



瀬谷区民活動センター情報紙

せやまる通信

第47号
陽春号

「おとなの楽校」

参加者募集

「トークサロン@区活」

申込締切
4/27
(土)

おとなの楽校は、さまざまな学びや仲間づくりを目的としています。修了生同士のグループ化をお手伝いするなど、継続的な学び・活動をサポートしています。

受付開始
5/11
(土)

誰でも気軽に参加でき、ゲストを交えて自由なトークができる場です。
お子様連れの方も大歓迎！

「初心者向け韓国語入門講座」

～旅行で使える楽しい韓国語～

日時 5/9・23・6/6(木) (全3回)
10:30～12:00

講師 中田 ミヒョン氏
公共施設にて韓国語講座講師経験多数

内容 第1回 韓国語の基本的な表現、挨拶など
第2回 韓国旅行・観光で使える表現を学ぶ
第3回 韓国文化、食べ物、韓国料理の美味しいお店などの紹介を交えハングル文字の基本を学ぶ



定員 14名(応募者多数の場合は抽選)

申込締切 4月27日(土)

※全3回参加できる方



瀬谷区マスコット せやまる このは

参加費 無料/対象 区内在住・在勤の成人/申込方法 事前申込 直接窓口、電話、Eメール 氏名・住所・電話番号 明記のうえ申込 / 開催場所 せやまる・ふれあい館2階



「美しさは夜つくれる」



～今からできる質の良い睡眠～

ZZZ

「快眠について知りたい」「眠りの大切さを仲間と共有したい」「リラックス方法を知りたい」などなど、テーマに興味のある方はどなたでもお気軽にご参加ください！

日時 6月27日(木) 10:30～12:00

ゲストブレイク ヨシダ ヨウコ氏 ネムリノチカラ代表



日本睡眠改善協議会 睡眠改善インストラクター 日本睡眠学会 ウェルビーイング学会 マインドフルネススペシャリスト 日本プロフェッショナル講師協会 認定講師

定員 16名 先着順
(定員になり次第締め切り)

受付開始 5月11日(土)～

※お子様連れでの参加も大歓迎！(保育はありません)

※ちょぼらさん募集！

(当日の受付、会場設営などちょこっとボランティア)

令和5年度 おとなの楽校「太極拳」の事後グループができました！

「せやまる太極拳」が新たに10名のグループとして、活動を開始します。ご興味がある方は、区民活動センターにお問い合わせください。



優しく丁寧な指導の菅原先生

【新規機材貸出物品】

新たに貸出物品が増えました。

※せやまる・ふれあい館内のみ利用できます。



超短焦点
プロジェクター

入場
無料

区活発！みんなの立ち寄りイベント

昼ドキイベント・せや

お子様連れも大歓迎

開催日時 毎月 第3金曜日 12時00分～13時00分 (11時40分開場)

開催会場 瀬谷公会堂 4月から2団体が出演します。

地域で活動するさまざまなジャンルのグループが、日ごろの活動や練習成果を発表するお昼休みイベントです。

4月19日

<女声合唱>
コール・ヴィヴァーチェ

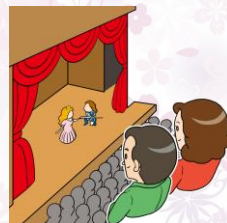
<斉唱>
ローゼンカヴァリエ



5月17日

<フルート演奏>
フルートアンサンブル YSFE

<民踊>
瀬谷区民踊協会



6月21日

<管楽アンサンブル演奏>
THE NATURAL

<ギター演奏と歌>
Glastonbury Band

7月19日

<ミュージカル>
瀬谷区音楽協会

<会場参加型『音楽紙芝居』>
ふれ愛♥音楽塾

【瀬谷に咲く花・人 No.1】

瀬谷区で活き活きと咲く(活動する)人を紹介します。



東 七男 (ひがしひろお) さん (南台在住 77歳) みなみせやフラワーズ代表
～仕事とボランティアで月に3日の休みだけど、達成感ある毎日～

鹿児島出身の東さんは、77歳の現在も銀行窓口案内の指導者の仕事のほか、区役所の案内・草刈りや花植え・日本語の指導・歴史や史跡のガイド等のボランティア活動で、毎日忙しく活動しています。「月に3日の休みですが、休みの日も家でスケジュールを決めて動き回る“まぐろ”です。だから、一日の終わりは達成感でいっぱい。」と、笑顔で話されます。「人の悪口は言わない」「迷っているより実行」「失敗は成功の元」と、常に前向きな言葉に励まされます。

東さんのオープンガーデン(4月5日～7日、5月10日～12日)に行ってみませんか。



海軍道路の桜(東さん撮影)

瀬谷区民活動センター

〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町469 せやまる・ふれあい館2階
TEL 045-369-7081/FAX 045-366-4670
Eメール se-kukatsu@city.yokohama.jp
開館時間 10時～17時
休館日 毎月第3日曜日、年末年始(12月29日～1月3日)

● アクセス情報

相鉄線 三ツ境駅で下車 徒歩約12分
または、バスをご利用の方は三ツ境駅北口より
相鉄バス【旭27】「南瀬谷小学校」行きや
【旭28】「ニュータウン南瀬谷」行き
などに乗車し、「中丸」バス停で下車 徒歩約5分

