



いそご区民活動支援センター情報紙

第8期 磯子区ボランティア応援隊 隊員募集!!

ボランティア募集中

磯子区内の地域活動・ボランティアなどを、より一層元気にするために、いそご区民活動支援センターと共に、活動を応援していただくメンバーを募集します!



活動内容：活動グループにインタビューし、いそつなの記事を作成。
 地域デビュー講座の企画・運営、各種イベントの応援等。
 活動期間：2021年4月1日～2年間（週1回・1時間程度）
 募集人数：4名
 応募要件：区内在住で地域活動・ボランティア活動に関心のある方
 応募方法：窓口・FAX・メールで申込（1月31日必着）
 ※詳細はホームページ、または下記へお問い合わせください。

いそご区民活動支援センター
1day体験サロン

磯子区地域ボランティア講師による講座です。

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

ギターで楽しいひとときを♪

日 時：2月13日（土）
 14:00～15:30
 講 師：ビッグ・リーフ
 参加費：無料
 定 員：15人（先着順）
 対 象：どなたでも



防災・減災等非常時のトイレ対策

日 時：2月27日（土）
 10:00～11:30
 講 師：吉澤 幸治氏
 （防災を考える会・磯子）
 参加費：300円（材料費等）
 定 員：10人（先着順）
 対 象：中学生以上



LINEのグループでつながろう!

日 時：2月28日（日）
 10:30～12:00
 講 師：岩田 めぐみ氏
 参加費：200円
 定 員：10人（先着順）
 持ち物：普段お使いのスマートフォン（当日お忘れなく）



お申込みは 1/12（火）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



いそご地域づくり塾 2020

さあ！はじめよう！自分らしくレポート(後半)

第3回のテーマは、“仲間と活動するために”でいよいよイベントに向けての話し合いです。

3つのグループに分かれてなかよくなるをミッションとしてイベントのアイデアを持ち寄りました。話し合いの結果、書道でアートを描く「ピントビーンズ」・磯子のいいところを探す「いそごいいね」・ピタゴラススイッチをみんなで完成させる「チームピタゴラ」に決定しました。

2週間ある交流ウィークを準備期間とし、スケジュールを立て、いよいよ本番の日を迎えました。

当日は、どのチームも準備をしっかりとって楽しいイベントとなりました。

受講生からは、「作成中のドキドキ感を共有でき、イベントを通じて仲良くなれた」「時間のない中、適材適所の役割分担が出来た」また、講師の坂本氏からは、「今までの講座と違った環境でのイベントでしたがお互いに配慮ができた」「一人一人が力を発揮できるとてもいい関係が築けた」とのお言葉をいただきました。イベント後の講座では、今回気づいたことを活かして



それぞれのやりたいことをイメージし、ステップアップシートに書き込んでいきます。

最終回は、「自分らしくはじめるために次の一歩へ」プラン発表です。

1人1人の発表に応援の言葉や協力したい！とたくさんの拍手が送られました。

発表後の交流タイムは、お互いにエールやメッセージを送り合い地域への一歩を踏み出すこととなります。講座を終えて「次のアクションが明確になった」「リアルな活動のイメージがおぼろげながら付いた気がする」など思いに変化があったようです。



受講生のこれからの活動が自分らしくはじまるのがとても楽しみです。来年3月4日(木)にいそご地域づくり塾近況報告会の開催を予定しています。歴代の受講生にもご参加いただき交流会を行う予定です。夢がカタチになった活動、夢に向かっている活動のお話が聞けることを待ち遠しく思います。



磯子地域づくり塾受講生からの感想

磯子のことを知りたくて

受講生 戸田博史



自分の住んでいる区域のことをもっと知りたい。この夏に磯子に引っ越してきた私は、その一心で『いそご地域づくり塾』に応募しました。実はどんな内容の講座か、よくわからなかったのです。開けてビックリ玉手箱！というか、これは、グループを作ったり、近所に貢献することを目指す講座のようでした。(タイトルの意味をよく考えれば、わかることですけどね)

軽妙な司会進行に乗せられて、ゲームをしたり一緒にイベントをしたりして、前半は、結構、楽しく遊びました。でも後半になると、《さて、あなたは磯子で何がしたいですか？ 何ができますか？》という問いかけが、私にのしかかってきました。考えてみると、区域を知るということは、自分を知るということに通じますね。私の人生…私のやりたいこと…私と磯子…。最初漠然としていましたが、いくつかクリアになったこともあります。

私が提案したのは、散歩サークルです。雑学や歴史や文学やグルメやビューポイントいろいろ情報を集め、みんなでゴチャゴチャ言いながら、磯子や横浜市内を歩きまわる。そんなグループができればいいなと思います。

この講座でお会いした人たちやスタッフの皆様は、私にとって、《磯子の最初のお友達》です。できれば大切につきあっていきたいと思っています。私の磯子生活が楽しくなるかどうか…先のことはわからないけど、まずは上々のスタートです。

令和2年度 地域デビュー講座

『磯子の歴史』

～三つの空間に吹いた、八つの風～



地域デビュー講座「磯子の歴史」が、11月5日から全5回にわたり開催され終講しました。厳しいコロナ禍で、受講生の皆様のご理解とご協力のおかげで無事終えることができました。

磯子区在住の葛城峻先生をお招きし、磯子の歴史について座学と散歩を組み合わせご紹介させていただきました。楽しみにしていた最終回の散歩は、あいにくの雨のため座学に変更となりました。

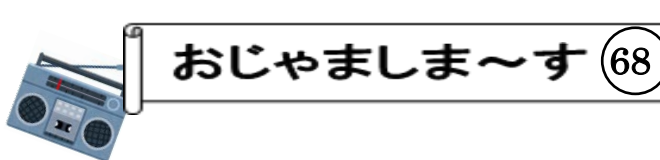
今回、人気の葛城先生の講座だったので抽選となりました。運よく受講された皆様は、葛城先生の豊富な知識と流暢なお話を聞き、大満足の様子でした。「今回歩けなかったコースを、先生とまた一緒に歩きたい。」「磯子に住んで長いけど、知らなかった事、見過ごしていた所など再確認できた。」



「磯子南部の歴史も知りたくなった。」などの感想がありました。

磯子区役所の前の産業道路まで昔は海だったそうです。立派な松に囲まれた瓦葺の二階家の偕楽園は、大正時代から磯子最大の料亭でした。一部は海水浴場として市民に開放されていたので、夏には多くの人で賑わったそうです。海岸一帯は海水浴場や保養地として有名でしたが、明治期以降市域の発展につれて、磯子の海は次々と埋め立てられていきました。こうして今の磯子の姿に変わりました。

受講生の皆さんの歴史に対する好奇心、意欲は増すばかりです。皆さんのこれからの活躍をお祈りしています。



「SGT・FIT」

2020年11月6日訪問



今回は、杉田地区センターで活動されている「ボクシングエクササイズ」のグループにおじゃましました。登録者は20名、30代～60代の女性が活動されているようですが、この日は換気やお互いの距離に配慮しながら9名の方が参加されていました。

ボクシングエクササイズと聞くと、激しい運動をイメージする方も多いと思いますが、蛭名先生のグループではサンドバッグやミットを使わずに、「健康的な身体作り」をモットーとし、体幹を意識した、安全で引き締めにも効果的な筋トレ・ストレッチ・エクササイズを提供しているそうです。

ジャブ・クロス・フック・アッパーなどフォームの練習から始まり、軽快な音楽に合わせてボクシングの形を取り入れたエアロビクスのようなウォーミングアップで身体をほぐしてから、徐々にハードな動きになっていくので、個々のペースや体調に合わせて、楽しみながら良い汗を流していました。

運動量が多いので、筋肉痛になることもあるようですが、身体も引き締まり、爽快な気分になるそうです。体力増進やストレス解消に最適で、免疫力もアップしそうです。



現在コロナ禍で活動が不定期になっていますが、月1回で参加費は700円です。様子をみながら、春頃には杉田東部町内会館や杉田地区センターで活動をする予定です。興味のある方は、この機会に始めてみては如何でしょうか？

お問い合わせは、いそご区民活動支援センターまで。

応援隊 石橋 葉子

施設いちおしのイベント・講座情報

1月

※施設の状況により内容が中止・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。

磯子センター
Tel 753-2861 Fax 753-2863
☎ 1/25 (月)

ガラスアートで作るティッシュケース


日時: 2/10、24(水)10:00~12:00
回数: 2回
対象: 成人
定員: 10人
費用: 3,000円
申込: 1/5~1/20 (抽選)
内容: ステンドグラス風の素敵なティッシュケースを作ります。



杉田地区センター
Tel 775-0541 Fax 775-0542
☎ 1/24 (月)

飾れる手こねせっけんを作ろう!

日時: 1/24(日)10:00~11:00
対象: どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)
定員: 10人
費用: 500円
申込: 12/27~(窓口先着順)
内容: アロマの香りを包み込んだ、可愛いせっけんを作ります。手でこねて形作る楽しい講座です。(せっけんとして使う場合は3歳以上の方用です)



上中里地区センター
Tel 773-3929 Fax 773-3939
☎ 1/25 (月)

お菓子を手作り~いちご大福~


日時: 2/10(水) 10:00~12:00
回数: 1回
対象: 一般
定員: 12人
費用: 1,000円
申込: 1/13(水)~2/3(水)(先着順)
内容: 季節の果物「いちご」を使った美味しい和菓子を作ります。餡から手作りのお菓子で優雅なお茶の時間をお過ごしください。(お持ち帰りとなります)



横浜市社会教育コーナー
Tel & Fax 761-4321
☎ 1/11 (月)

親子の広場
みんなでせつぶんあそび


日時: 1/25(月) 10:30~11:30
回数: 1回
対象: 1歳児以上と保護者
定員: 17人
費用: 1組100円
申込: 1/12(火)~電話受付(先着順)
内容: 室内で子どもの遊びをサポートする親子の広場。室内履き、飲み物を持参してください。大人はマスク着用。



たきがしら会館
Tel 752-4050 Fax 752-4051
☎

バスケット・フットサルタイム


日時: 1/21(木)
バスケットボール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
申込: 開始30分前より窓口にて(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お気軽にご参加ください。



磯子区地域子育て支援拠点 いそピヨ
Tel 750-1322 Fax 750-1323
☎ 日・月・祝

いそピヨ・マザーズハローワークコラボ 「出前」就職支援セミナー


日時: 1/21(木)10:30~11:30
回数: 1回
対象: 未就学児の親で就職を考えている方
定員: 7組
費用: なし
申込: 受付中(先着順)
内容: 春の就職を目指し、保育園入園の準備、就活のための書類作成、面接のノウハウを就職のプロがお話してくれます。是非ご参加ください。



洋光台駅前公園こどもログハウス
Tel & Fax 833-1569
☎ 1/18 (月)

スノードームを作ろう!


日時: 1/29(金)、30(土)10:00~15:00
回数: 2回
対象: 小学生以下(未就学児は保護者同伴)
定員: 30人
費用: 無料
申込: 先着順
内容: プラカップや画用紙を使ってスノードームを作ります。



磯子地域ケアプラザ
Tel 758-0180 Fax 758-0181
☎ 1/18 (月)

子育て楽しむ♪ わいわい広場


日時: 1/13(水)、28(木)10:00~11:30
回数: 2回
対象: 幼児と保護者
定員: なし
費用: 13日 無料 28日 100円
申込: 不要。当日直接会場へ
内容: 13日:自由遊び 28日:『あそび・隊!』と遊ぼう!



滝頭地域ケアプラザ
Tel 750-5151 Fax 750-5155
☎ 1/18 (月)

赤ちゃんひろば


日時: 2/17(水)10:00~11:30
回数: 1回
対象: 近隣在住の0歳~3歳の子どもと保護者
定員: 10組 20人
費用: 100円
申込: 1/21(木)~電話受付(先着順)
内容: 地域のヨガ団体によるミニ講座を行う予定です。また、保育園の先生による読み聞かせもあります。



久良岐能舞台
Tel 761-3854 Fax 754-4050
☎ 1/18 (月)

竹灯籠まつり


日時: 1/16(土) 16:00~18:00
回数: 1回
対象: 全年代(未就学児不可)
定員: 70人(全自由席)
費用: 大人1,000円
申込: 受付中(先着順)
内容: 新春にちなんで横浜芸者によるおめでたい演目の数々。最後は横浜らしく「野毛山節」。窓のそとには竹灯籠が輝いています。



三殿台考古館
Tel 761-4571 Fax 761-4603
☎ 月

冬の勾玉作り教室


日時: 2/6(土) 9:30~12:00
回数: 1回
対象: 小学生以上(低学年は保護者同伴)
定員: 12人
費用: 500円
申込: 1/5~1/25 Eメール又は往復葉書
内容: 原始・古代の装身具である「勾玉」を、石を材料にして作ります。※マスク・タオル持参。詳細はHPをご覧ください。



磯子区青少年の地域活動拠点 イソカツ
Tel 080-4423-1876
開所 (火・木)15:00~20:00(土)13:00~18:00

第3回イソカツ美術展

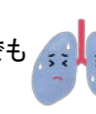
日時: 1/19(火)~22(金)13:00~18:00
1/23(土)10:00~16:00
会場: 根岸駅前モンビル6階・M6
対象: 磯子区近隣の住民
定員: 制限なし
費用: 無料
申込: 当日来場受付
内容: 地域の中高生世代による手作りの美術展を開催します。ぜひ中高生世代の作品を見に来てください!



上笹下地域ケアプラザ
Tel 769-0240 Fax 769-0242
☎ 1/18 (月)

◆協力医講演会◆
慢性閉塞性肺疾患と気管支喘息について

日時: 1/9(土) 14:00 ~ 15:00
回数: 1回
対象: 地域の方どなたでも
定員: 30人
費用: 無料
申込: 要予約(先着順、事前受付中)
内容: 健康寿命を延ばしましょう!!
講師: 土屋 肇 氏(土屋内科医院 院長) ※講座終了後、健康相談をお受けします。



磯子区民文化センター杉田劇場
Tel 771-1212 Fax 770-5656
☎ 1/12 (火)

雅楽×現代
真鍋尚之 笙リサイタル


日時: 2021年1月23日(土)
14:00開演(13:00開場)
対象: 一般 ※未就学児入場不可
定員: 140人(全席指定)
費用: 一般3,000円/SC会員価格 2,500円
申込: 杉田劇場窓口、インターネット
内容: 国内外で活躍する磯子区在住の笙奏者 真鍋尚之のリサイタルを開催。作品公募で見事選ばれた笙作品も演奏される。



磯子スポーツセンター
Tel 771-8118
☎ 1/12 (火)



出前教室①健康体操
出前教室②肩腰膝痛予防体操

日時: ①1/25(月)9:30~10:20
②1/26(火)13:00~13:50
会場: ①屏風ヶ浦地域ケアプラザ
②上笹下地域ケアプラザ
定員: 各16歳以上 各20人
費用: 各500円
申込: 当日現地に15分前から受付
内容: 簡単な運動やストレッチを通して肩腰膝の痛みの予防から健康・体力づくりを行います。※室内シューズをお持ちください。



明けましておめでとうございませう

去年は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止ため、閉所を余儀なくされ、皆様には大変ご迷惑をお掛けいたしました。
開所後も、新しい生活様式や制約のある中、ご協力いただきましてありがとうございました。
昨年同様、今年も工夫をし、ご利用いただけるように努めてまいります。皆様のご利用をお待ちしております。
どうぞよろしくお願いたします。

磯子区文化協会 華道部

☆ イベントのお知らせ ☆

いけばな体験会に
参加しませんか?
お花は、持ち帰りできます。



- ✿ 日時 3月1日(月)
- ✿ 場所 磯子公会堂 集会室
- ✿ 時間 12:00~14:30
- ✿ 会費 お1人様 1回300円
(花代込み)
- ✿ 当日お申込み定員30名(先着)

※ロビーでは、各流派の花展が開催されます。
2月27日(土)、28日(日)、3月1日(月)、3日間

お問合せ先 いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390

健康麻雀クラブ 藤の花

☆ 会員募集中 ☆

女性会員の皆さんと優しく明るく
ゲームができます。
女性の方のみ募集いたします。
年齢は、問いません



- ✿ 活動日時 毎週金曜日
- ✿ 活動場所 上中里地区センター
- ✿ 活動時間 12:00~17:00
(ゲームは、3回戦まで)
- ✿ 会費 参加費 1回300円

※開講は、2021年2月初旬の予定です。
男性は、麻雀クラブ  の会にて 会員募集中

お問合せ先
TEL 045-891-0107 伊東 洋子

I am 地域ボランティア講師



ジャンル: 整理収納・お片づけ
氏名 : 小山直子
資格 : 整理収納アドバイザー2級認定講師

ホテルとして約10年間お台場のホテル日航東京(現:ヒルトン東京お台場)勤務。客室係として年間1000件以上のVIPスイートルームのチェックを4年間担当。日本料理接客スタッフ2年・ウエディングプランナー4年を経験。一般家庭訪問でのお掃除・お片づけサービス70件越え。女性自身2020年2月18日号カラー掲載。「横浜みらい収納」主宰。

笑顔いっぱいの楽しい講座がモットーで「考える☆参加する」ワークを中心に、おひとりおひとりに合わせた、「お片づけのコツ」をお伝えします♪ お片づけに興味のある方、お片づけが苦手の方、どなたでも大歓迎!!親子やご夫婦でのご参加もお待ちしています♡ 実際にご自宅のお片づけのお手伝いや講座のご依頼にも柔軟に対応致します♪(別途ご相談承ります)

気軽に「こやぞお」と呼んでいただくと嬉しいです!!

※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“ボランティア人材登録制度”です。
詳しくは、いそご区民活動支援センターまでお問合せください。

情報掲示板 2021年1月号



彩(いろどり) 磯子

☆ 参加者募集 ☆

絵は描けないという方でも大丈夫♪
色を重ねて表現するので深みのある
作品を描けます。
教材も三菱ポリカラー36色、ワトソ
ンスケッチブックF3とねり消しゴ
ムのみ。
ぜひ一度体験してみてください。



活動日時：①第2、第4木曜日 9:30~12:00
②第2、第4水曜日 9:45~12:00
活動場所：①磯子センター ②杉田地区センター
会費：3000円/月
講師：福田 明子
※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：いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390

磯子スマホ&タブレット同好会

☆ 会員募集 ☆

スマホやタブレットと一緒に学びませんか?
スマホ・タブレットの
勉強会を開催しています。
初心者大歓迎です。
是非、お問い合わせください。



活動日時：毎月 第3木曜日
13:00~14:45
活動場所：磯子センター
会費：500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：いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390

~1day体験活動報告~



1day体験サロンとは・・・
地域ボランティア講師が区民の方に活動を
広く知っていただくために体験講座を行っています。
土・日に区役所7階ミーティングコーナーで開催

心と体の楽しい健康講座 睦 学んで笑って歌って感動しよう♪ 谷上 鎮隆氏 ☆11月2日開催☆



初めにジョークを交えながら笑いを誘い、お話しとストレッチ体操を行いました。「食事や運動で骨と筋力づくりをすること(体の栄養)や歌や笑いで感動すること(心の栄養)で免疫力を向上させ健康寿命を延ばそう」と、ご自分の体験をもとに伝えていらっしゃいました。「ふるさと」など懐メロを数曲合唱し、最後には勝ち鬨を挙げ、皆さんも元気をいただいた講座となりました。楽しく生きるコツを教えていただいたなど喜ばれていました。



ブリザードフラワーを使ったのかわいいカードケース 青木 良江氏 ☆ 11月22日開催 ☆



ブリザードフラワーとは、生花や葉の水分を抜いた素材を特殊な液で加工していきます。今回は、カードケースに色とりどりの花を並べオリジナルデザインの素敵なケースが出来上がりました。
大切な方へのプレゼントにもいいですね♪
「みんなでワイワイ楽しかった」と大好評でした。



初めての英語の歌 ♪ 吉本 ひとみ氏 ☆ 12月6日開催 ☆



歌が好き、英語が好きという皆さまが集まりました。最初はABCを読むところから始まり、テネシーワルツを音楽に合わせて歌いました。初めての方も楽しく歌うことができたことと喜んでおられました。続けてほしいとの声があがり、1月17日(日)いきいきふれあい活動広場 14時~15時練習します。ご興味のある方は支援センターまで!



第30回 いそご芸術文化祭



【合唱・声楽部】いそご spring コンサート

開催日：令和3年2月27日(日)
 時間：13:30～17:00(受付開始 13:00)
 会場：磯子公会堂 会議室[地図F]
 問合せ：Tel 045-753-6580 (小田)



春は希望の季節。私たちも希望をコーラスに乗せて皆様にお届けしたいと思います。音楽の力で元気になりましょう！



【書道部】書道部門作品展

開催日：令和3年2月17日(水)～23日(火)
 時間：10:30～17:00
 会場：杉田劇団 会議室 [地図C]
 出品料：2,000円
 問合せ：Tel/fax 045-751-4567 (菅野)



磯子区に集う書道愛好家によるさまざまな分野の書作品を展示。



【華道部】華道部華展【日程変更】

開催日：令和3年2月27日(土)～3月1日(月)
 時間：27日 10:00～17:00
 28日 9:00～17:00
 1日 9:00～15:00

会場：磯子区役所 1階区民ホール[地図F]
 観覧無料
 問合せ：Tel 080-3250-8813 (土屋)

磯子区在住、勤務の各流儀・各流派の華道家による生け花作品展示。

参加者募集



交流会 Zoom 体験会



日時：2021年1月30日(土) 11:00～12:00

会場：磯子区役所 7F 701・702 会議室

対象：地域ボランティア講師、グループ・団体登録者

オンライン参加者 おおむね 20名

会場参加者 10名 (多数の場合は抽選になります。)

内容：事前に頂いたアンケートの結果報告/自己紹介と情報交換/記念撮影

応募方法：裏面の申込書を 1月15日(金)まで(締め切り)

※1月27日(水)動作確認・個別説明会 必須

詳細は、いそご区民活動支援センターまで



こちらからお申込みできます。

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

ホームページは、こちらから↑



◆編集後記◆

今年もよろしく
 お願いします。

今年、皆様にとって



たくさん素敵な
 ことがありますように

