

中原区市民活動紹介冊子

2026年版

なかはらっばの 仲間たち

「好き」ではじまる、
「楽しい」がつながる。



はじめに

「なかはらっぱの仲間たち」2026年版を手にとっただき、ありがとうございます。
中原区民交流センター「なかはらっぱ」は、中原区における市民活動や地域コミュニティの活性化を促進するために、地域でさまざまな活動をする人々の支援と交流を行う活動拠点として、2008年3月に中原区役所5階に設置されました。

登録団体は、町内会・自治会、趣味のサークル団体からボランティアグループ、NPO法人まで、150近くあります。毎年7月には、「中原市民活動の集い（なかはらっぱ祭り）」を開催し、団体間や区民のみなさんとの交流も深めているところです。

本誌『なかはらっぱの仲間たち』は、「会員募集をしたい!」「団体を紹介してほしい!」という登録団体のみなさんの声を受け、2010年に初めて発行しました。その後も、多くの団体のみなさんから「参考になる」「自分たちのグループも掲載したかった!」との声を多くいただき、このたび、第9版となる2026年版を発行しました。今回は80団体の情報を掲載しています。この冊子を活動の参考にさせていただくとともに、「なかはらっぱ」にもどうぞ足をお運びください。

中原区民交流センター「なかはらっぱ」について

1. 登録団体数 149団体（2026年1月末現在）

2. 設置場所 中原区役所5階

3. 設備（39ページに写真を掲載しています。）

- (1) フリースペース（どなたでも自由に利用できます。）
- (2) 会議室（少人数～20名程度の会議に利用できます。）
- (3) 印刷室（カラー印刷機、丁合機、紙折り機、裁断機他）
- (4) 情報掲示板（活動紹介やイベント案内等のチラシを掲出、配架しています。）

4. 運営

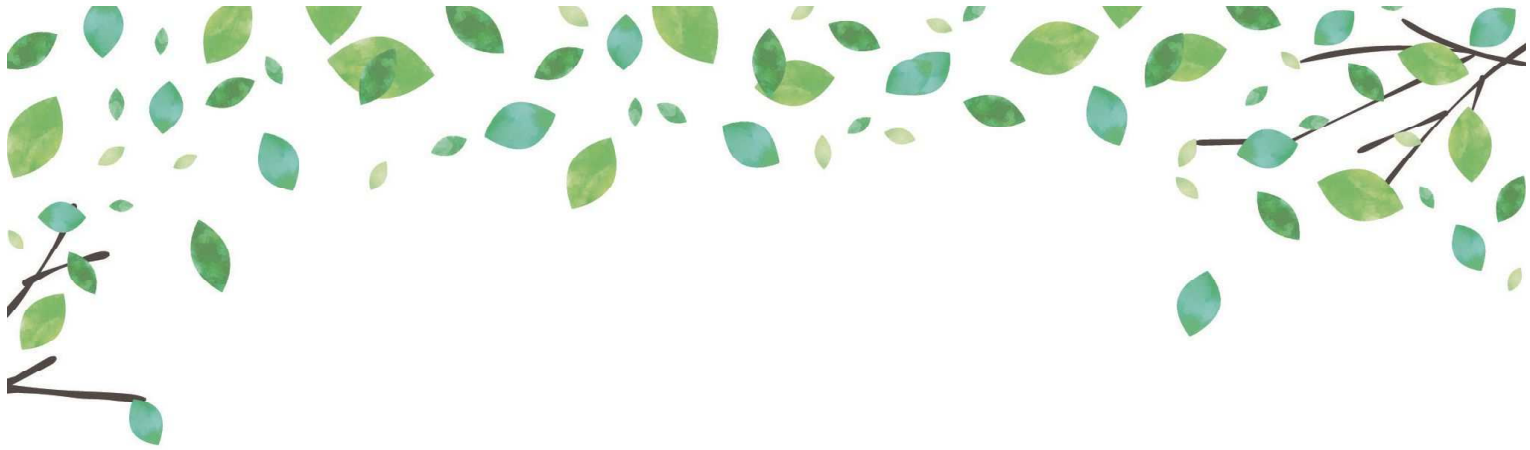
運営は、「中原区民交流センター利用者の会」が行っています。
登録団体の協力による窓口運営を行っています。

目次

●中原区民交流センター「なかはらっぱ」について.....	1
●「なかはらっぱ」登録団体の紹介	
地域・環境・まちづくり.....	3
ボランティア・福祉・居場所づくり.....	8
運動・スポーツ団体.....	14
学習・教養・国際交流.....	18
趣味・音楽活動・芸術活動.....	22
子ども・子育て支援.....	33
●なかはらっぱとは／利用するには.....	38
●なかはらっぱ祭り.....	40
●全領域・全市の市民活動の拠点！かわさき市民活動センター.....	41
●なかはらっぱから見える景色.....	42
●索引.....	43
●中原区民交流センター登録団体一覧.....	45

本誌の読み方

1. **会員募集中！** **ボランティア募集中！** のマークは
2026年1月現在の情報ですので、詳細は各団体にお問合せください。
2. 枠の中の①～⑤は以下を記しています。
①代表者 ②会費等 ③連絡先及びURL ④活動日 ⑤主な活動場所



登録団体の紹介

地域・環境・まちづくり



町内の安全、安心、元気な生活・暮らしを実現するため、防災・防犯活動、福祉・青少年育成活動、地域清掃・緑化活動、地域のお祭り・親睦活動を行っています。また、毎月第3火曜10時～11時30分は「よりあい処」(参加費100円)、毎週土曜13時～17時は「麻雀クラブ」(参加費300円)を開催しています。どうぞご参加願います。



①竹井 斎 ②2,400円/年
③☎070-6574-3001 (竹井)

④随時
⑤町内 (井田杉山町、井田三舞町)

<https://www.facebook.com/idakyoyukai>



だいがく
こすぎの大学

会員募集中!

2013年秋、武蔵小杉に新しい学び舎が誕生しました。「こすぎの大学」。

ここは、大人から子どもまで、武蔵小杉に住まわれている方、勤められている方、地元が大好きな人が集う、広く楽しく学んでつながる、自由な“学び舎”。一緒に、「武蔵小杉に関わる人を知る・語る・好きになる」を体験・共有しましょう。



①大坂 亮志 ②各回1,000円
③✉kosuginouniv@gmail.com

④毎月第二金曜日 19:28～21:15
⑤中原区役所会議室

<https://www.kosuginouniv.com>



ちきゅう
CCなかはら・地球にいいことプロジェクト

会員募集中!

ボランティア募集中!

中原区区民会議で始まった「地球にいいことプロジェクト」を受け、「CCかわさき(カーボン・チャレンジ川崎エコ戦略)」の基、地球温暖化防止の啓発普及を2009年から行う。なかはらっば・中原区民祭等への参加、「ロージーちゃんの防災エコグッズ」で防災対策を推進。エコクラブかわさき、中原区ソーシャルデザインセンター、川崎市地球温暖化防止活動推進センターと連携。



①竹井 斎 ②なし
③☎070-6574-3001

④不定期
⑤かわさき市民活動センター(中原市民館)

<https://cckawasaki-jp.ssl-xserver.jp/kwccca/suisinin/project/2023ccnakahara.pdf>



せいそうだんたい

こども

清掃団体「子供のちから」

会員募集中!

ボランティア募集中!

東住吉小学校 6 年生が 2024 年に立ち上げた清掃団体「子供のちから」です。4 年生で「シニアのちから」の方々と清掃を始め、今年で 3 年目になります。清掃だけでなく、イベントを企画しています。二ヶ領用水だけでなく様々な川崎の宝を守り、明るい未来を残すために、私たちは引き継ぐ活動をしていきます。また平和を繋ぐ活動を通して、みんなが安心して暮らせる世界をつくる活動もしていきます。



- ①石田 晴之・高田 夏菜・平尾 栞奈
- ②なし
- ③✉ t2003026@kawasaki-edu.ed.jp

- ④第 2、第 4 水曜日
- ⑤二ヶ領用水、渋川等

とどろきりよくち

まも

等々力緑地を守る会

会員募集中!

ボランティア募集中!

都市空間になくってはならない緑豊かな公園。いま等々力緑地は市の手から離れて、企業が管理・運営する商業施設が立ち並ぶ空間に変えられようとしています。飲食・物販店・スーパー銭湯や駐車場などを建設するため、貴重な樹木が1000本も切られます。

これから30年間も民間企業が緑地を稼ぎの場として経営することで、市民の憩いの公園が騒々しいイベント会場になり、貴重な動植物の生息も危ぶまれています。市民が憩う緑地を守る活動にあなたも参加しませんか。連絡をお待ちしています。



- ①橋本 稔
- ②年会費 1,000 円
- ③☎ 090-5401-0633 (橋本)
- ✉ mhasi89@e02.itscom.net

- ④月一回会合を開きます。活動は日常的に展開しています。
- ⑤等々力緑地とその周辺、中原区内全域



なかはら散策ガイドの会

さんさく

かい

会員募集中!

当会は平成 21 年に発足しました。以来、区役所と連携し「なかはらの魅力発信講座」として、歴史・文化・自然・まちづくりの展望など、様々な方面から見た区内の魅力を、講座とまち歩きを通じて皆様に伝えてきました。これからも、我々は研修を重ねて知識を広げ、より良いガイドを目指しています。皆様も一緒に活動してみませんか。



- ①原 正巳
- ②3,000 円/年
- ③☎ 中原区民交流センター事務局
- (地域振興課：044-744-3324) への問い合わせ

- ④毎月第 1 月曜日
- ⑤かわさき市民活動センター

中原市民館サークル連絡会

会員募集中!

中原市民館を拠点に活動している自主サークルで構成し、加盟サークルの広報・親睦・活性化を図る活動をしています。毎年5月に連絡会主催のサークル祭を開催し、学習の成果を発表しています。作品発表は力作揃いで、目を楽しませてくれます。ホールでは、元気いっぱい、華やかに演技発表します。



- ①山本 順子
- ②1団体 2,400円/年
- ③☎044-433-7773 (中原市民館)
- ④年4回程度の全体会議
- ⑤中原市民館

なかはら^{しょく}食のみ^{かい}まもり会

会員募集中!

健康な川崎・中原区を願って栄養士、管理栄養士が、赤ちゃん、乳幼児、ママ、パパ、シニア世代の方々と一緒に健康栄養講習会(講座)開催のお手伝いをしています。楽しい学び合いをしませんか。



- ①瀧澤 みや子
- ②なし
- ③✉nakahara.mimamori2016@gmail.com
- ④不定期
- ⑤中原市民館

はな^{じっこういんかい}花クラブ実行委員会

会員募集中!

ボランティア募集中!

花クラブは、月曜日を中心に週1回程度、武蔵小杉駅・武蔵中原駅周辺、区役所敷地内など、計5ヶ所ある花壇の維持管理を行っています。毎年春と秋の植え替えでは、各グループがデザインを考えて、花を選びます。過去には全国大会で表彰された実績もあります。また、花植え体験や講座も開催しています。随時会員を募集していますので、花に興味のある方はお気軽にご連絡ください。



- ①中原区役所地域振興課(事務局) ②なし
- ③☎044-744-3324 (中原区役所地域振興課)
- <https://www.city.kawasaki.jp/nakahara/page/0000039327.html>
- ④週1~2回程度
- ⑤武蔵小杉駅周辺、武蔵中原駅周辺、区役所及び周辺花壇



ほうせいとけいとうこうしゃそんぞく ほぞん うんどうきょうぎかい 法政時計塔校舎存続（保存）運動協議会

会員募集中！

法政二高には、戦前（1936年）から慶応大学日吉（現存）と同時代の美しく堅牢な「木月の時計台」（法政時計塔校舎）がありました。（右、写真）。川崎空襲に耐えて、荒廃のまちに希望を照らした平和と真理探究と母校のシンボル。生徒や人々の誇り、心の支え。景観重要建造物、文化財、歴史・平和遺産として保存すべきでした。同保存（存続）運動の『報告集』を発行し、高い評価をいただいています。



- ①長坂 伝八 ②なし ④不定期
③☎中原区民交流センター事務局 ⑤未定（活動日と併せて決定）
（地域振興課：044-744-3324）への問い合わせ

すいしんいんかい かい まちづくり推進委員会ゆかりの会 りやくしょう かい （略称：まちづくりゆかりの会）

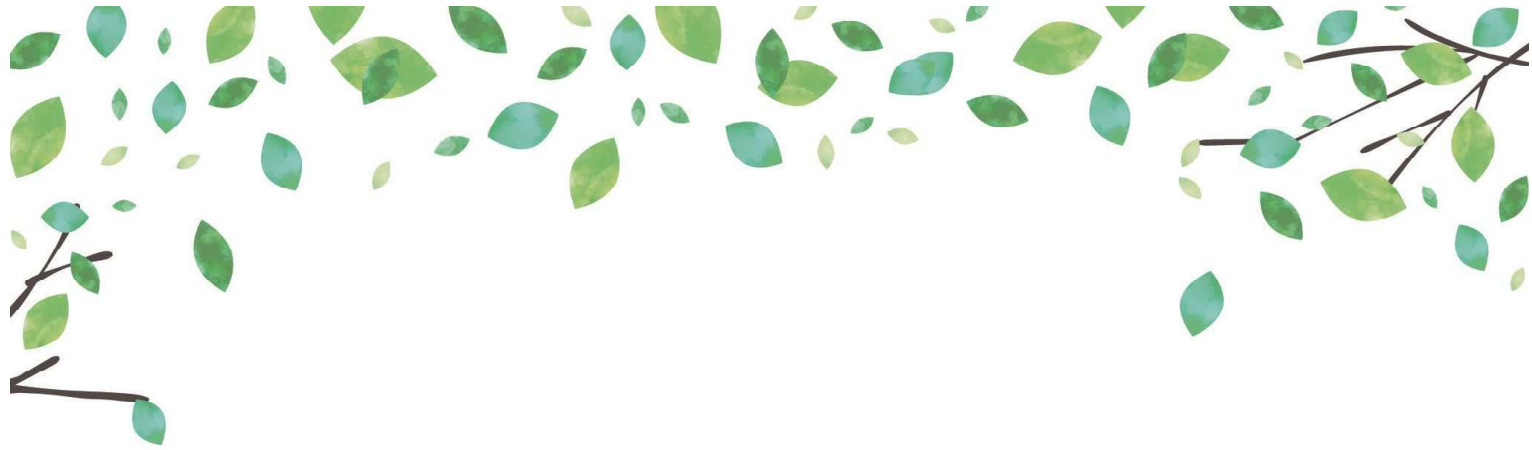
会員募集中！

ボランティア募集中！

まちづくり推進委員会ゆかりの会（略称：まちづくりゆかりの会）は2022年3月で活動休止した中原区まちづくり推進委員会のメンバーが中心の団体です。推進委員会からの継続事業を主に引継ぎ活動しています。例えば自転車のマナー向上やむかし遊びの普及・中原区の推しスポットの広報・PR（フォトコンテスト入賞作品撮影場所クイズ）などです。なかはらっば祭りなどに参加し実施中。



- ①関口 清 ④不定期
②年会費 1,000 円 ⑤中原区内 打合せなどは市民活動センターを利用
材料費分の臨時徴収会費あり
③☎ 044-411-6356



登録団体の紹介

ボランティア・福祉・居場所づくり



ちいきほうかつしえん
いだ地域包括支援センター

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で元気に暮らし続ける事ができるよう、市から委託を受けた公的な相談機関です。

地域での仲間づくりや、健康づくりのため、健康麻雀や落語カフェ、歌声喫茶等月1回程度開催しています。是非一度お問合せください。



- ①横山 正太 ②なし
- ③☎ 044-751-6661
- ✉ ida-sien@warakukai.or.jp

- ④月～金 8:30～17:30
- ⑤井田、井田杉山町、井田中ノ町、下小田中

かながわ さんしゃ かい
神奈川「三者の会」 ボランティア募集中!

川崎、横浜市内を中心にボランティア活動や障害者スポーツ等を一緒に楽しんだり、旅行(しあわせ行動日)に行ったりしている健常者、家族、介護者、介助者、障害者の非営利団体です。



- ①原 淳一 ②なし(イベント等の交通費別途あり)
- ③☎ 080-5461-7238(スマホ)
- 045-713-0723(固定電話) FAX 045-713-0723
- ✉ hara.hara.11755@docomo.ne.jp

- ④不定、随時(2月～12月)
- ⑤首都圏(神奈川県内など)

にんてい ほうじん そうぞう
認定NPO 法人かわさき創造プロジェクト 会員募集中! ボランティア募集中!

シニアの活動の場を創り、シニアの知恵と経験を活かして地域課題の解決をめざします。

- ・川崎市との協働でシニア向けの講演や講座の企画運営を行っています。
- ・シニア向けのパソコン・スマホ教室を開催しています。
- ・シニア向け情報発信サイト「かわぼ」を運営しています。
- ・遊びと学びの「寺子屋」を開催しています。
- ・手芸や健康マージャンなど趣味を通し楽しみながら交流できる場を提供しています。



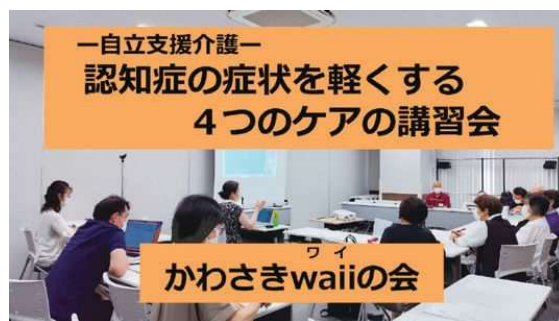
- ①松井 洋一
- ②年会費 正会員 3,000円 準会員 1,000円
- ③☎事務局 070-5544-9580(栗田)
- ✉ secretary@kawasaki-sozo.net
- https://kawasaki-sozo.net/

- ④通年
- ⑤川崎市内



かわさき waii の会 ワイ かい 会員募集中!

かわさき waii (ワイ) の会は川崎市で活動している認知症介護を学ぶ会です。認知症は水分・栄養・運動・便通の4つのケアを実践する事で、認知症の症状が緩和し、ご本人は安心快適、家族は介護負担軽減になります。国際医療福祉大学大学院准教授の小平めぐみ先生を講師として、自立支援介護に取り組んでいます。認知症は治らないとあきらめないで一緒に学びましょう!



- ①片山 直美
- ②年会費 2,000 円 (資料代 等) * 初回無料 お試し参加
- ③☎ 050-3558-0142
- ✉ kawasakiwaii@yahoo.co.jp
- https://kawasakiwaii.com/
- ④原則3か月に1回 ⑤エポックなかはら



NPO 法人事業承継と認知症を考える会 ほうじんじぎょうしょうけい にんちしょう かんが かい

高齢化が進む中で、人生の最期を自分らしく迎えたいと願う方や、不安を感じる方に寄り添うNPO法人です。終活・相続・認知症などのテーマを共に学び考えながら、安心して暮らせる“これから”を描くお手伝いをしています。気軽に無料相談も行っています。



- ①理事長：高木 洋一
- 問合せ窓口担当：横井 一江 ②なし
- ③☎ 044-711-4111
- ✉ npo@takagikaikei.co.jp
- https://jigyoshokei.or.jp/
- ④不定期
- ⑤川崎市中原区小杉町 1-403 武蔵小杉 S T Mビル 2階 高木会計事務所内



中原運動普及推進員の会 なかはらうんどうふきゅうすいしんいん かい

つうしょう (通称：ヘルスパートナーなかはら)

会員募集中!

ボランティア募集中!

ヘルスパートナーなかはらは、自らの健康維持、家族の健康管理と共に地域で運動を通じた健康づくりのボランティア活動を行っています。幼児から高齢者の方まであらゆる世代の方々に運動する楽しさ、大切さをお伝えしながら皆さんと一緒に楽しく身体を動かしています。仲間づくりをしながら健康の輪を広げ、地域に根ざした笑顔のつながる活動を目指しています。一緒に活動しませんか!



- ①四宮 鈴江
- ②年会費 100 円
- ③☎ 044-744-3308 (中原区役所地域支援課)
- ④毎月第2火曜日 (定例会)
- ⑤井田いこいの家、上小田中南公園、大戸神社、他中原区内イベント

なかはらくしたいふじゆうじしゃふぼ かい
中原区肢体不自由児者父母の会

会員募集中!

ボランティア募集中!

本会は肢体不自由児者の親の会で、地域での理解や協力を得るための活動や会員相互の親睦（バス旅行など）に力を入れています。重度障害を持つ子供たちも多く、支援学校などに在学中から社会人（通所施設など）と年齢層は幅があります。市内7区の各父母の会が連携する「連合会」に所属し、川崎市行政に要望書を提出するなど、障害者に関わる様々な問題にも取り組んでいます。



- ①野呂 真実子 ②年会費 2,000 円 ④不定期
- ③☎中原区民交流センター事務局 ⑤中原区内
- (地域振興課：044-744-3324) への問い合わせ

なかはらくしよくせいかつかいぜんすいしんいんれんらくきょうぎかい
中原区食生活改善推進員連絡協議会

会員募集中!

ボランティア募集中!

地域みまもり支援センターで養成講座を修了し学習を継続しながら、幼児から高齢者まで全世代にわたる食育の推進と普及啓発活動をしています。各世代の健康課題にあった料理教室や講座を開催し毎食きちんとバランスよく食べて、「健康で元気に地域で暮らせる仲間づくり」を目指しています。育児グループ、学校、地域の団体やサークルへ出向いての料理教室や講話は好評をいただいています。



- ①外狩 恵子 ④会議：毎月第1木曜日
- ②1,500 円/年 グループ定例会：
- ③☎044-744-3267 各グループ月1回6グループ
- (中原区役所地域みまもり支援センター) ⑤中原区役所別館栄養相談室、中原
- <https://www.city.kawasaki.jp/nakahara/page/0000151093.html> 市民館料理室、なかはらっぽ



なかはらくせいしんほけんふくしかぞくかい かい
中原区精神保健福祉家族会 こすぎ会

会員募集中!

私達は精神疾患の方々と共に歩む家族の会です。中原区に創立して55年になります。私達家族が集まってホッとできる時間を共に過ごしたり、一緒に学習しながら情報交換するのは当事者の回復にとっても大切なことです。一人で抱え込んだり悩んだりするのはなく、皆で一緒に励まし合いながら当事者が障害を抱えていても豊かな人生を歩んでいけるように活動していきましょう。



- ①長加部 賢一 ②年会費 9,000 円 ④月1回 偶数月は第3日曜日、
- ③☎中原区民交流センター事務局 奇数月は第3火曜日
- (地域振興課：044-744-3324) への問い合わせ ⑤福祉パルなかはら
- <http://ayamekai.org/>



なかはら けんこう たつきゅう
中原 健康・卓球クラブ **会員募集中!**

私たちは体操や卓球 (STT = サウンドテーブルテニス) などの活動の場を通して、体を動かしながら“健康づくり”、“仲間づくり”、“いろいろな出会いの場”など地域に根差した笑顔のつながる「健康の輪」を広げる活動を目指しています。

卓球は視覚障がい者、車いす利用者の方々も活動できます。一度覗いて見ませんか。



- ①根岸 啓子
- ②年会費 100 円 (年度により変更あり)
- ③☎体操：地域支援課 (044-744-3308)
- 卓球：地域ケア推進課 (044-744-3239)
- ④体操：基本的に毎週月曜日 10:00 ~ 11:30
- 卓球：不定期 (練習場の予約が取れた日) 9:30 ~ 12:00
- ⑤体操：なかはらっぱ会議室又は福祉パル
- 卓球：小杉こども文化センターなど

のう さくら
脳トレ桜クラブ **ボランティア募集中!**

2017 年に発足した脳と体のトレーニングを通じ、閉じこもりや認知症予防を目的として活動を続けています。

内容は脳トレ問題 (読書や計算) やクイズ・ゲームなどで脳の活性化を図ったり、ストレッチ、ダンス体操などで身体機能の維持向上を図り、ロコモ・フレイル予防に努めています。

とても楽しく和気あいあいとした雰囲気で行っております。



脳トレ ボランティア
始めませんか



一歩踏み出すと新しい
 景色が見えてくる
 人のためにやっていることが
 自分に選んでくる

・自分の脳トレになる ・仲間が出来る ・とにかく楽しい

- ①山田 郁子
- ② 1,000 円 / 半年 (コピー代)
- ③☎ 044-434-5657
- ④毎月第 2、第 4 木曜日 (10:00 ~ 11:30)
- ⑤等々力いこいの家

ボランティアグループ **ひまわりの会** **会員募集中!** **ボランティア募集中!**

病院、公共施設、講演会等送迎手伝い、付き添い、散歩、話し相手、車椅子介助、イベントの手伝い、買物等の生活介助、その他ご相談。一緒に活動して下さる、健康で明るい方を募集しています。



- ①児玉 儺子
- ②ご利用者 (1 回につき 500 円、交通費実費)
- ③☎ 044-722-5500 (中原区社会協議会)
- ④毎月第 2 火曜日 14:00 ~ 15:00 (定例会) 相談可
- ⑤ご利用者の方に応じて (病院・ご自宅・その他)

まきまきキッチン **会員募集中!** **ボランティア募集中!**

まきまきキッチンは、地域子どもたちとその家族が安心して集える“みんなの食卓”を目指しています。手づくりの温かいごはんを囲みながら、世代や立場をこえて交流できる時間を大切にしています。食を通してつながりを広げ、誰もが笑顔で過ごせる居場所づくりに取り組んでいます。



- ①安西 卷子 ②なし ④第3土曜日9時～15時
 ③✉anzaimakiko98@gmail.com ⑤カトリック中原教会
<https://makimaki-kitchen.jimdofree.com/>



かい でんわ けいちょう **モモの会～電話で傾聴するボランティアグループ** **会員募集中!**

- ①人は誰かと話をするだけで、心が安らかに孤独感や不安が少なくなります。寂しい・不安・眠れない・誰かと話したい・子育て介護に悩んでいる、その他何でもお電話ください。
【080-6692-2475】 月・火・水・金 (10時～12時半、13時～16時) (1回30分ほど)
 ②ヤングケアラーさん(元ケアラーさん)からの電話お待ちしています。
【080-5986-7663】 火・金・土 (18時半～21時半)
 ③おしゃべり定期便 (10分～30分以内) :3,000円/1年



- ①相澤 ミチ子 ④✉michia@r3.dion.ne.jp
 ②年会費1,000円、研修費(講師と勉強会)2,000円、④月・火・水・金
 新会員出資金2,000円 第二木曜日午後
 ③☎044-711-2413 (FAXも同番号) (定例会・研修会)
 080-3204-6815 (携帯) ⑤会員自宅



ろうどく **朗読ボランティアグループ かざぐるま** **会員募集中!** **ボランティア募集中!**

視覚障害者の方々が欲しい情報を手に入れるお手伝いをしています。

主な活動内容

- ①出前朗読…依頼者の自宅や施設に向いて小説や取扱説明書等ご希望の文書を対面でお読みします。
 ②依頼に応じて様々な文書をパソコンでCDに録音し発送します。
 ③中身館フェスティバルや「朗読(音声訳)入門講習会」等、地域の福祉関連事業に協力、会員募集中。パソコンが得意な方の参加も歓迎。



- ①川橋 洋子 ④第1土曜日 10:00～12:00
 ②1,200円/年 第3土曜日 10:00～17:00
 ③☎044-733-9675 ⑤中部身体障害者福祉会館
 (活動日に中部身体障害者福祉会館へ)
<https://kazaguruma1986.wixsite.com/home>

