

171	アロマセラピー
名称	ナカダ アキコ 中田 明希子
活動地域	瀬谷区内・横浜市内・横浜市外
対象者	一般・高齢者
活動内容	楽しみながらアロマを学び、クラフト作りをします。 (例 マスクスプレー、ルームスプレー、バスボム等)
PRまたはプログラム例	大切なご家族やご友人のために、手軽に始められるセルフケアをわかりやすくお教えします。

172	アロマセラピー
名称	コセキ ヒサコ 小関 久子
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	一般・高齢者・小中学生
活動内容	・精油を使った虫よけスプレー・マスクスプレーなどの製作 ・ハンドトリートメント、肩こり、むくみ解消のケア方法などを指導します。
PRまたはプログラム例	【暮らしに役立てるアロマセラピー】 (対象) 一般・高齢者・小中学生 【「香り」ってたのしい!】 (対象) 小中学生 *定員は10名程度、材料費は500円程度 (ご希望内容により実費)

趣味・実用・生活

173	アロマセラピー
名称	タカハラ ユキコ 高原 幸子
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	一般
活動内容	アロマセラピーの基礎から、テーマ別に、ハーブティーをいただきながらお話しさせていただきます。また、毎回実習を行い、何か一つお作りいただきます。
PRまたはプログラム例	好きな香りを嗅ぐだけで、免疫力アップ!といわれています。お好きな香りをぜひ一緒に見つけましょう。

174	アロマセラピー
名称	アロマサロンニジュウサン アロマサロン23
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	一般・高齢者
活動内容	アロマセラピー基礎、アロマの使い方、季節に合わせたクラフト作りなど幅広く活動しています。
PRまたはプログラム例	毎回楽しみながら、アロマセラピーの基礎を学んでいます。また、講師のレッスンを受けながらアロマを日常に活用しています。

175	パーソナルカラー
名称	リリリ コーデ
	RRR corde
活動地域	瀬谷区内・横浜市内・横浜市外
対象者	一般・高齢者・障がい者・小中学生
活動内容	生まれ持った肌の特徴から、自分をきれいにみせてくれるカラーをお伝えし、色の組み合わせで素敵にみえるカラー講座をしています。
PRまたはプログラム例	生まれもった肌の特徴により似合う色（ブルーベース、イエローベース）があるということをお伝えします。色の配色で素敵にみせることができます。

176	ファッション
名称	リリリ コーデ
	RRR corde
活動地域	瀬谷区内・横浜市内・横浜市外
対象者	一般・高齢者・障がい者・小中学生
活動内容	骨格診断で、その方に似合う服をお伝えすることから、グループレッスンやオシャレに見えるコツなどをアドバイスする講座をしています。
PRまたはプログラム例	骨格診断で、それぞれの体の骨格により似合うファッションの素材や形が違うことを知っていただき、お金も時間もかけずにファッションを楽しんでいただくポイントをお伝えします。オシャレに見えるコツなどをアドバイスする講座をしています。

177	料理(野菜)
名称	アトリエ リボン
	Atelier RIBBON
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	どなたでも
活動内容	アンチエイジングやデトックス料理でヘルシーに健康で長生きできる成人病予防のメニューを中心にレシピを提供しています。
PRまたはプログラム例	男性対象で時短で手軽にできる野菜レシピも大好評です。

178	パン・うどん・菓子作り
名称	モチダ ノリコ
	餅田 倫子
活動地域	瀬谷区内・横浜市内
対象者	一般・高齢者・小中学生
活動内容	手ごねでパンを作ります。最初から最後まで1人で作るので、家に帰ってからでもご自宅につくれるように指導しています。
PRまたはプログラム例	季節やご依頼のニーズに沿うようなパンや菓子を提供できるように依頼者と相談しながら、作るパンや菓子を決めています。また、自宅に帰ってからも作れるように楽しく指導していきます。

179	そば打ち
名称	エスピージー
	SBG
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	そば打ちによる健康づくり。要望により対応します。
PRまたはプログラム例	生そばを食べて健康を保持しています。各自でそば打ちをし、研鑽しています。依頼によりそば打ちを指導します。

180	みそづくり
名称	ムカシナガラノミソツクリ
	昔ながらのみそづくり
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者
活動内容	冬期/12月～4月に行う。要望により対応。
PRまたはプログラム例	昔ながらの大豆から煮て、加工し、1年分のみそづくりをします。

181	整理収納
名称	リリリ コーデ
	RRR corde
活動地域	瀬谷区内・横浜市内・横浜市外
対象者	一般・高齢者・障がい者・小中学生
活動内容	お片付けの仕組みづくりをお伝えする講座の開催。企業への整理収納のアドバイス、作業。
PRまたはプログラム例	思考の整理、冷蔵庫、クローゼットの片付けなど、自分の基準でモノや暮らし方を選びとることで暮らしの満足度を上げられるよう片付け座談会や講座を開催しています。

182	フラワーアレンジメント
名称	ハナモノガタリ
	花ものがたり
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般
活動内容	フレッシュフラワーを中心にアレンジメントを一緒に楽しみたいと思います。クリスマスリースやフラワーアレンジメントなどを作ります。
PRまたはプログラム例	フレッシュフラワー、アーティフィシャルフラワー（造花）、プリザーブドフラワー、ウェディングフラワー、などデザイン可能です。

183	舞台照明
名称	ライティングセヤ
	ライティングセヤ
活動地域	瀬谷区内(瀬谷公会堂)
対象者	一般
活動内容	瀬谷公会堂での舞台照明演出をします。コンサート、カラオケ、発表会、式典などの照明をします。
PRまたはプログラム例	瀬谷公会堂にて、月1回程度舞台照明の活動をしているボランティア団体です。瀬谷公会堂を利用される時、舞台照明のご希望があればお問合せください。舞台照明に興味、関心のある方、一度活動の様子を見学してみませんか。専門的知識や技術は必要ありません。一緒に活動するお仲間募集しています。

184	パソコン・スマホ
名称	パソコンフレアアイコン・セヤ
	パソコンふれあい館・セヤ
活動地域	瀬谷区内
対象者	一般・高齢者・小中学生
活動内容	地域に密着したパソコン&スマホ相談を開催しています。
PRまたはプログラム例	シニア層のスマホ保有が多くなっている現在、パソコンだけでなくスマホも相談が多いのが現状です。家族に相談できないシニア層が増えているので、私たちもスマホの知識の向上に努めています。

