歌詞を手話で、リズムをステップで表わし、歌の世界を表現します。 手話を覚え、友達作り、ボランティア活動につなげます。 連絡先；代表 中村美恵子（08054376430）	

その他・銭太鼓・民謡等	No. 32	団体名	ボランティアやまゆり一座	
		活動日時	不定期	
		活動場所	横浜市内	
		新規メンバー募集	なし	
		活動内容	銭太鼓、民舞、トーク	

その他・けん玉	No. 33	団体名	けん玉倶楽部 球翔	 
		活動日時	月3回（①第1日曜、②第2火曜、③第4土曜） 出前けん玉教室：応相談	
		活動場所	①とつか区民活動センター、②大正地区センター、③港南区民活動支援センター	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	けん玉を通して地域交流と、子どもからお年寄りまで楽しんでもらえるように、定期的に教室又は出前けん玉教室を開き、けん玉を生涯スポーツとして楽しんでもらえるよう活動をしています。	

その他・腹話術	No. 34	団体名	とつかコラボ倶楽部 きずな腹話術	
		活動日時	(練習) 月1~2回	
		活動場所	(練習場所) フレンズ戸塚	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	腹話術は誰もが知っているけれど誰もやらない芸とされています。そんなことはありません！基本さえ学べば一人でどこでも演じられて、地域にすぐにでも貢献できて喜んでいただけます。 対象は1歳~100歳までが見る幅広い芸です。この腹話術と一緒にやりませんか!!	

その他・食支援	No. 35	団体名	NPO 法人フードバンク浜っ子南	
		活動日時	毎週日・毎月第3土曜(11:00~16:00) 毎週水曜(13:00~15:00) 毎週木曜(10:00~12:00)	
		活動場所	戸塚区:上倉田地域ケアプラザ、こまちカフェ 港南区、磯子区、南区、栄区内	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	食品ロスになりそうな食品を寄付いただき、食の支援が必要な方にお届けするフードバンクの活動をしています。当団体は、主にひとり親家庭への食品提供支援、地域のこども食堂や児童福祉施設への食品提供協力をしています。食をわかちあい助けあいささえあえる社会をめざしています。	

その他・体操	No. 36	団体名	はまちゃん体操ひろめ隊	
		活動日時	随時 毎月第1木曜定例会	
		活動場所	町内会館、ケアプラザ、自治会館、コミュニティハウス、公園、イベント会場	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	「今日の笑顔と明日への元気」をモットーに会場や各施設に出向き、はまちゃん体操を中心に、ハマトレ、ゲーム、歌など参加者の様子に合わせて行っています。	

そ の 他 ・ 折 り 紙	No. 37	団体名	「子どもに夢を」	
		活動日時	教室；（原則）毎月第2土曜日	
		活動場所	教室；フレンズ戸塚	
		新規メンバー募集	あり	
		活動内容	親子で楽しむ折り紙教室を開催します。その他出張教室も相談に応じます。	

活動をしたい方は・・・

相談

ご来所の際は、事前にご連絡いただきますと、お待ちしております。ご案内できます。

登録・見学

活動を希望される場合は、登録の上、事前に見学に行きます。

活動

日程を調整して、活動開始です！

振り返り

活動を振り返って疑問や不安に思ったことは、遠慮なくご相談ください。

Point

活動が合わないと感じた時は、断ることもできます

依頼したい方は・・・

依頼

【個人】お電話・ご来所で受け付けます。
【施設・団体】初めて依頼の場合はご来所で受け付けます。

顔合わせ・見学

活動を希望されるボランティアの方との顔合わせ・見学に対応してもらいます。

活動

日程を調整して、活動が開始されますので、当日のサポートをお願いします。

報告

活動が無事終わったかどうか報告をしてください。

掲載事項に関するお問い合わせ、ご質問は・・・

社会福祉法人 横浜市戸塚区社会福祉協議会

とつかボランティアセンター

〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町167-25

戸塚区福祉保健活動拠点フレンズ戸塚1F

電話 866-8483

FAX 862-5890

メール：volunteer@totsukashakyo.com

相談窓口開館時間：月～土 9:00～17:00

