



いそご区民活動支援センター情報紙

令和2年度 スキルアップ講座 I



募集中

ウィズコロナ対策講座

～コロナに負けない地域活動をする為に～

磯子区役所の福祉保健課係長で、医師の近藤修治先生に新型コロナウイルスの正しい基礎知識や、人と集まる際の注意点を具体的に学びます。また、今後様々なオンライン化が進む中で、地域活動に“どう活かすか”を考えたいと思います。

令和 2 年 9 月 26 日 (土) 10:00～12:00

場所：磯子区役所7階 会議室



- 定員：20名（先着順・磯子区民優先）
- 費用：無料
- 対象：磯子区内で地域活動をしている人、地域活動に興味のある人
- 申込：9月1日（火）10:00～ 窓口・電話・FAX・メール

参加者募集

磯子区地域ボランティア講師による講座です。

いそご区民活動支援センター

1day体験サロン

場所：磯子区役所7階
いそご区民活動支援センター
ミーティングコーナー

エンディングノート講座

日時：10月25日（日）14:00～15:30
 講師：角川 衆一氏
 参加費：無料 持ち物：筆記用具
 定員：10人（先着順）
 対象：中年から高齢者



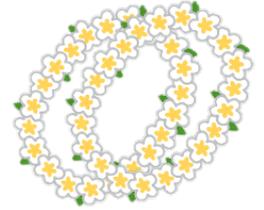
相続法の改正内容がよく分かる講座

日時：10月31日（土）14:00～15:30
 講師：新井 克己氏
 参加費：100円（資料代）持ち物：筆記用具
 定員：10人（先着順）
 対象：熟年者&高齢者及びそのご家族



お申込みは 10/11（日）10時～ 電話、メール、FAX、窓口にて

いそご区民活動支援センターまで Tel：754-2390 Fax：759-4116



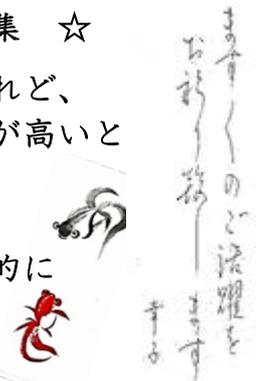
初めてのペン習字

☆ 会 員 募 集 ☆



字を綺麗に書きたいけれど、教室に入るのは、敷居が高いと思われている方お待ちしています。ちょっとしたコツで劇的に変わります。

講師 山本 幸子



活動日時：月曜日 月2回 13:00～15:00
 活動場所：浜小学校コミュニティハウス
 会 費：1,000 円/回
 ※どなたでもお気軽にお問い合わせください。
 お問い合わせ：浜小学校コミュニティハウス
 Tel 758-2540

エンジョイ ストレッチフラ

☆ 会 員 募 集 ☆

65才～90才までのシニアフラの会です。若々しく元気な高齢者でいたいですね！体幹としなやかな筋肉をきたえ整えながらハワイの音楽に乗ってフラダンスとストレッチで楽しい時間を一緒に過ごしませんか？

初めての方 歓迎



活動日時：水曜日(月2回)
 活動場所：磯子スポーツセンター
 会 費：1回500円 初回体験無料
 講 師：杉山 弘子 090-7228-7831
 安永 一枝 090-1768-1458
 ご連絡お待ちしております。

洋光台「漢語角」中国語コーナー

☆ 再開しました！ ☆



中国に興味のある日本人と中国人との交流を目的として、中国の歴史・文化・地理・習俗等について話し合い情報交換・交流を深めることを目的としています。

お好きな時間帯に10分でも20分でもおしゃべりに来ませんか？

中国語 コーナー

汉语角

热烈欢迎中国朋友！

活動日時：毎月 第3日曜日
 今月の予定：9月20日(第3週)
 活動場所：洋光台 CC ラボ 211 号室
 会 費：300 円
 お問い合わせ：平澤 誠 080-6638-0586
 メールアドレス：shuai.pingze@docomo.ne.jp

ヨ ガ ラ ジ オ 体 操 zoom

☆ オンライン無料レッスンのお知らせ ☆

脳を鍛えるリズム体操をオンラインで体験♪
 ～モーツァルト音域は心と脳に優しい
 天使のリズムヨガラジオ体操～
 無理なく始められるレッスンで体と脳を活性化！
 「ヨガの呼吸法」×「ラジオ体操」×「音楽」を組み合わせたオリジナルの体操です。
 血流改善+新陳代謝アップ！！
 ヨガラジオ体操でどんどん元気になりましょう♪

※オンラインレッスン参加は、事前にお問い合わせが必要です。

ヨガラジオ体操 zoom
 ミーティング

開催日：土曜日
 時 間：8:00～8:20 8:30～8:50
 会 費：無料
 問い合わせ：NPO 法人ヨガラジオ体操普及協会
 山本モニカ房来 090-4832-1321



施設いちおしの イベント・講座情報

9月

新型コロナウイルス感染症の影響で、イベントの中止が相次いでおりますので、掲載を縮小してお届けしています。ご了承ください。

磯子センター
Tel 753-2861 Fax 753-2863
Ⓟ 9/28 (月)

男の料理教室シリーズ1

日時: 10/13(火)10:00~13:00
回数: 1回
対象: 60歳以上の男性
定員: 10人
費用: 500円
申込: 9/1~20迄(抽選)
内容: 男子厨房に入りましょう!
今回のテーマは料理の基本「味付け」です。



根岸地区センター
Tel 751-4777 Fax 751-4798
Ⓟ 9/23 (水)

ベビーマッサージ

日時: 10/15・22(木)10:00~11:30
回数: 2回
対象: 首が座って歩いて歩き出す前の赤ちゃんと保護者
定員: 10組
費用: 500円
申込: 9/12~(先着順)
内容: アロマテラピーをとり入れたベビーマッサージで、赤ちゃんと一緒に心と体のケアをしましょう。



杉田地区センター
Tel 775-0541 Fax 775-0542
Ⓟ 9/17 (木)

手縫いでポーチを作ろう!

日時: 9/24(木)13:00~14:30
回数: 1回
対象: 一般
定員: 10人
費用: 500円
申込: 9/11(金)~申込先着
内容: 手縫いでファスナーポーチを作ります。材料を工夫することで、簡単に作れる便利グッズです。返し縫と返し縫だけで作れます。



上中里地区センター
Tel 773-3929 Fax 773-3939
Ⓟ 9/28 (月)

街歩きガイドと行く ~あたらしい横浜の建物めぐり~

日時: 10/2(金)9:30~15:00
回数: 1回
対象: 一般
定員: 15人
費用: 300円
申込: 9/11~9/25(先着順)
内容: 横浜市役所の移転をはじめ次々と新しくなっていく横浜。今回は桜木町からみなとみらい地区を中心にガイドとともに巡ります。



滝頭地域ケアプラザ
Tel 750-5151 Fax 750-5155
Ⓟ 9/21 (月)

赤ちゃんひろば

日時: 9/16(水)10:00~11:30
回数: 1回
対象: 0歳から3歳の子どもと保護者
定員: 親子6組(12人)
費用: 200円(リトミック代 保険料 他)
申込: 電話受付(先着順)
内容: 子どものあそび場、お友達づくり、保護者のおしゃべりや情報交換の場所です。9月はリトミックで先生と一緒に楽しめます。



上笹下地域ケアプラザ
Tel 769-0240 Fax 769-0242
Ⓟ 9/21 (月)

初めてのノルディックウォーキング

日時: 9/29、10/6、13(火)9:30~11:00
回数: 全3回コース
対象: どなたでも
定員: 15名
費用: 無料(ポールレンタル代 300円)
申込: 事前受付中
内容: いつまでも自分の足で歩くために必要な骨や筋肉と一緒に楽しく鍛えましょう! 歩く姿勢が改善し歩幅が広がります。



横浜市社会教育コーナー
Tel & Fax 761-4321
Ⓟ 9/7 (月)

ミニ盆栽ワークショップ 松ぼっくりの苔玉

日時: 10/4(日)13:30~15:30
回数: 1回
対象: どなたでも
定員: 13人(先着順)
費用: 2500円
申込: 9/11から電話、Eメール、窓口で。
内容: 【当日の持ち物】エプロン等汚れてもいい服装、花切りばさみ、古新聞(1日分)、作品持ち帰り用のビニール袋、ビニール手袋、ゴミ袋、飲み物、マスク着用。

磯子図書館
Tel 753-2864 Fax 750-2528
Ⓟ 9/23 (水)

企画展示「災害に備える」

日時: 9月2日(水)~9月14日(月)
対象: どなたでも
定員: なし
費用: 無料
申込: 不要
内容: 横浜市建築局と協力し、防災啓発パネル、磯子区のハザードマップ等の防災に関連した資料を展示します。笑顔で住み続けられるまちづくりについて考えてみませんか?



たしがしら会館
Tel 752-4050 Fax 752-4051
Ⓟ なし

【当日受付教室】 バスケット・フットサルタイム

日時: 9/3(木)・17(木) 計2回
バスケット 19:10~20:30
フットサル 19:30~20:50
定員: 各25人(中学生以上)
費用: 600円/回
申込: 当日(先着順)
内容: 集まった仲間と一緒にゲームを楽しもう! 当日受付なので、おひとりでも気軽にご参加ください。



三殿台考古館
Tel 761-4571 Fax 761-4603
Ⓟ 月



①秋の勾玉作り教室 ②秋の弓矢うち大会

日時: ①9/12(土) 9:30~12:00
②9/19(土) 10:30~12:00
対象: 小学生以上(①低学年は保護者同伴)
定員: ①12人/②20人
費用: ①500円/②無料
申込: ①8/15まで往復はがきorEメール
②10:00から先着順に受付
内容: ①青田石を加工した勾玉作り
②上位入賞者にはプレゼント!
※詳細はHPをご覧ください。



磯子公会堂
Tel 750-2520 Fax 750-2521
Ⓟ 9/28 (月)



ウクレレ教室(入門編)

日時: 10/6(火)、10/13(火)、10/20(火)
①13:00~14:00 ②15:00~16:00
対象: 全3回とも参加できる方 ①または②
定員: ①・②各5人
費用: 無料(練習時間内は楽器無料貸出し)
申込: 9/5~ 公会堂窓口(先着順)
内容: 「3回で簡単な曲が弾けるように」を目標に、チューニングから指導します。初めての方、何かを始めてみたい方、一緒に楽しく練習しませんか?



※施設の状態により内容が中止・変更になる場合があります。詳細は、各施設にお問い合わせください。

おじゃましま〜す 14



久良岐能舞台

2020年7月30日 訪問



今回は久良岐公園の北側に位置し、三方を雑木林に囲まれた敷地約 8,000 坪の豊かな自然の中に佇む能舞台を見学させて頂きました。こちらの能舞台は、103 年前に囃子方育成の為に日比谷に建てられ、55 年前に現在の場所に移築・復元されたそうです。

舞台正面の鏡板に描かれた老松は、日本画の重鎮であった平福百穂氏によるもので、芸術的価値が高く畳敷き (52 畳) から神聖な舞台を拝見していると、気持ちが穏やかになり、時がゆっくり流れるような心地良さを感じました。舞台の景観としても大きな役割を持つ庭園は、池泉が配され散策を楽しむ事が出来ます。特に 12 月上旬の紅葉が美しいそうです。又、園路には手作りの竹灯籠が配置されていて、現在点灯は不定期ですが、夜間の庭園も幻想的で癒される事でしょう。

施設では、多くの方に古典芸能を身近に感じて頂けるよう、謡や仕舞の教室やイベントを計画しています。10 月以降はコンサートや、蠟燭能「六浦」が予定されています。又、コロナ禍が落ち着いたら、庭園やイベントのサポーター募集を再開するそうです。詳しくは、新しくなった「久良岐能舞台」のHPをご確認ください。

能舞台と聞くと敷居が高く感じますが、施設内には、茶室や和室もあり、お稽古や発表会等にお借りする事が出来、非日常の空間を味わえる素敵な場所です。おうち時間が多くなり、ストレスを抱えていたり、運動不足になっていませんか？



磯子区内で癒しと賢沢な時間を求めて…お散歩がてら、ふらっとお出掛けになっては如何でしょう！

屋内の見学は、数名でしたら予約無しでも事務所に声を掛ければ可能だそうです。(団体は予約が必要です)

ボランティア応援隊 石橋 葉子

I am 地域ボランティア講師



ジャンル: 手芸 (布あそび)
氏名: 島崎 たけみ
資格: 洋裁学校講師資格



幅広い年齢に合わせた、小物づくりちりめん細工を指導しています。また、着物からリメイクした、バッグ・お洋服等もご指導いたします。



7月は、今だからこそ作りたい!!
日本てぬぐいから作るエコバック【あずま袋】と【オリジナルマスク手縫い】の講座を開催しました。

あると便利エコバック!と夏は涼しい布マスクを手縫いで仕上げました。参加したみなさんは「よいものが出来ました」「手づくりマスクを覚えることが出来たのは収穫です」「楽しかった♪」との感想をいただきました。これからもその時々にあった楽しい講座を開催する予定です。お楽しみに!



お問い合わせ*いそご区民活動支援センターまで

※地域ボランティア講師は、地域の各種施設、保育所・幼稚園、小・中学校、子ども会、親子サークル、町内会、老人会、市民活動グループなどからの要請に応じて、講座、講演会、体験学習、芸術鑑賞などの講師や実演者としてご紹介する“ボランティア人材バンク制度”です。詳しくは、いそご区民活動支援センターまで

いそご区民活動支援センター情報紙「いそつな」

発行・問合せ/いそご区民活動支援センター
市民活動や生涯学習の相談に応じます。

【開館時間】 10時～17時

【休館日】 祝祭日・年末年始

〒235-0016 横浜市磯子区磯子 3-5-1 (磯子区総合庁舎 7階)

TEL 045-754-2390 FAX 045-759-4116

E-mail : is-shienc@city.yokohama.jp



◆編集後記◆

青々したすすきが道端にめだってきました。“すすきでバッタ”が出来るの知ってますか？作ってみたい人あつまれ～実物が見たい方支援センターに展示中です。

