

～「みなくる」は旭区の地域活動やボランティア活動を応援する交流拠点です～

みなくる

NO.58
令和5年新春号
だより



新しい年を迎え、いろいろなことにチャレンジしていく新たな門出です。「みなくる」は今年もみなさまの活動の相談窓口として支援をしてまいりますので、どうぞお気軽にお越しください。本年もよろしくお願いいたします。

あさひ区民まつり

への参加
の報告



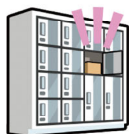
「みなくる」ブースでは、もっと「みなくる」を知ってもらおうと「みなくる」の紹介と利用登録団体の活動PR展示を行いました。

200名以上の方が来場、「みなくる」とはあまり関わりのない10代、20代が多く来てくれました。

「自分が知らない活動がある事を知り、来てよかったです」(70代)
「楽しそうなのがいっぱいあるのでやってみたい」(10代以下)

・感想より

登録団体へのお知らせ



「貸ロッカー・貸しターケース」申し込み

申し込みには団体登録が必要です。
旭21-〇〇の団体は、更新手続き完了後にお申込みください。

更新手続きは代表者または連絡先の登録者が行ってください

利用期間：1年間
(令和5年4月1日～令和6年3月31日)

申込受付：令和5年2月1日から
令和5年2月28日までに
直接「みなくる」へお申し込みください。

対象団体：「旭22-〇〇」「旭23-〇〇」

事務用品の保管やメンバー間の情報交換にご利用いただけます。
※希望者多数の場合は抽選
※利用料無料

募集中 みなさんの活動を紹介しますか？

みなくる ギャラリー コーナー



対象：旭区在住、在勤または在学の皆さま
旭区内で活動されているサークル・団体の皆さま

利用期間：2週間
(日曜日【搬入】から翌土曜日【搬出】まで)

展示コーナー



ガラスケース 展示パネル

対象：旭区生涯学習アドバイザーの皆さま
旭区市民活動支援センターみなくる利用登録団体の皆さま

対象：1月間
(月初日【搬入】から当月末日【搬出】まで)

令和4年 休館日・点検日
休館日：1月18日(水)、2月15日(水)、3月15日(水)

発行

旭区市民活動支援センター「みなくる」

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階

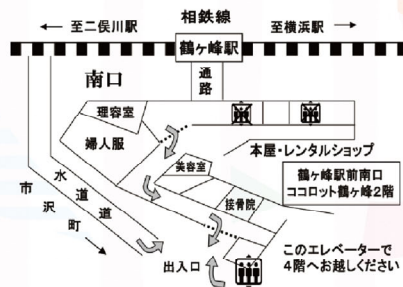
TEL 045-382-1000

FAX 045-382-1005

E-mail as-manabi@city.yokohama.jp

休館日 毎月第3水曜日・年末年始ほか

ホームページ [みなくる](#)



講座案内

旭区生涯学習講座

モデルのため

グッドライフスタイル

～自分磨きを楽しみながら
これからの人生を輝いて過ごすために～

第1回

カラダの整え方・使い方

～心地よいカラダづくり～

3月3日(金)

13:30～15:00

講師 橘 智子 氏
整体師・エステシャン

第2回

スマホ写真の上手な撮り方

～アドバイスを聞いて撮ってみよう～

3月10日(金)

13:30～15:00

講師 林 貴子 氏
えがおクリエイション

第3回

スキンケア&メイクアップ

～“キレイ”のヒントを知る～

3月17日(金)

13:30～15:00

講師 花王 ビューティリサーチ&
クリエーションセンター
美容PRグループ

第4回

40代からの『小さな一歩』の踏み出し方

～自分の可能性を見つけよう～

3月24日(金)

13:30～15:00

講師 平井 直人 氏
オトナ塾 grand(二俣川)代表

講座のお申込みは電子申請になります。お問合せのある方は「みなくる」までご連絡ください。
電話：045-382-1000 (みなくる 椎名)
メール：as-manabi@city.yokohama.jp



講座の申込みはこちら



旭区マスコットキャラクター
あさひくん

生涯学習
アドバイザー
企画講座

研修室

体験・講座 WEEK は事前申込みです。
「みなくる」ホームページやチラシで
ご確認ください。 ※定員あり

講師 ... 講師 料 ... 材料費 対 ... 対象

2/20
月

10:00-11:30
みんなで作るラベンダークリーム作り
講師 岡谷 麻子 料 500円 対 どなたでも

10:00-12:00
スマホでチラシ作成レッスン (CANVA)
講師 スマホ☆ドリーム 料 100円 対 どなたでも

13:30-15:30
賢い成人は認知症を遅らせるノウハウを得る
講師 川口 整 料 500円 対 大人、高齢者

13:30-15:30
水引で作るアクセサリと小花
講師 松本 万遊子 料 500円 対 どなたでも

2/21
火

10:00-12:00
紙の上の言葉を起き上がらせ、聞き手に届ける！
講師 朗読ボランティアの会「8・9・恵」 料 無料 対 大人、高齢者

10:00-10:50、11:10-12:00
クレイアート☆ねんどで工作
講師 神部 理恵 料 500円 対 どなたでも

13:30～14:00、14:30-15:00
おためし笑いヨガ
講師 たいべい 料 100円 対 どなたでも

13:30-15:30
芸術文化にふれ旅したくなるイタリア語教室
講師 久保 雅彦 料 600円 対 どなたでも

18:30-20:00
お部屋も人生も変わる！こんまり流お片づけ
講師 細川 陽子 料 100円 対 どなたでも

18:00-20:00
ボードゲームでコミュニケーション改革
講師 KUA(クア) 料 無料 対 どなたでも

みなくる WEEK

2/22
水

10:00-11:30
ココロをほぐすパステルシャインアート
講師 寺田 早苗 料 500円 対 どなたでも

13:30-15:30
古文書を読もうー坂本龍馬の手紙を教材にー
講師 薄井 達雄 料 100円 対 大人、高齢者

2/23
木

10:00-10:50、11:10-12:00
チョコレート体験
講師 多田 洋美 料 500円 対 どなたでも

10:00-11:30
はじめて楽しむソーパークーピング！！
講師 三好 くらら 料 500円 対 大人

13:30-15:30
文字を楽しく筆遊び
講師 諏訪 和江 料 100円 対 どなたでも

13:30-14:15、14:30-15:15
はじめてのパレオストレッチ
講師 渡邊 ゆうき 料 100円 対 どなたでも

2/24
金

10:00-12:00
黒船来航と鉄道開業。二侯川と重忠。
講師 加藤 明彦 料 無料 対 どなたでも

13:30-15:30
風水の知識で開運金運アップのお掃除を
講師 幸せのまねきちゃんこ 料 100円 対 大人

2/25
土

10:00-11:00
12星座と10惑星 それぞれの星座の役割
講師 星の学校 華愛 料 無料 対 大人

10:00-12:00
やさしいパステルアート
講師 藤井 靖子 料 500円 対 大人

13:30-15:00
心の色を咲かせよう♡運紙で作るハスランブ
講師 中山 静江 料 1,200円 対 どなたでも

13:30-15:20
あなたもマジシャン！やさしいマジック講座
講師 奇楽人・YUKI 料 1,000円 対 どなたでも

18:00-19:30
アロマでお肌モチモチピカピカ美容液作り
講師 加藤 芳子 料 800円 対 中・高校生、大人、高齢者

ミニ舞台

スペシャルデイ

ミーティングコーナー

10:05-10:25
コンサート 241
ピアノ(キーボード)&楽器の生演奏

10:25-10:45
ほどがやえかたり〜ベ
紙芝居口演

10:45-11:05
旭区食生活等改善推進委員会(ヘルスメイト)
食育人形劇「あさひくん」

12:20-12:40
横浜友の会旭方面
15分でできる家事は？

12:40-13:00
留学生と語り合う会(RKK)
留学生との社会見学を通しての交流の活動紹介

13:00-13:20
横浜にし・おやご劇場
バルーンアート

13:20-13:40
朗読劇あさひ
朗読劇の作品発表

14:50-15:10
旭区舞踊協会
日本舞踊の紹介

15:10-15:30
すみれ会
二胡の演奏

事前申込み不要、入場無料、
来館者数によって入場制限をする
ことがあります。

※内容について変更になる
場合があります。

登録団体の
活動披露
・実演

ブース

ミーティングコーナー

午前 10:00-12:00

- おもしろ科学たんけん工房
- 旭区食生活等改善推進委員会(ヘルスメイト)
- 旭区ひまわりの会
- 旭ふれあいコール
- 富士見なごみ会
- よこはま緑の推進団体旭区連絡会

午後 13:00-15:00

- 旭保育グループあさがお
- 水辺愛護会 帽子川はふるさとの川の会
- 鶴ヶ峰ふれあいの樹林愛護会 ジャングル山の会
- モヤークラ委員会@旭
- 旭ジャズまつり実行委員会
- 留学生と語り合う会(RKK)

活動披露
・実演

研修室

- 11:15-11:45 Aco-Soul (アコソウル) アコースティックギターデュオコンサート
- 11:45-12:15 秋山亭 忠之 ドキュメント「畠山重忠公・鶴ヶ峰の合戦」
- 13:45-14:15 青木 一彦 ウクレレ演奏とウクレレの話
- 14:15-14:45 門井 こそえ フルートとバイオリンとピアノのトリオコンサート

講座報告

インターネット活用講座

～スマホでインターネット 便利に安全に使いこなそう！～

講師 スマホ☆ドリーム



日時 8月コース:8月19日(金)『基礎』、8月26日(金)『実践』
9月コース:9月2日(金)『基礎』、9月9日(金)『実践』
13時30分～15時

生活する上でインターネットが不可欠な現在、スマホを使って便利に安全にインターネットが使えるように1回目に基礎的な知識を学び2回目には電子申請システムなどの使い方を実践しました。

感想より

- とても助かりました。もう一度、余裕を持って受講してみたいです。
- 親切丁寧で良かったです。教えていただいたことを実践したいと思います。

アドバイザー紹介

さまざまな活動を通して習得した知識や技術を、ボランティアとして地域で活かして活動されているみなさんをご紹介します。

活動紹介 10/16



富士見なごみ会(俳句)

場所:白根地域ケアプラザ

みなさんが持ち寄った句をそれぞれが選んで、その結果の感想を発表していました。俳句は季節や風景など、日々の生活の一端を使い、五・七・五の17音で表現します。読み手と受け手で受け取り方が違う部分などが出てきますが、そこを楽しんだり、季語に出てきた植物や生活について話したり、また表現方法のアドバイスなどを交え和やかに会が進んでいました。