

事業計画書

令和 8 年度

施 設 名 : 横浜市上中里地区センター

指定管理者 : 株式会社 清 光 社

令和 8 年度 上中里地区センター事業計画書

施 設 名 : 横浜市上中里地区センター

指定管理者: 株式会社 清光社

館 長 名 : 内藤 吉彦

1. 施設の管理運営に対する基本的考え方

設置目的

地域住民が自らの生活環境の向上のために自主的に活動し、スポーツ、レクリエーション、クラブ活動等を通じて相互の交流を深めることのできる場であり、地区センターとして地域住民の福祉の向上を図るため、指定事業を行い、地域住民の自主的な活動を援助することが求められています。

区政運営方針

令和 7 年度 磯子区運営方針

■基本目標

「皆さまとともにつくる 笑顔あふれるまち・いそご」

■目的達成に向けた施策

- 1 地域の力と魅力にあふれるまち
～区政 100 周年、GREEN × EXPO 2027 の機運醸成～
- 2 安全・安心なまち
- 3 子供から高齢者まで誰もが暮らしやすいまち

■目標達成に向けた組織運営の姿勢

- 1 信頼される区役所
- 2 確実な業務遂行
- 3 職員が能力を発揮できる組織

磯子区役所では、横浜市中期計画の基本戦略「子育てしたいまち 次世代を共に育むまち ヨコハマ」を踏まえ、地域・事業者等の皆さまとの連携・共働により、誰もが安心して暮らせる笑顔あふれるまち・いそごの実現を目指します。

また、令和 9 年の区制 100 周年及び「GREEN × EXPO 2027」を契機に、区の魅力や地域資源を活用した機運醸成を図ることで、脱炭素化に向けた取り組みを推進します。

基本方針

磯子区基本方針に基づき、地域住民・行政・指定管理者の三者が一体となり、活気があふれ、安全・安心に暮らせるまちづくりに貢献できるよう施設の運営を図ります。

(1) 安全性・快適性・公平性の高い施設の提供

- 区民の自主活動等を安全に実施できるよう、6S を徹底した維持管理による施設の長寿命化、維持管理計画の効率化を実現し、快適な施設空間を引続き提供します。
- 日常の施設巡回や、非常時における事故・災害発生時の緊急時対応等に備えた体制・設備等の充実、地域連携の強化等を引続き実施します。
- 地域住民を中心として構成される人員体制を継続し、地域の課題や各利用者個人の問題を十分理解した職員・スタッフが対応することで、安心して利用できる施設サービスを提供します。
- 職員・スタッフの研修内容をより充実させ、習得した知識や技術等を通じて、おもてなしの心を持った笑顔での利用者対応を継続していきます。
- 全ての区民が当施設を公平・公正に利用できるよう、横浜市地区センター条例に基づいた利用許可・減免の実施、当施設の現状に沿った利用ルール等の実行を引続き行います。ルール違反に対しては、ご理解いただけるよう丁寧にご説明しご協力をいただけるよう努力します。
- ユニバーサルサービスの充実化を図り、高齢者、障がい者、外国人等、誰でも気軽に利用しやすい施設環境の改善を引続き行います。

(2) 誰もが元気で自分らしく、生きがいを感じられる事業の実施

- 幼児～高齢者を対象とした魅力的な講座・イベントや施設関与度に合わせた事業を引続き実施し、各年代の自主的な活動とコミュニティ醸成を支援します。
- 講座修了者に対するサークル設立支援や既存サークルの紹介等、自主活動を継続するための取組みも引続き実施します。

(3) 地域との協働による地域課題への取組み

- 地区センター委員会において、当施設の管理運営全般に関して引き続きご協力を頂くことで、地域一体となって当施設の運営に取り組んでいきます。
- 地域の魅力発信や地域貢献・地域活性化につながるよう、講座・地区センターフェスタ・アウトリーチ活動等の指定事業や職場体験・ボランティアの組成による地域課題解決事業等で引続き各種団体と協働・連携に取り組んでいきます。

2. ニーズの把握と運営への反映

(1) 地域との連携に関する計画について

地区センターの設置理念を反映した上中里地区センター基本方針に基づき、運営業務を実施するとともに「地域力推進事業」を実施し、地域の持つポテンシャルや住民の方々の力によって、地域問題を解決できる地域コミュニティの創出を目指します。また、地区センターの機能及び利用者の利便性を向上させるイベントやサービスを実施することにより、地区センターの利用促進及び地域課題の解決を行います。

その他、「出来る事から始めよう」を合言葉に、地区センターから社会貢献活動の発信、アウトリーチ活動を展開することで地域交流を深めます。

(2) 地域や利用者のニーズの捉え方と運営への反映方法

弊社は、利用者の意見・要望を多方面で受け取り、真摯に改善・反映・実施を積極的に行います。利用者を正確に把握するために、様々な場所・時間そして人から数多くの要望を受け取る体制を構築するとともに、収集した情報を分析・評価・検討することにより、あらゆる角度から実現の可能性を模索し、実施する体制を構築いたします。

①地域・利用者との共創

地区センターアンケート・ホームページのお問い合わせ・生の声・横浜市民の声・市及び区の施策、統計・利用者会議・地区センター委員会等、様々なものから新しい価値を形あるものとして共創します。

②ニーズへの対応

地区センターにおいて実施計画を策定し、区と十分な協議を重ね、地区センター委員会及び利用者会議に諮ります。賛同が得られたものについては、実施計画を基本にニーズへの対応を迅速に実施します。賛同が得られなかったものについては、代替案を策定し、再度、必要なプロセスを経た上で実現できるよう努力します。

③事業展開への反映

地区センターが一方的に企画立案するだけでなく、内容によっては事業計画段階から利用者や地域住民の方々が主体となった企画立案を行っていただき、最大の効果が得られるように推進します。

3. 施設でのサービス提供に対する考え方

便利で楽しめる「利用者サービス」、何度も足を運び笑顔がこぼれる「ホスピタリティサービス」、快適に施設を利用できる「快適な空間の創造」を軸に利用促進活動を展開し、人が自然と集まり、会話が弾むような、地域のシンボルとなる地区センターを目指します。

(1) 利用促進策

①ホスピタリティサービス

地区センター利用者の、悩みや勉強などの相談が、家族のようにできる「暖かい空間」、高齢者や障がい者が安心して利用できる「サービス介助」を実施するために、清光社教育プログラムに基づく社内外講習・資格取得・多様な施設間交流講習・効果測定を実施します。また、朝礼時・引継時に前日の管理運営に基づく5分間ミーティングの実施や業務日報におけるスタッフ間の引継等、日々の要望を即時に反映する体制を構築します。

②快適な空間の創造、利用者向け清掃の仕方、利用後の備品配置

地区センターでは、利用者による自主的な清掃により美観の維持を行っています。部屋毎に「清掃の仕方」「利用後の備品の配置写真」を掲示し、利用者によってバラツキがない工夫を継続して行い、次の利用者が気持ちよく利用できるよう、継続してご協力を呼びかけます。

③個人利用者のグループ化

地区センターの利用者の中には、団体利用の定義を深く理解していない方もいらっしゃいます。グループ登録は2名からできるものです。団体利用促進のために、個人利用者に対しても、積極的にグループ化を働きかけてまいります。小・中学生への対応としては、保護者を含めた団体登録の案内を行い、継続してグループ化を働きかけます。

④広報活動の充実

広報活動は「広報よこはま 磯子区版」を基本に、「いそっぴらっく」「いそつな」「タウンニュース」「館内掲示」「地区センターだより」（毎月発行を継続）、「地区センターホームページ」「地区センターフェスブック」等を活用し広報活動をさらに充実させます。

(2) 利用料金の設定について

目標金額：**3,000**千円、目標稼働率：**43**%、割引などで利用料金の変更を検討する場合は、利用動向を調査・分析し、慎重に検討を行います。実行に際しては地区センター委員会や利用者会議に諮り、実施内容を十分に説明し、ご理解を得るようにいたします。また、特別な事由による休館日の変更を行う場合は、磯子区地域振興課と十分協議し、さらに利用者に周知・説明を行うこととします。

① 時間帯利用割引

昨年度実施をして好評だった、期間割引とスタンプカード割引を組み合わせた「夜間割引」を、今年度も検討します。

例) 体育室を除く、18 時以降の施設予約を対象とする夜間割引など。

(3) 利用者サービス向上の取組

①見学者の受け入れ

小学生・中学生の社会勉強のための「見学会」および「職場体験学習」を継続、また定期的に開催するとともに、開かれた地区センター運営を目指します。

②システム化による業務の効率化活動

平成 30 年度にインターネットによる予約システムを導入し、利用者に便利で且つスタッフが効率よく業務を遂行できる「しくみ作り」に取り組みました。

今年度もその定着と改善を図り、さらに安定した運営を実施いたします。

また、ホワイトボードに手書きしていた入口のインフォメーションボードを、令和 4 年度にデジタルサイネージを再利用して、予約システムから「今日の予定」をリアルタイムで表示できるようにしました。今後も、デジタル化された情報の活用を検討します。

② 物販及び飲食物の提供

利用者サービス向上を図るため、引き続き「コピー・印刷機利用サービス」「充電器貸出サービス」「自販機サービス」を継続します。

4. 施設の経営に関する考え方

(1) 施設の効率的な運営のための計画について

5つのマネジメントシステム【ISO9001 品質マネジメントシステム】【JIS15001 個人情報保護マネジメント】【ISO14001 環境マネジメントシステム】【OHSAS18001 労働安全マネジメントシステム】【ISO27001 情報セキュリティマネジメントシステム】の手法を活用し、継続的な業務改善を実施するためにC S（顧客満足度）の向上及びP D C Aを活用した管理運営業務の効率化・効果の最大化を図ります。

(2) 施設の維持管理について

「快適であり」「安全であり」かつ「安心である」環境を提供する為に、常に利用者の視点に立ち、高齢者や障がい者等の利用も考慮し、「ノーマライゼーション」を意識した維持管理を行うことを軸に、「快適な空間の創造」を目指します。

5. 施設運営に関する職員体制・情報保持等の考え方

(1) 職員の配置及び採用について

- ①館長1名、指導員2名の常勤者を配置し、コミュニティスタッフとして、美化スタッフを含めた16名を配置します。
- ②スタッフは週毎の交代勤務とし、午前・午後各2名、夜間1～2名を配置します。交代時間には、スタッフが引継業務を実施する為に、重複して配置いたします。常勤職員については、各時間最低1名を配置し、施設の円滑な運営管理を実施します。

(2) 職員の研修計画について

- ①職員研修及びミーティングを休館日に実施します。
- ②教育プログラムに基づく社内外講習・資格取得・多様な施設間交流講習・効果測定を実施します。
- ③その結果、利用者のことを理解し、利用者に寄り添った「おもてなしの心」で、信頼されるサービスを提供します。
(接遇研修・個人情報保護管理研修・指定管理者講習会・人権研修・他施設研修等)

(3) 個人情報保護管理について

「個人情報取扱事業者」として、「個人情報保護マネジメントシステム」の活用により、地区センター運営および指定事業における個人情報の保護を徹底することを基本方針とします。

①法律・条例に則った個人情報保護の徹底

「個人情報取扱事業者」として「個人情報保護に関する法律」および「横浜市個人情報の保護に関する条例」を遵守し、個人情報を適正に取り扱います。また、守秘義務に関しても職員への周知・徹底を継続します。

②上中里地区センター個人情報取扱マニュアルの作成・活用

「上中里地区センター個人情報取扱マニュアル」を活用し、職員への周知徹底と定期的な見直し・改善を行い、個人情報保護を徹底します。

③個人情報保護管理における責任者の設置と取扱体制の構築

館長を個人情報保護責任者とした上で取扱担当者を決定し、個人情報の保管期間、保管方法、および保有情報の消去方法等の措置について、館長から取扱担当者に指示します。また、統括担当者による抜き打ちチェックを実施し、管理の徹底を図ります。

6. 緊急時の対策について

(1) 事故、災害時の危機管理対策の基本的な考え方

利用者の安全確保を最優先とし、訓練・研修により職員の危機対応能力を高めるとともに、事前および事後の対策を強化することにより、不測の事態への備えを強化します。さらに、利用者への被害を回避する観点から、建築物の日常点検や早期修繕の徹底を図ることを基本的な考え方とします。

①利用者安全の最優先

事故・災害時などにおいては、利用者の避難、誘導、安全確保を第一とし、『横浜市防災計画（震災対策・風水害対策・都市災害対策）』『国民保護計画』および「横浜市指定管理者ガイドライン」、『磯子区防災計画』『指定管理者災害対応の手引き』を全職員が十分に把握し、行動します。

②職員の危機対応能力向上および事前・事後の対策強化

「上中里地区センター危機管理マニュアル」を活用し、研修により周知・徹底を図り、防災訓練・事故対応訓練等を強化することによりマニュアルの見直しや改善の継続を行い、危機管理能力を更に高めます。

特に東日本大震災に端を発した、防災に対するニーズに対応すべく、職員のみならず、地域自治体、近隣住民と連携をした防災訓練や、防災に対するセミナー等を実施します。

③緊急、災害時等の施設破損等を最小限に抑える施設管理

災害時等において、建築物の損傷による利用者への被害を避けるとともに、人命救助などの地域支援活動に支障をきたさないよう、建築物の日常点検、早期修繕及び予防保全の徹底を図ります。

(2) 災害時などにおける対応策

①初動対応

利用者の安否確認と避難・誘導による安全確保を実施するとともに、災害時のレベルに準拠した弊社運営委員および勤務外職員を集結させ、救援活動拠点機能を維持するとともに横浜市及び磯子区への情報連携を行います。

②二次災害の防止

建物・構築物及び樹木の倒壊防止、火災・延焼の防止とともに、危険が周囲に及ぶ可能性のある場合には、周辺住民への危険周知や避難の要請、行政当局や外部技術者等への連絡および関連機関と連携した対応を実施します。

③災害時における協力体制

現在上中里地区センターは、横浜市内に地震、風水害、その他の災害などが発生した、または発生する事が予測される場合に、補充的避難場所を開設及び運営し、災害時に、区民、在学在勤者等の安全確保、生活復興等の応急対策を迅速に推進する為、市・区より協力要請を受けた場合は可能な限り協力要請に対応できる体制を構築します。

7. 指定事業計画について

(1) 基本的な考え方

地域住民の自主的活動の援助及び新たな地域コミュニティの創造、地域住民の相互交流、地域課題の解決を目的として、指定事業を開催し、講師はできる限り地元に住む方をお願いをいたします。また、連携団体と協力することにより、少額の参加費で、魅力ある指定事業の実施及び年齢・性別を考慮した幅広い層の方々が参加できるようにします。

(2) 地域住民の自主的活動のサポート

既存団体・サークルの自主的活動及び相談・広報支援を行い、幅広い活動のサポートを行うとともに、地区センターで実施する指定事業を協働で行い、新たなコミュニティ創造の可能性を模索します。このため、本計画書に添付した指定事業計画書をもとに、お客様のニーズに対応するために適宜変更を行い、最大効果が得られるよう実施します。

(3) 地域住民の相互交流の促進

連続的なイベントや講座を実施することにより、同じ意識や趣味を持った人が出会うきっかけをつくる指定事業を実施します。この事業を出発点に、磯子区・地域住民・近隣施設・連携団体と協働で地域力の向上を図ります。本年度は、上中里地区センターを拠点に活動する団体の一つでも多く設立することを目標に、指定事業展開を行います。また地元自治会及び小学校・中学校等の会合に積極的に参加し、現在の地域の課題及び地域のニーズの情報収集を行い、地域活動、ボランティア活動等による相互交流の場を提供します。

(4) 地域の課題への取組

「少子高齢化」「食育」「青少年の健全化」等の地域の課題を改善するための指定事業を展開するとともに、自分の住むまちに誇りを持てるように、「郷土史を学び」「後世に残す」ための指定事業の展開を図ります。また、立場や年齢の異なる他者から学び、他者へ自分の考えを発信する「異世代交流」「異文化交流」の場を提供し、地域課題の解決に結び付けます。

(5) 参加費設定に関して

参加費の設定に関しては、材料費や講師料等のバランスを考慮して参加しやすい料金設定を行います。また幼児や小中学生等を対象とした事業の参加費に関しては、できるだけ参加費を徴収しない、または低料金に抑える方向で設定し、利用機会の拡充を図ります。なお、小学生及び中学生向けの指定事業開催については、帰宅時間に配慮し実施をいたします。

(6) 指定事業実施後のアンケート調査の実施

指定事業実施後は、アンケート調査を実施し、参加者ニーズの合致、実施内容の精度等を検証し、改善を図って参ります。

(7) 新規サークル設立支援

昨年度は指定事業から立ち上げられたサークルはありませんでしたが、今年度もサークル活動を利用促進へ繋げる活動として、指定事業からのサークル設立支援を実施いたします。

8. その他の事業計画

地区センターの機能及び利用者の利便性を向上させるイベントやサービスを実施することにより、地区センターの利用促進及び地域課題の解決を行います。また、「できることから始めよう」を合言葉に、地区センターの利用者及び地域住民の方々とともに、社会貢献活動を推進し、温かみのある地域交流を深めます。

また、磯子区・横浜市が主催される事業の趣旨や目的を理解し、事業への連携・協力を引き続き行います。

(1) 上中里地区センターフェスタ2026開催

上中里地区センターが毎年行っている、『上中里地区センターフェスタ』を今年も継続し、実施します。昨年は通常の実施期間である（2日間）で実施しましたが、今年は2027年1月に40周年記念イベントを計画している関係で、（1日間）に集約して皆様に楽しんでいただけるイベントにしたいと考えています。

①事業内容：

a) 上中里地区センターフェスタ2026

上中里地区センターを利用されているサークル・団体の普段の練習の成果を発表する舞台発表と作品展示を行い、サークル・団体同士、利用者の交流の場を創出します。

b) 近隣の学校、その他地域の団体等に活動発表の場を提供します。

日ごろの活動内容の発表を通じて、地域の幅広い年代の方々との交流を図り、元気や希望を伝え、感動をお届けします。

c) その他イベント

昨年は、自主事業で作成した「ミニ4駆」（持ち込み自由）を、メーカーから借用した大型のコースで自由に走らせる企画を実施して好評でした。

今年は（1日間）の実施なので、舞台発表を中心に盛り上がるイベントにしたいと思っています。

②実施時期：令和8年10月24日（土）の1日間（予定）

※令和8年度の実施日に関しては、地域の小学校の運動会と開催日が重ならない予定です。

③ 対 象：上中里地区センターで活動しているサークルの皆様を中心とした、フェスタを盛り上げていただける方々。（見学者、来場者の制限は設けません。）

④ 広 報：広報よこはま磯子区版、ホームページ、自治体揭示版、地区センターからのお知らせ等を活用します。

(2) 社会貢献事業

地域住民・連携団体と協働で、「出来ることからはじめよう」を合言葉に地区センターから社会貢献活動を展開していきます。

① 障がい者のパン等販売

昨年度までのパン販売は、先方業者都合により一時中断していましたが、新たに「パン屋のオヤジ」で再スタートしています。

② 近隣の福祉施設、老人ホームへ慰問

昨年度は、感染症の流行で休止していた慰問活動を再開し、近隣の特別養護老人ホームへの慰問公演を再開しました。今年度も、文化芸術活動を通じて元気や希望を伝え、感動をお届けする活動を実施する予定です。

③ インクカートリッジ里帰りプロジェクトに継続参加し、資源の再利用に協力します。

④ こども 110 番の家

幼児・児童を対象とした犯罪が増加している背景を鑑み、被害者児童等が助けを求めていることができる民間協力の拠点として、助けを求めた子どもを保護し警察への通報等を行います。

④ 緑のカーテン

ヒートアイランド対策、CO2 削減による地球温暖化防止対策、冷房費削減等の効果を期待できる緑のカーテンに今年度も挑戦します。

昨年度は磯子区から「ゴーヤ」の提供が無かったため、「朝顔」の栽培に挑戦しました。

⑥ よこはまウォーキングポイント事業に協力

引き続き、歩数計リーダーを設置や、ウォーキング初心者に向けた講座の実施等、健康づくりの意識向上に貢献します。

(3) 「子育て相談」事業支援

事業内容：磯子区子ども家庭支援課による、子育て支援事業である、『『子育て支援者』による子育て相談』の会場として、上中里地区センタープレイルームを提供します。

① 「子育て相談 ゆったりんこ」：通年 毎週水曜日 10：00～11：30

対 象：未就学児の子育て全般について、不安があるかた、悩みを持っている方。

② 「赤ちゃん教室」：通年 各月の第四火曜日 10：00～11：30

（1月、8月は休み、祝日の場合第五火曜日）

対 象：子育て支援者の応援を受けたい妊婦及び生後1歳までの母子。

広 報：広報よこはま磯子区版、地区センターからのお知らせ、地区センター内掲示物等

(4) 「いそっぴゴールデンウィーク2026」参加

事業内容：他の区民利用施設と協力し、「いそっぴゴールデンウィーク 2026」にスタンプラリー設置、景品配布施設として参加します。

対 象：どなたでも

広 報：いそっぴゴールデンウィークパンフレット、広報よこはま磯子区版、「いそっぴらっく」、ホームページ、自治体掲示板、地区センターからのお知らせ等を活用します。

(5) その他（指定事業について）

地域の皆様の心と身体の健康を促進すべく、様々な方面よりサポートすることを目標に多種多様な企画を考えていきます。

コロナ禍以降中止していた「朝の歌声広場」に代わり、昨年度より歌唱の講座「楽しくボイトレ」を開始しており、大変好評です。音楽には喜怒哀楽どんな時にも人々の心に寄り添い精神的な豊かさを与える力があります。また、少子化対策の一環として乳幼児を対

象に自由遊びや音楽的、芸術的要素を取り入れた内容の講座「親子あそびとリトミック」「親子あそびといろいろアート」「朝は親子で自由あそび」を通年展開しています。更に今年度より絵本の読み聞かせを中心に紙芝居、手遊びなどを取り入れた「絵本と友達」の講座を定期的に開催いたします。

9. 令和8年度横浜市上中里地区センター委員会・利用者会議開催

積極的な地区センター委員会の開催と利用者会議の活用

地区センター委員会は地区センター運営を行う上で重要です。地域の代表の方から地域の現状や要望を聞く上で、また、地区センターでの交流を図る上で必要不可欠です。委員のご都合や議題を考慮し、今年度も年2回の開催を計画します。

利用者会議では、サークル団体等の活動の実態を把握するとともに、利用促進につながる有効な機会であります。年3回開催し、様々な活動団体に参加を呼びかけて利用動向の把握に努めます

■地区センター委員会開催予定

第1回目 6月頃、第2回目 3月頃

■利用者会議開催予定日

第1回目 6月頃、第2回目 8月頃、第3回目 2月頃

10. 磯子区との連絡調整

3か月に1度を目途に、事業計画の進捗等について磯子区と意見交換を実施します。

11. その他

(1)上中里地区センター開館40周年記念イベント

2027年1月30日（土）は、上中里地区センター40周年の記念日になります。その当日に、音楽イベント『和太鼓とJAZZで午後のひと時を・・・(^_^♪)』を、企画しています。まだ詳細は決定していませんが、いつもお世話になっている地域の皆さまをご招待し思い出となるひと時をお過ごしいただく予定です。

(2)新型コロナウイルス・インフルエンザ・ノロウイルス等の感染症拡大防止対策

今後も皆さまの生活において、色々な感染症による影響が続いています。磯子区と連携しながら、感染症対策を前提とした組織運営を行うとともに、全ての事業において、基本的な感染症対策を継続し、状況に応じた適切な対策を講じるなど、工夫して感染症拡大防止に努めます。

また、それと並行して利用者様への啓蒙と職員全員が日常での感染リスクを低減できるように、定期的に安全衛生教育を実施します。

以上

指定事業計画書(案) 令和8年(2026年)

上中里地区センター

下記のコンセプトに基づき事業計画を立案致しました。

- | | |
|--------------|-------------------------------------|
| ① 一般事業 | どなたでも参加出来、地域の方から要望が多く趣味や健康、料理に関する企画 |
| ② 子育て支援 | 子育て親子の地域参加企画 |
| ③ わんぱく事業 | 小学生対象。親子で参加できる企画も計画。 |
| ④ 地域と施設を結ぶ事業 | この施設を知るためのきっかけになるよう足を運んでもらう企画 |

① 一般事業			
	事業名	目的・内容	実施時期・回数
1	パソコン・スマホ相談 4月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	4月 第1、第3 月曜日
2	けんこう体操&脳トレ 4月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	4月 第1水曜日
3	そば打ち自習室 4月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	4月 第2・第4の土曜日
4	月イチ土曜日の朝ヨガ 4月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	4月 第1土曜日
5	楽しくボイトレカ 4月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	4月 第1火曜日
6	おいしい！韓国料理	本場、韓国出身の講師が巷に広まっている韓国料理とは一味違う、母から娘へと伝授された韓国料理のオリジナルな「家庭の味」を紹介しします。	4月 1回
7	笑いヨガ体験講座	1995年インドの家庭医師が笑いの健康効果を実践するために始め世界中で親しまれています。ストレス・高齢化社会のニーズの中、笑いの効用活用した誰にでもできる簡単な健康体操。笑いを呼吸と考えるため、無理に笑うのではなくハハハハと息を吐くことで筋肉が動き出します。一人でやっても効果はありますが、グループエクササイズとして行うと笑いが伝染し体も心も変化します。有酸素運動、筋トレ、ストレス発散、口腔機能向上可動域拡大等の効果が期待できます。	4月 1回
8	相続・遺言講座	神奈川県司法書士会より講師を招いて相続についての講義、遺言書の作成法等実際に作成を体験しながら学びます。また、講義後には個別相談も受け付けます。	4月 1回
9	自衛術体験講座	31の動作を腕・胸・頭・腰・上肢・下肢の順に全身の関節を動かす健康体操。一見『変な体操』のようだが、実践すると『なんだか気持ち良い』との感想が多く寄せられます。年齢に関係なく誰でも体験可能です。	4月 1回
10	百人一首の世界＜第1回＞	実績のある「かるたクイーン」を講師に迎え、百人一首の歌の意味と競技かるたクイーン戦で勝負を決めた、1枚の札。「歌」と「札」を絡めて、思い出のクイーン戦の話など面白く解説します。また、競技かるたのルールや、早く札が取れるコツなども学びます。よく知られる歌も競技かるたの札としては違う見え方がある。そんな「和歌」と「札」の魅力に迫ります。	4月 1回
11	パソコン・スマホ相談室 5月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	5月 第1、第3 月曜日
12	けんこう体操&脳トレ 5月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	5月 第1水曜日
13	そば打ち自習室 5月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	5月 第2・第4の土曜日
14	月イチ土曜日の朝ヨガ 5月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	5月 第3土曜日
15	楽しくボイトレカ 5月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	5月 第2火曜日
16	からだにいいパン 5月	大人気のパン作り講座。パンは手ごねから基本の作り方をマスターし、無駄なものを使わず野菜や雑穀など季節に合った組み合わせでパンを焼き上げる。体に良いパンをその時々で講師が考える。指先を使うことで脳トレにもなる。	5月 1回
17	タイの屋台文化とパッタイ	本場タイ出身の講師がタイの名物の一つである屋台文化についてレクチャーしつつ、タイが誇る国民食であるパッタイ作りをします。タイ料理を作るだけでなく文化について学ぶこともできる講座。	5月 1回
18	パソコン・スマホ相談室 6月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	6月 第1、第3 月曜日
19	けんこう体操&脳トレ 6月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	6月 第1水曜日
20	そば打ち自習室 6月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	6月 第2・第4の土曜日
21	月イチ土曜日の朝ヨガ 6月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	6月 第1土曜日
22	楽しくボイトレカ 6月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	6月 第1火曜日
23	我が家の味噌づくり(夏)	伝統的な工法で、麹作りを続けている「小泉麹屋」さんを講師に迎え味噌づくりの講座を開催する。家庭にいる菌が、発酵を手伝って世界に一つの「我が家の味噌」を作ります。	6月 1回
24	八聖殿歴史講座	中区にある八聖殿の館長による講演です。八聖殿で行われていた辻舌法、屋外ライブをセンターに出演して開催します。地元の歴史や文化の話を中心に、当時の様子などを詳細に紹介しします。	6月 1回
25	エンディングノート	近隣のケアプラザより講師をまねき講義を受けながら、エンディングノートの書き方を学びます。自分らしく生きるために、自分の意志が伝えられなくなる前に、自分の意思を大切にしてもらうためのノートを作成します。各人へ親子区が作成したエンディングノートを配布。	6月 1回
26	おいしい！中華料理	中国人講師が本場中国の味を伝授します。中国本土にて食材、調味料等購入して頂くことも多くその味づけには定評があります。	6月 1回
27	パソコン・スマホ相談室 7月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	7月 第1、第3 月曜日
28	けんこう体操&脳トレ 7月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	6月 第1水曜日

29	そば打ち自習室 7月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	7月 第2・第4の土曜日
30	月イチ土曜日の朝ヨガ 7月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	7月 第1土曜日
31	フェスタで歌っちゃおう♪①	月1開催のボイトレ講座の特別プログラムです。地区センターフェスタの舞台発表に向け本番含め全7回の講座になります。二部合唱用の「ふるさとの四季」より抜粋して歌います。声を出すトレーニングもさることながら重唱の楽しさ、観客の前で歌う喜びを体験します。	7月 1回
32	百人一首の世界＜第2回＞	実績のある「かるたクイーン」を講師に迎え、百人一首の歌の意味と競技かるたクイーン戦で勝負を決めた、1枚の札。「歌」と「札」を絡めて、思い出のクイーン戦の話など面白く解説します。また、競技かるたのルールや、早く札が取れるコツなども学べます。よく知られる歌も競技かるたの札としては違う見え方がある。そんな「和歌」と「札」の魅力に迫ります。	7月 1回
33	おいしい！韓国料理	本場、韓国出身の講師が巷に広まっている韓国料理とは一味違う、母から娘へと伝授された韓国料理のオリジナルな「家庭の味」を紹介する	7月 1回
34	パソコン・スマホ相談室 8月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	8月 第1、第3 月曜日
35	けんこう体操&脳トレ 8月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	8月 第1水曜日
36	そば打ち自習室 8月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	8月 第2・第4の土曜日
37	月イチ土曜日の朝ヨガ 8月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	8月 第1土曜日
38	フェスタで歌っちゃおう♪②	月1開催のボイトレ講座の特別プログラムです。地区センターフェスタの舞台発表に向け本番含め全7回の講座になります。二部合唱用の「ふるさとの四季」より抜粋して歌います。声を出すトレーニングもさることながら重唱の楽しさ、観客の前で歌う喜びを体験します。	8月 1回
39	からだにいいパン	大人気のパン作り講座。パンは手ごねから基本の作り方をマスターし、無駄なものを使わず野菜や雑穀など季節に合った組み合わせでパンを焼き上げる。体に良いパンをその時々で講師が考える。指先を使うことで脳トレにもなる。	8月 1回
40	パソコン・スマホ相談室 9月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	9月 第1、第3 月曜日
41	けんこう体操&脳トレ 9月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	9月 第1水曜日
42	そば打ち自習室 9月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	9月 第2・第4の土曜日
43	月イチ土曜日の朝ヨガ 9月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とする。当日参加で気軽に健康習慣を作れる。参加者の要望により本年度は月2回開催とする	9月 第1土曜日
44	そば粉のお菓子	北海道から取り寄せた国産のそば粉を使っておいしいそば粉のお菓子を作る。そばを打つだけでなく、そば粉の有効活用として料理のバリエーションを広げる。	9月 1回
45	フェスタで歌っちゃおう♪③	月1開催のボイトレ講座の特別プログラムです。地区センターフェスタの舞台発表に向け本番含め全7回の講座になります。二部合唱用の「ふるさとの四季」より抜粋して歌います。声を出すトレーニングもさることながら重唱の楽しさ、観客の前で歌う喜びを体験します。	9月 2回 第1、第3火曜日
46	おいしい！中華料理	中国人講師が本場中国の味を伝授します。中国本土にて食材、調味料等購入してくることも多くその味づけには定評があります。	9月 1回
47	語りで勝負心の旅	物語に秘められた愛情、知恵、勇気、ユーモアを臨場感あふれる語りで、表現します。ほんのひと時耳を澄ませ、情景を思い浮かべながら物語の世界を旅していただきます。	9月 1回
48	八聖殿歴史講座	中区にある八聖殿の館長による講演です。八聖殿で行なわれていた辻舌法、屋外ライブをセンターに出張して開催します。地元歴史や文化の話を中心に、当時の様子などを詳細に紹介します。	9月 1回
49	パソコン・スマホ相談室 10月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	10月 第1土曜日のみ
50	けんこう体操&脳トレ 10月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	10月 第1水曜日
51	そば打ち自習室 10月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	10月 第2・第4の土曜日
52	月イチ土曜日の朝ヨガ 10月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	10月 第1土曜日
53	スマホ教室	地域住民のニーズにお応えして、本年も引き続き開催。分かりやすく初歩からの使い方を一通りレクチャ後、マンツーマンにて困りごとを解決。スマートフォン限定。	10月 2回
54	フェスタで歌っちゃおう♪④	月1開催のボイトレ講座の特別プログラムです。地区センターフェスタの舞台発表に向け本番含め全7回の講座になります。二部合唱用の「ふるさとの四季」より抜粋して歌います。声を出すトレーニングもさることながら重唱の楽しさ、観客の前で歌う喜びを体験します。	10月 3回
55	百人一首の世界＜第3回＞	実績のある「かるたクイーン」を講師に迎え、百人一首の歌の意味と競技かるたクイーン戦で勝負を決めた、1枚の札。「歌」と「札」を絡めて、思い出のクイーン戦の話など面白く解説します。また、競技かるたのルールや、早く札が取れるコツなども学べます。よく知られる歌も競技かるたの札としては違う見え方がある。そんな「和歌」と「札」の魅力に迫ります。	10月 1回
56	おいしい！韓国料理 ～キムチ&ゆで豚～	毎年大人気のキムチ作り講座。白菜が旬なこの時期に本場韓国講師を迎えて作ります。各家庭で母から娘に伝授された味を学びます。キムチと合わせてゆで豚も作ります。	10月 1回
57	パソコン・スマホ相談室 11月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	11月 第1、第3 月曜日
58	けんこう体操&脳トレ 11月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	11月 第1水曜日
59	そば打ち自習室 11月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	11月 第2・第4の土曜日
60	月イチ土曜日の朝ヨガ 11月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	11月 第1土曜日
61	楽しくボイトレカ 11月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	11月 1回
62	冬のニット講座	流行っているが、いざ編むとなるとなかなか始められないという方に3回という短いスパンで素敵な作品をベテランの講師のもと、みんなで楽しくおしゃべりしながら編むことができるのが講座の魅力です。	11月 3回

63	認知症サポーター養成講座	認知症を正しく理解し、身の回りに気になる人がいればさりげなく見守る、認知症になっても友人 づきあい を続けていく、認知症の人と暮らす家族の話し相手になることなど、認知症の基本を学んだサポーターとして活動できる人を増やすことを目的としています。	11月 1回
64	大人のそば打ち	そば打ち名人指導の下、本格的なそば打ちを行うことにより、そば本来の香りを楽しむとともに、手作りの楽しさを感じて頂きます。	11月 1回
65	八聖殿歴史講座	中区にある八聖殿の館長による講演です。八聖殿で行なわれていた辻舌法、屋外ライブをセンターに出張して開催します。地元の歴史や文化の話を中心に、当時の様子などを詳細に紹介します。	11月 1回
66	からだにいいパン	大人気のパン作り講座。パンは手ごねから基本の作り方をマスターし、無駄なものを使わず野菜や雑穀など季節に合った組み合わせでパンを焼き上げる。体に良いパンをその時々で講師が考える。指先を使うことで脳トレにもなる。	11月 1回
67	パソコン・スマホ相談室 12月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	12月 第1、第3 月曜日
68	けんこう体操&脳トレ 12月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本的に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	12月 第1水曜日
69	そば打ち自習室 12月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	12月 第2・第4の土曜日
70	月イチ土曜日の朝ヨガ 12月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	12月 第1土曜日
71	楽しくボイトレ 12月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	12月 1回
72	冬の和菓子	迎春の華やかな装いととも、日本古来の縁起を担ぐ和菓子を通じて伝統や風習を知る機会といたします。	12月 1回
73	おいしい！肉まん作り	寒い季節にぴったりのおやつにも主食にもなる「肉まん」作りです。本格的ですが家庭でも作りやすくお教えいたします。文化の違いなども感じながら食卓を彩ります。	12月 1回
74	パソコン・スマホ相談室 1月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本的に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	1月 第1、第3 月曜日
75	けんこう体操&脳トレ 1月	健康増進事業の一環です。身体に負荷の掛けない軽い運動を基本にしていますが、普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	1月 第一水曜日
76	そば打ち自習室 1月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	1月 第2・第4の土曜日
77	月イチ土曜日の朝ヨガ 1月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	1月 第3土曜日
78	楽しくボイトレ 1月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	1月 1回
79	百人一首の世界＜第4回＞	実績のある「かるたクイーン」を講師に迎え、百人一首の歌の意味と競技かるたクイーン戦で勝負を決めた、1枚の札。「歌」と「札」を絡めて、思い出のクイーン戦の話など面白く解説します。また、競技かるたのルールや、早く札が取れるコツなども学べます。よく知られる歌も競技かるたの札としては違う見え方がある。そんな「和歌」と「札」の魅力に迫ります。	1月 1回
80	我が家の味噌作り	バランスの良い食事は健康の基本です。昔からの健康食材の王様、お味噌を手作りします。具だくさんのお味噌汁だけでもごちそうになる、豊かな香りと美味しさは心の健康と幸福感にもつながります。	1月 1回
81	おいしい！韓国料理	本場、韓国出身の講師が巷に広まっている韓国料理とは一味違う、母から娘へと伝授された韓国料理のオリジナルな「家庭の味」を紹介する	1月 1回
82	パソコン・スマホ相談室 2月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	1月 第1、第3 月曜日
83	けんこう体操&脳トレ 2月	健康増進事業の一環です。脳トレをしながら身体に負荷の掛けない軽い運動を基本的に普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	2月 第一水曜日
84	そば打ち自習室 2月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	2月 第2・第4 土曜日
85	月イチ土曜日の朝ヨガ 2月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	2月 第1土曜日
86	楽しくボイトレ 2月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	2月 1回
87	タイのカレー文化と特徴	タイの食文化では欠かすことのできないカレー、さらっとしたスープ状で辛さのレベルが非常に高く、その刺激的な味わいが特徴。家庭料理はもちろん、食堂、レストランなどで提供されることが多く、食事の時間を共有することで人々の絆を深める役割も果たしているなどレクチャーを受けながらカレーを作ります。	2月 1回
88	からだにいいパン	パンを手作りしましょう。パンは手ごねから基本の作り方をマスターしていきましよう。無駄なものは使わず野菜や雑穀など季節に合った組み合わせでパンを焼き上げます。体に良い、トレンドを押さえて作りたい、食べたいパンを作ります。	2月 1回
89	～成年後見・家族信託の基礎知識～	税理士・行政書士・社会福祉士・介護福祉士・精神保健福祉士など様々な資格を持つ講師が専門知識だけでなく寄り添う気持ち 福祉のところで参加者の皆様に対応してください	2月 1回
90	八聖殿歴史講座	中区にある八聖殿の館長による講演です。八聖殿で行なわれていた辻舌法、屋外ライブをセンターに出張して開催します。地元の歴史や文化の話を中心に、当時の様子などを詳細に紹介します。	2月 1回
91	パソコン・スマホ相談室 3月	参加者各自それぞれが学びたい内容に、ほぼマンツーマンで対応します。地域の皆様が気軽に参加できるよう、当日自由参加。地域住民の生活意識向上のためのスキルアップを目指します。	3月 第一・三 月曜
92	けんこう体操&脳トレ 3月	健康増進事業の一環です。身体に負荷の掛けない軽い運動を基本にしていますが、普段使っていない筋肉を意識した運動は大きな変化が期待されます。健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。	3月 第一水曜日
93	そば打ち自習室 3月	そば打ちを習ったが、実習するには道具や場所の確保が困難という方のために、自由に打てる場を提供します。習得した技術を、より長く趣味として楽しめるように、料理室を解放し道具を貸出します。そば打ち講師は常駐しています。	3月 第2・第4 土曜日
94	月イチ土曜日の朝ヨガ 3月	健康増進事業の一環。朝の静かな時間、呼吸から体を整えていき、健康を維持し、生きがい作りと参加者同士の交流を促進する事を目的とします。当日参加で気軽に健康習慣を作れます。	3月 第1土曜日
95	楽しくボイトレ 3月	健康増進事業の一環。人間の声帯は25歳がピークであとは徐々に衰えていきます。ボイトレーニングをすることによりその速度を遅くすることが可能となります。正しい発声を学びながら、いろいろな歌を歌い、声を出すことによりストレスを分散させ精神の健康を保ちます。	3月 1回
96	おいしい！中華料理	中国人講師が本場中国の味を伝授します。中国本土にて食材、調味料等購入して頂くことも多くその味づけには定評があります。	3月1回
97	語りで誇う心の旅	物語に秘められた愛情、知恵、勇気、ユーモアを臨場感あふれる語りで、表現します。ほんのひと時耳を澄ませ、情景を思い浮かべながら物語の世界を旅していただきます。	3月1回

	② 子育て支援		
	事業名	目的・内容	実施時期・回数
98	朝は親子で自由あそび 4月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館で、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	4月 1回
99	親子あそびとリズム体験会	年3回開催される「親子あそびとリズム」の体験会です。単発の講座なので5回1セットで開催される本講座を手軽に体験できます。	4月 1回
100	朝は親子で自由あそび 5月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館で、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	5月 1回
101	絵本はとも・だ・ち 5月	1人でも多くのお子さんに絵本と友だちになってもらえるように「絵本の読み聞かせ」を中心に紙芝居、手遊び等で楽しい親子の時間を過ごします。	5月 1回
102	親子あそびとリズム I期 ひよこ・ペンギン (全5回)	親子でリズム体操をしながら、楽しい時間を共有します。また、親同士の交流の場を創出し、育児不安を解消します。幼児とお母さんがリズムに乗って楽しく体操や遊びをする中でリズム感も向上し、親子の絆も深まります。春、秋、冬の全三回シリーズの第一回目です。	5月～6月 毎月曜日 全5回
103	朝は親子で自由あそび 6月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	6月 1回
104	朝は親子で自由あそび 7月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	7月 1回
105	絵本はとも・だ・ち 7月	1人でも多くのお子さんに絵本と友だちになってもらえるように「絵本の読み聞かせ」を中心に紙芝居、手遊び等で楽しい親子の時間を過ごします。	7月 1回
106	親子あそびといろいろアート	親子あそびとリズムの学びを基本にアート、作品作りをメインにした講座です。色遊びを取り入れ意外性や発想力で五感を育てます。親子で作業することで、楽しい時間を共有します。また、交流の場を創出し育児不安を解消します。1歳～未就学児を対象とします。	7月第三木曜日 1回
107	親子あそびとリズム II期 ひよこ・ペンギン(全5回)	親子でリズム体操をしながら、楽しい時間を共有します。また、同士の交流の場を創出し、育児不安を解消します。幼児とお母さんがリズムに乗って楽しく体操や遊びをする中でリズム感も向上し、親子の絆も深まります。1歳6ヶ月～2歳5ヶ月児を対象とします。	9月～10月 毎月曜日 全5回
108	朝は親子で自由あそび 9月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	9月 1回
109	絵本はとも・だ・ち 9月	1人でも多くのお子さんに絵本と友だちになってもらえるように「絵本の読み聞かせ」を中心に紙芝居、手遊び等で楽しい親子の時間を過ごします。	9月 1回
110	朝は親子で自由あそび 10月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	10月 1回
111	朝は親子で自由あそび 11月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	11月 1回
112	絵本はとも・だ・ち 11月	1人でも多くのお子さんに絵本と友だちになってもらえるように「絵本の読み聞かせ」を中心に紙芝居、手遊び等で楽しい親子の時間を過ごします。	11月 1回
113	親子あそびといろいろアート	親子あそびとリズムの学びを基本にアート、作品作りをメインにした講座です。色遊びを取り入れ意外性や発想力で五感を育てます。親子で作業することで、楽しい時間を共有します。また、交流の場を創出し育児不安を解消します。1歳～未就学児を対象とします。	11月 第三木曜 1回
114	朝は親子で自由あそび 12月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	12月 1回
115	親子遊びとリズム ～X'masイベント～	親子遊びとリズムの年に一度のX'masイベント。親子で楽しいひと時を過ごします。	12月 1回
116	朝は親子で自由あそび 1月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	1月 1回
117	絵本はとも・だ・ち 1月	1人でも多くのお子さんに絵本と友だちになってもらえるように「絵本の読み聞かせ」を中心に紙芝居、手遊び等で楽しい親子の時間を過ごします。	1月 1回
118	親子遊びとリズム ひよこ・ペンギン III期 (全5回)	親子でリズム体操をしながら、楽しい時間を共有します。また、親同士の交流の場を創出し、育児不安を解消します。幼児とお母さんがリズムに乗って楽しく体操や遊びをする中でリズム感も向上し、親子の絆も深まります。春、秋、冬の全三回シリーズの第一回目です。	1月～3月 5回
119	朝は親子で自由あそび 2月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	2月 1回
120	絵本はとも・だ・ち 3月	1人でも多くのお子さんに絵本と友だちになってもらえるように「絵本の読み聞かせ」を中心に紙芝居、手遊び等で楽しい親子の時間を過ごします。	3月 1回
121	朝は親子で自由あそび 3月	親子のスキンシップを目的とし、親子で身体を動かし絆を深めていただきます。また、初めてのお友達と同じ場所、同じ時間を過ごします。月に一回、体育館を開放し、親子一緒に自由に遊んで頂きます。	3月 1回
122	親子あそびといろいろアート	親子あそびとリズムの学びを基本にアート、作品作りをメインにした講座です。色遊びを取り入れ意外性や発想力で五感を育てます。親子で作業することで、楽しい時間を共有します。また、交流の場を創出し育児不安を解消します。1歳～未就学児を対象とします。	3月 第三木曜日

	③ わんぱく事業		
	事業名	目的・内容	実施時期・回数
123	親子そば打ち体験	小学生を対象に、親子で力を合わせて料理を作ることの楽しさや大切さを学びます。そば打ち名人指導の下、本格的なそば打ちを行うことにより、そば本来の香りを楽しむとともに、手作りの楽しさを感じて頂きます。	5月 8月
124	いそっぴGW2026 スタンプラリー	いそっぴゴールデンウィーク2025に参加します。	5月
125	いそっぴGW2026 区民ギャラリー展示	いそっぴゴールデンウィーク2025、区民ギャラリーの展示に参加します。	5月
126	レジンアート作品づくり ～オリジナルチャーム～	透明で光沢のある樹脂で、ハンドメイド作品に多彩な表現を加えることができます。レジンの特徴を活かし、生花を散りばめるなど、色や模様を自由に楽しむことができ、オリジナルな作品を作れます。	6月 1回
127	季節を感じる セタ飾り	近隣の施設等の協力によりセタ飾りの笹をいただきセンター来館者に短冊を飾っていただきます。季節を感じる行事を演出します。	7月 1回
128	チャレンジ！競技かるた	実績ある競技かるたクイーンを講師に迎え小学生～中学生を対象に「競技かるた」のノウハウや楽しさを学び、今後地区センターが、「競技かるた」を通して子供たちの放課後活動拠点となる為の道筋を構築します。	7月 1回
129	ボーセリンアート作品づくり	小学生親子を対象に磁器やガラスの器にシールを貼って焼き上げます。思い思いの世界に一つの作品が出来上がります。	8月 2月
130	かがく実験教室 アイスクリーム作り	アイスクリーム作りを行い、物質の構造、化学反応を研究します。体験学習から子どもたちの知的好奇心を高め、人としての厚みを増すための動機付けをします。夏休みの自由研究になります。	8月 1回
131	夏休み子どもスタンプラリー	読書の楽しさを体験し、読書の習慣化をはかることを目的として、読書感想文コンクールへの参加を促します。期間内に図書コーナーの本1冊借りるごとにスタンプを1つ押します。スタンプが3つたったら記念品を贈呈します。	7月～8月
132	上笹下地区スポーツ推進 委員連絡協議会 共催事業	上笹下地区スポーツ推進委員の共催事業として事業を企画開催します。 グラウンドゴルフ、輪投げ大会等	年2回～3回
133	上笹下地区青少年指導員 協議会 共済事業	上笹地区青少年指導員協議会の共済じぎゅうとして事業を企画開催します。 ハーバリウム作り、羽子板作り等	年2回～3回
134	青少年指導員共催事業 夏休み作品教室	青少年指導員との共催事業 作品は、磯子区こどもまつりに出展し、地域の行事に参加する機会を提供します。	8月 12月

	④ 地域と施設を結ぶ事業		
	事業名	目的・内容	実施時期・回数
135	上中里地区センター ミニ展覧会	上中里地区センターを利用しているサークル活動の活性化や会員の募集、活動の紹介、また地域で創作活動されている方を地元の応援者として紹介するための小さな展覧会です。年2回を予定しています。	4月～3月 随時
136	卓球大会/バスケット大会	当地区センターご利用のサークル同士、個人利用の方々と、卓球を通じ交流を図ります。優勝・準優勝を決定し表彰します。	年1回
137	避難訓練コンサート	万が一に備え、法定義務である避難訓練を、ご来館いただいた地域の方々と一緒に取り組みます。楽団によるコンサートを聴きながら、不測の事態に即した対応を、ご来館者、スタッフ（親子消防署と連携しながら）ともども体験します。	9月 1回
138	アウトリーチ活動 老人施設慰問公演	地元の高齢者施設を訪問し、娯楽施設に向くのが困難になった方々に生の演奏を楽しんでいただきます。音楽が免疫力を高めることは科学的に証明されています。親しみのある曲に心弾ませ懐かしい歌を一緒に口ずさんで、健やかな一日のお手伝いをします。	年2回
139	秋の読書 スタンプラリー	秋の読書週間のキャンペーンです。読書の楽しさを体験し、読書の習慣化をはかることを目的としています。期間内に図書コーナーの本1冊借りるごとにスタンプを1つ押します。スタンプが3つたまったら記念品を贈呈します。子供から大人までどなたでも参加いただけます。	10月～11月
140	上中里地区センターフェスタ	当センターで活動のサークルの作品展示・舞台発表、近隣の小中高校生の活動発表、地域の方の模擬店等により、地域の方々の交流を図ります。	10月 1回
141	40周年記念イベント	上中里地区センター會館0周年を記念して「ジャズ」と「和太鼓」の演奏家たちを迎えてライブイベントを開催する。日頃ご利用いただいている地域の皆様への感謝の気持ちを込めて楽しいひと時を過ごしてもらうことを目的とします。	1月 1回
142	みんなのガーデン！種をまく	センターの花壇の一角に、自由に種をまいてもらうスペースを作り花の開花を楽しみます。「みんなのガーデン」として心とむ空間、センターをみんなで作ります。	4月～3月
143	映画上映会	映画は観たいけれど、なかなか映画館に足を運べないという地域の方に、身近な場所で話題作を上映し楽しんでいただきます。また、一緒に視聴し、感動を語り合うのも地域交流の素敵な時間になります。ご利用者さんに一年間の感謝の気持ちを込めて開催します。	3月 1回

施設名：上中里地区センター

	事業名	①募集対象	④実施時期	指定事業予算額						
		②募集人員		総経費	収入		支出			
		③一人当たりの参加費			委託料	参加費	講師謝金	交通費	材料費	その他
1	パソコン・スマホ相談 4月	一般 3 700	4月 2	9,128	4,928	4,200	5,568	1,760	-	1,800
2	けんこう体操&脳トレ 4月	一般 3 300	4月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
3	そば打ち自習室 4月	一般 5 1,300	4月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
4	月イチ土曜日の朝ヨガ 4月	一般 8 500	4月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
5	楽しくボイトレか4月	gatsu 15 500	4月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
6	おいしい！韓国料理	一般 7 1,300	4月 1	14,062	4,962	9,100	6,062	0	7,000	1,000
7	笑いヨガ体験講座	一般 6 300	4月 1	4,341	2,541	1,800	3,341	0	-	1,000
8	認知症サポーター養成講座	一般 8 0	4月 1	900	900	-	-	0	-	900
9	自強術体験講座	一般 6 300	4月 1	4,421	2,621	1,800	3,341	0	-	1,080
10	百人一首の世界<第1回>	一般 7 500	4月 1	7,866	4,366	3,500	5,568	1,218	-	1,080
11	パソコン・スマホ相談室 5月	一般 3 700	5月 2	9,128	4,928	4,200	5,568	1,760	-	1,800
12	けんこう体操&脳トレ 5月	一般 3 300	5月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
13	そば打ち自習室 5月	一般 5 1,300	5月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
14	月イチ土曜日の朝ヨガ 5月	一般 8 500	5月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
15	楽しくボイトレか 5月	一般 15 500	5月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
16	からだにいいパン 5月	一般 12 1,300	5月 1	21,491	5,891	15,600	7,071	1,420	12,000	1,000
17	タイの屋台文化とパッタイ	一般 6 1,300	5月 1	12,600	4,800	7,800	5,600	0	6,000	1,000
18	パソコン・スマホ相談室 6月	一般 3 700	6月 2	9,128	4,928	4,200	5,568	1,760	-	1,800
19	けんこう体操&脳トレ 6月	一般 3 300	6月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
20	そば打ち自習室 6月	一般 5 1,300	6月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
21	月イチ土曜日の朝ヨガ 6月	一般 8 500	6月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
22	楽しくボイトレか6月	一般 15 500	6月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
23	我が家の味噌づくり(夏)	一般 10 3,000	6月 1	42,500	12,500	30,000	11,000	1,500	29,000	1,000
24	相続の基礎知識	一般 10 0	6月 2	900	900	-	-	0	-	900
25	八聖殿歴史講座	一般 15 500	6月 1	5,900	-1,600	7,500	5,000	0	-	900
26	おいしい！中華料理	一般 10 1,300	6月 1	18,821	5,821	13,000	6,061	1,760	10,000	1,000
27	パソコン・スマホ相談室 7月	一般 3 700	7月 2	9,128	4,928	4,200	5,568	1,760	-	1,800
28	けんこう体操&脳トレ 7月	一般 3 300	7月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
29	そば打ち自習室 7月	一般 5 1,300	7月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
30	月イチ土曜日の朝ヨガ 7月	一般 8 500	7月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
31	フェスタで歌っちゃおう♪①	一般 15 500	7月 1	8,395	895	7,500	7,795	0	-	600
32	百人一首の世界<第2回>	一般 7 500	7月 1	7,866	4,366	3,500	5,568	1,218	-	1,080
33	おいしい！韓国料理	一般 7 1,300	7月 1	14,062	4,962	9,100	6,062	0	7,000	1,000
34	パソコン・スマホ相談室 8月	一般 3 700	8月 2	9,128	4,928	4,200	5,568	1,760	-	1,800
35	けんこう体操&脳トレ 8月	一般 3 300	8月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900

施設名：上中里地区センター

	事業名	①募集対象	④実施時期	指定事業予算額						
		②募集人員		総経費	収入		支出			
		③一人当たりの参加費			委託料	参加費	講師謝金	交通費	材料費	その他
36	そば打ち自習室 8月	一般 5 1,300	8月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
37	月イチ土曜日の朝ヨガ 8月	一般 8 500	8月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
38	フェスタで歌っちゃおう♪②	一般 15 500	8月 1	8,395	895	7,500	7,795	0	-	600
39	からだにいいパン	一般 12 1,300	8月 1	21,491	5,891	15,600	7,071	1,420	12,000	1,000
40	パソコン・スマホ相談室 9月	一般 3 700	8月 2	9,128	4,928	4,200	5,568	1,760	-	1,800
41	けんこう体操&脳トレ 9月	一般 3 300	9月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
42	そば打ち自習室 9月	一般 5 1,300	8月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
43	月イチ土曜日の朝ヨガ 9月	一般 8 500	8月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
44	そば粉のお菓子	一般 12 1,300	9月 1	18,052	2,452	15,600	5,052	0	12,000	1,000
45	フェスタで歌っちゃおう♪③	一般 15 500	9月 2	16,790	1,790	15,000	15,590	0	-	1,200
46	おいしい！中華料理	一般 10 1,300	9月 1	18,821	5,821	13,000	6,061	1,760	10,000	1,000
47	語りで誘う心の旅	一般 20 500	9月 1	18,256	8,256	10,000	15,591	0	865	1,800
48	八聖殿歴史講座	一般 15 500	9月 1	5,900	-1,600	7,500	5,000	0	-	900
49	パソコン・スマホ相談室 10月	一般 3 700	10月 1	7,348	5,248	2,100	5,568	880	-	900
50	けんこう体操&脳トレ 10月	一般 3 300	9月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
51	そば打ち自習室 10月	一般 5 1,300	10月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
52	月イチ土曜日の朝ヨガ 10月	一般 8 500	10月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
53	スマホ教室	一般 7 500	10月 2	11,903	4,903	7,000	10,103	0	-	1,800
54	フェスタで歌っちゃおう♪④	一般 15 600	10月 3	31,269	4,269	27,000	30,069	0	-	1,200
55	百人一首の世界<第3回>	一般 7 500	10月 1	7,866	4,366	3,500	5,568	1,218	-	1,080
56	おいしい！韓国料理 ～キムチ&ゆで豚～	一般 7 1,300	10月 1	14,062	4,962	9,100	6,062	0	7,000	1,000
57	パソコン・スマホ相談室 11月	一般 3 700	11月 2	8,228	4,028	4,200	5,568	1,760	-	900
58	けんこう体操&脳トレ 11月	一般 3 300	9月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
59	そば打ち自習室 11月	一般 5 1,300	11月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
60	月イチ土曜日の朝ヨガ 11月	一般 8 500	11月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
61	楽しくボイトレカ11月	一般 15 500	11月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
62	冬のニット講座	一般 6 2,000	11月 1	16,818	4,818	12,000	5,568	0	10,800	450
63	エンディングノート	一般 8 0	11月 1	900	900	-	-	0	-	900
64	大人のそば打ち	一般 10 1,500	11月 1	19,103	4,103	15,000	10,103	0	8,000	1,000
65	八聖殿歴史講座	一般 15 500	11月 1	5,900	-1,600	7,500	5,000	0	-	900
66	からだにいいパン	一般 12 1,300	11月 1	21,491	5,891	15,600	7,071	1,420	12,000	1,000
67	パソコン・スマホ相談室 12月	一般 3 700	12月 2	8,228	4,028	4,200	5,568	1,760	-	900
68	けんこう体操&脳トレ 12月	一般 3 300	12月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
69	そば打ち自習室 12月	一般 5 1,300	12月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
70	月イチ土曜日の朝ヨガ 12月	一般 8 500	12月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080

施設名：上中里地区センター

	事業名	①募集対象	④実施時期	指定事業予算額						
		②募集人員	⑤回数	総経費	収入		支出			
		③一人当たりの参加費			委託料	参加費	講師謝金	交通費	材料費	その他
71	楽しくボイトレカ12月	一般 15 500	12月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
72	冬の和菓子	一般 7 1,300	12月 1	18,832	9,732	9,100	7,072	760	10,000	1,000
73	おいしい！肉まん作り	一般 12 1,300	1月 1	20,952	5,352	15,600	7,072	880	12,000	1,000
74	パソコン・スマホ相談室 1月	一般 3 700	1月 2	8,228	4,028	4,200	5,568	1,760	-	900
75	けんこう体操&脳トレ 1月	一般 3 300	1月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
76	そば打ち自習室 1月	一般 5 1,300	1月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
77	月イチ土曜日の朝ヨガ 1月	一般 8 500	1月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
78	楽しくボイトレカ1月	一般 15 500	1月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
79	百人一首の世界 ＜第4回＞	一般 7 500	1月 1	7,866	4,366	3,500	5,568	1,218	-	1,080
80	我が家の味噌作り	一般 10 3,000	1月 1	42,500	12,500	30,000	11,000	1,500	29,000	1,000
81	おいしい！韓国料理	一般 7 1,300	1月 1	14,062	4,962	9,100	6,062	0	7,000	1,000
82	パソコン・スマホ相談室 2月	一般 3 700	2月 2	8,228	4,028	4,200	5,568	1,760	-	900
83	けんこう体操&脳トレ 2月	一般 3 300	2月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
84	そば打ち自習室 2月	一般 5 1,300	2月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
85	月イチ土曜日の朝ヨガ 2月	一般 8 500	2月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
86	楽しくボイトレカ2月	一般 15 500	2月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
87	タイのカラー文化と特徴	一般 7 1,300	2月 1	13,052	3,952	9,100	5,052	0	7,000	1,000
88	からだにいいソバン	一般 12 1,300	2月 1	21,491	5,891	15,600	7,071	1,420	12,000	1,000
89	遺言の基礎知識	一般 8 0	2月 1	2,013	2,013	-	1,113	0	-	900
90	八聖殿歴史講座	一般 15 500	2月 1	5,900	-1,600	7,500	5,000	0	-	900
91	パソコン・スマホ相談室 3月	一般 3 700	3月 2	8,228	4,028	4,200	5,568	1,760	-	900
92	けんこう体操&脳トレ 3月	一般 3 300	3月 1	4,241	3,341	900	3,341	0	-	900
93	そば打ち自習室 3月	一般 5 1,300	3月 2	13,341	341	13,000	3,341	0	8,000	2,000
94	月イチ土曜日の朝ヨガ 3月	一般 8 500	3月 1	6,648	2,648	4,000	5,568	0	-	1,080
95	楽しくボイトレカ3月	一般 15 500	3月 1	7,282	-218	7,500	6,682	0	-	600
96	おいしい！中華料理	一般 10 1,300	3月 1	18,821	5,821	13,000	6,061	1,760	10,000	1,000
97	語りで誘う心の旅	一般 20 500	3月 1	18,256	8,256	10,000	15,591	0	865	1,800
98	朝は親子で自由あそび 4月	幼児とその保護者 12 0	4月 1	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
99	親子あそびとリズム体験会	幼児とその保護者 10 500	4月 1	8,504	3,504	5,000	6,064	1,640	-	800
100	朝は親子で自由あそび 5月	幼児とその保護者 12 0	5月 1	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
101	絵本と とも・だ・ち 5月	幼児とその保護者 6 0	5月 1	2,226	2,226	-	2,226	0	-	-
102	親子あそびとリズム 1期 ひよこ・ペンギン(全5回)	幼児とその保護者 10 3,000	5月～6月 1	105,570	75,570	30,000	90,930	9,840	-	4,800
103	朝は親子で自由あそび 6月	幼児とその保護者 12 0	6月 1	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
104	朝は親子で自由あそび 7月	幼児とその保護者 12 0	7月 1	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
105	絵本と とも・だ・ち 7月	幼児とその保護者 6 0	7月 1	2,226	2,226	-	2,226	0	-	-

施設名：上中里地区センター

	事業名	①募集対象	④実施時期	指定事業予算額						
		②募集人員		総経費	収入		支出			
		③一人当たりの参加費 ⑤回数			委託料	参加費	講師謝金	交通費	材料費	その他
106	親子あそびと いろいろアート	幼児とその保護者	7月	7,704	2,704	5,000	6,064	1,640	-	-
		10								
		500	1							
107	親子あそびとリミック Ⅱ期 ひよこ・ペンギン(全5回)	幼児とその保護者	9月～10月	105,570	69,570	36,000	90,930	9,840	-	4,800
		12								
		3,000	1							
108	朝は親子で自由あそび 9月	幼児とその保護者	6月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
109	絵本と とも・だ・ち 9月	幼児とその保護者	9月	2,226	2,226	-	2,226	0	-	-
		6								
		0	1							
110	朝は親子で自由あそび 10月	幼児とその保護者	10月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
111	朝は親子で自由あそび 11月	幼児とその保護者	11月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
112	絵本と とも・だ・ち 11月	幼児とその保護者	11月	2,226	2,226	-	2,226	0	-	-
		6								
		0	1							
113	親子あそびと いろいろアート	幼児とその保護者	11月	7,704	2,704	5,000	6,064	1,640	-	-
		10								
		500	1							
114	朝は親子で自由あそび 12月	幼児とその保護者	12月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
115	親子遊びとリミック ～X'masイベント～	幼児とその保護者	12月	9,304	3,304	6,000	6,064	1,640	-	1,600
		12								
		500	1							
116	朝は親子で自由あそび 1月	幼児とその保護者	1月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
117	絵本と とも・だ・ち 1月	幼児とその保護者	1月	2,226	2,226	-	2,226	0	-	-
		6								
		0	1							
118	親子遊びとリミック ひよこ・ペンギン Ⅲ期 (全5回)	幼児とその保護者	1月～2月	105,570	69,570	36,000	90,930	9,840	-	4,800
		12								
		3,000	1							
119	朝は親子で自由あそび 2月	幼児とその保護者	2月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
120	絵本と とも・だ・ち 3月	幼児とその保護者	3月	2,226	2,226	-	2,226	0	-	-
		6								
		0	1							
121	朝は親子で自由あそび 3月	幼児とその保護者	3月	3,739	3,739	-	3,339	0	-	400
		12								
		0	1							
122	親子あそびと いろいろアート	幼児とその保護者	3月	7,704	2,704	5,000	6,064	1,640	-	-
		10								
		500	1							
123	親子そば打ち体験	幼児とその保護者	5月	29,706	7,206	22,500	16,706	0	12,000	1,000
		15								
		1,500	1							
124	いそびGW2026 スタンプラリー	どなたでも 制限なし	4月～5月	1,500	1,500	-	-	0	1,500	-
		0	1週間							
		0								
125	いそびGW2026 区民ギャラリー展示	どなたでも 制限なし	5月	1,000	1,000	-	-	0	1,000	-
		0								
		0	1							
126	レジンアート作品づくり ～オリジナルチャーム～	小学生～大人	6月	17,282	7,282	10,000	6,682		10,000	600
		10								
		1,000	1							
127	季節を感じる セタ飾り	どなたでも	7月	0	-	-	-	0	-	-
		50								
		0	1							
128	チャレンジ！競技かるた	小学生・中学生	7月	7,866	1,866	6,000	5,568	1,218	-	1,080
		12								
		500	1							
129	ポーセリンアート作品づくり	一般	8月 2月	17,800	1,800	16,000	-	0	16,000	1,800
		10								
		800	2							
130	かがく実験教室 アイスクリーム作り	小学生	8月	11,342	5,342	6,000	6,062	1,280	3,000	1,000
		10								
		600	1							
131	夏休み子どもスタンプラリー	中学生まで 制限なし	7月～8月	2,000	2,000	-	-	0	2,000	-
		0								
		0	1							
132	上笹下地区スポーツ推進 委員連絡協議会 共催事業	小学生から一般	5月 12月	0	-	-	-	0	-	-
		20								
		0	2							
133	上笹下地区青少年指導員 協議会 共済事業	小学生・中学生	8月	0	-	-	-	0	-	-
		15								
		0	1							
134	青少年指導員共催事業 夏休み作品教室	小学生・中学生	8月	0	-	-	-	0	-	-
		15								
		0	1							
135	上中里地区 センターmini展覧会	どなたでも	8月～2月	500	500	-	-	0	500	-
		100								
		0	2							
136	避難訓練コンサート	どなたでも	9月	10,000	10,000	-	10,000	0	-	-
		50								
		0	1							
137	卓球大会/バスケット大会	どなたでも	2月	10,000	4,000	6,000	-	0	6,000	4,000
		20								
		300	1							
138	アウトリーチ活動 老人施設慰問公演	近隣の高齢者施設	7月	20,000	20,000		20,000	0	-	-
		100								
		0	2							
139	秋の読書 スタンプラリー	どなたでも	10月～11月	5,000	5,000	-	-	0	5,000	-
		50								
		0	1							
140	上中里地区センター フェスタ	地域住民	10月	90,000	90,000	-	-	0	-	50,000
		1,500								
		0	1							
141	40周年記念イベント	地域住民	10月	90,000	90,000		90,000	0	-	10,000
		1,500								
		0	1							
142	みんなのガーデン！ 種をまく	どなたでも	4月～3月	300	300	-	-	0	300	-
		50								
		0	1							
143	映画上映会	どなたでも	3月	51,800	51,800	-	-	0	50,000	1,800
		50								
		0	1							
	合 計			1,815,370	884,170	931,200	1,066,320	80,930	434,830	203,290

令和8年度 「上中里地区センター」 収支予算書及び報告書

収入の部

(税込、単位：円)

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
指定管理料	37,809,000		37,809,000		37,809,000	横浜市より（物価スライド補正額：493,000円、賃金水準スライド補正額：1,021,000円）
利用料金収入	3,000,000		3,000,000		3,000,000	
指定管理事業収入	1,621,200	0	1,621,200	0	1,621,200	
事業への参加料等	931,200		931,200		931,200	
印刷代	140,000		140,000		140,000	
自動販売機手数料	550,000		550,000		550,000	
駐車場利用料収入	0		0		0	
雑入	330,000		330,000		330,000	
収入合計	42,760,200	0	42,760,200	0	42,760,200	

支出の部

科目	当初予算額 (A)	補正額 (B)	予算現額 (C=A+B)	決算額 (D)	差引 (C-D)	説明
人件費	23,844,000	0	23,844,000	0	23,844,000	(賃金水準スライド充当分：補正額1,021,000円)
給与・賃金	21,628,000		21,628,000		21,628,000	
社会保険料	1,250,000		1,250,000		1,250,000	
通勤手当	550,000		550,000		550,000	
健康診断費	224,000		224,000		224,000	
勤労者福祉共済掛金	0		0		0	
退職給付引当金繰入額	192,000		192,000		192,000	
事務費	2,012,840	0	2,012,840	0	2,012,840	
旅費	40,000		40,000		40,000	
消耗品費	400,000		400,000		400,000	
会議贈い費	10,000		10,000		10,000	
印刷製本費	150,000		150,000		150,000	
通信費	440,000		440,000		440,000	
使用料及び賃借料	81,840	0	81,840	0	81,840	
横浜市への支払分	81,840		81,840		81,840	
その他	0		0		0	
備品購入費	150,000		150,000		150,000	
図書購入費	300,000		300,000		300,000	
施設賠償責任保険	44,000		44,000		44,000	
職員等研修費	30,000		30,000		30,000	
振込手数料	6,000		6,000		6,000	
リース料	331,000		331,000		331,000	
手数料	20,000		20,000		20,000	
地域協力費	10,000		10,000		10,000	
事業費	1,815,370	0	1,815,370	0	1,815,370	
指定管理事業費	1,815,370		1,815,370		1,815,370	
管理費	11,451,190	0	11,451,190	0	11,451,190	
光熱水費	7,100,000	0	7,100,000	0	7,100,000	
電気料金	3,900,000		3,900,000		3,900,000	
ガス料金	2,300,000		2,300,000		2,300,000	
水道料金	900,000		900,000		900,000	
清掃費	370,000		370,000		370,000	
修繕費	1,000,000		1,000,000		1,000,000	
機械警備費	198,000		198,000		198,000	
設備保全費	2,783,190	0	2,783,190	0	2,783,190	
空調衛生設備保守	982,060		982,060		982,060	
消防設備保守	149,670		149,670		149,670	
電気設備保守	220,000		220,000		220,000	
害虫駆除清掃保守	31,460		31,460		31,460	
駐車場設備保全費	0		0		0	
その他保全費	1,400,000		1,400,000		1,400,000	
共益費	0		0		0	
公租公課	1,756,800	0	1,756,800	0	1,756,800	
事業所税	0		0		0	
消費税	1,750,000		1,750,000		1,750,000	
印紙税	6,800		6,800		6,800	
その他（ ）	0		0		0	
事務経費（計算根拠を説明欄に記載）	780,000	0	780,000	0	780,000	
本部分	780,000		780,000		780,000	
当該施設分	0		0		0	
二一ス対応費	1,100,000		1,100,000		1,100,000	
支出合計	42,760,200	0	42,760,200	0	42,760,200	
差引	0	0	0	0	0	
自主事業費収入	931,200		931,200		931,200	
自主事業費支出	1,815,370		1,815,370		1,815,370	
自主事業収支	△ 884,170		△ 884,170		△ 884,170	
管理許可により行う事業費収入	1,020,000		1,020,000		1,020,000	
管理許可により行う事業費支出	467,280		467,280		467,280	
管理許可により行う事業収支	552,720		552,720		552,720	

令和8年度 上中里地区センター自己評価表

2026年6月26日 提出

目標設定 の視点		計画内容及び運営目標	状況	継続	今後の取組	自己
				に対する実績	(改善計画)	評価
利用者 サービス	(4)エ 利用者ニーズの把握と運営への反映					
	■利用者ニーズの把握方法					
	●ご意見箱・横浜市民の声/随時	継続				
	●アンケート 利用団体/随時、自主/随時、利用者/年2回	継続				
	●ホームページのお問い合わせ/随時	継続				
	●会合への参加(自治会等)/年2回	継続				
	●他施設との情報共有/年4回	継続				
	■苦情対応体制の構築と苦情対応					
	●苦情対応マニュアルの更新/年1回	継続				
	●苦情等のデータ化/随時	継続				
	オ 利用者サービス向上の取組					
	■全職員の資質向上による利用者対応					
	●業務マニュアルの更新/年1回	継続				
	■施設の魅力向上・利便性向上の取組み					
	●有料ロッカーの設置	改善				
	●備品の充実	継続				
	●障がい者によるパンの販売	継続				
	●囲碁・将棋・チェス・オセロ の無料貸出し	継続				
	●健康やボランティアに関する情報を整備	継続				
	●血圧測定器・体重計の設置	継続				
	■快適な利用環境の提供					
	●巡回清掃/日3回、6S活動の徹底	継続				
	●塩素系溶液による什器備品清掃/随時	継続				
	●老眼鏡の設置	継続				
	●車いすの設置	継続				
	●受付に耳マーク・筆談機の設置	継続				
	■無料Wi-Fiスポットの拡充					
	●Wi-Fi接続環境の改善と利用範囲の拡大	改善				
	●窓口予約とインターネット予約を併用運用(h30/11～)	継続				
事業計画書						
(3)ア 管理運営に必要な組織、人員体制						
■管理運営体制						
●館長/1名・副館長/2名・コミュニティスタッフ/11名・ クリーンスタッフ/2名	継続					
■情報共有と業務品質確保に向けた会議						
●朝礼/引継ぎ/毎日	継続					
●安全衛生推進会議/月1回	継続					
●運営会議/月1回	継続					
●館長会議/年4回(清光社)	継続					

令和8年度 上中里地区センター自己評価表

2026年6月26日 提出

目標設定 の視点		計画内容及び運営目標	状況	継続	今後の取組	自己 評価
				に対する実績	(改善計画)	
業務運営		●館長連絡会議/年4回(磯子区)	継続			
		●地区センター委員会/年2回	継続			
		●利用者会議/年3回	継続			
	ウ 緊急時の体制と対応計画					
	■施設設備の故障・事故・犯罪等を予防する具体的な計画や体制					
		●危険源改善箇所申告書の更新/随時	継続			
		●危機管理マニュアルの更新/年1回	継続			
	■防災計画を踏まえた発災時対応や防災への取組み					
		●防災訓練の実施/年2回	継続			
		内1回を利用者参加の防災訓練を実施	継続			
		●普通救命講習の受講と資格取得/全員	継続			
	(4)ア 設置理念を実現する運営内容					
	■目標数値の設定					
		●利用者数/ 50,000人(2025年度実績:52,178人)	改善			
		●稼働率/42.0%(2025年度実績:45.2%)	継続			
		●指定管理者有責事故/0件	継続			
	■品質確保のセルフモニタリングの実施					
		●館長/月1回	継続			
		●統括担当者/年1回	継続			
		●第三者評価/5年に1回	継続			
	イ 利用促進策					
	■多様な広報活動・利用促進活動の実施					
		●広報よこはま磯子区版/毎月	継続			
		●地区センターだより/月	継続			
		●ホームページ/随時	継続			
		●ポータルサイト(Facebook等)/随時	継続			
		●タウンニュース等/随時	継続			
	■新規サークル設立支援					
		●新規サークル設立/年3団体	継続			
	■図書の充実と読書推進の取組み					
		●新規図書購入 30万円/年	継続			
		●新規図書の専用棚を配置/毎月	継続			
		●蔵書点検/年1回	継続			
		●指定事業・季節イベントに連動した専用棚の設置、書評掲示/適時	継続			
	■日常運営の創意工夫による利用促進の取組み					
		●季節に合わせた館内装飾(正月・七夕・クリスマス等)	継続			
		●条件により延長利用または利用回数を拡大	継続			

令和8年度 上中里地区センター自己評価表

2026年6月26日 提出

目標設定 の視 点	計画内容及び運営目標	状況	継続	今後の取組	自己 評価
			に対する実績	(改善計画)	
	●作品展示・活動発表(センターフェスタ以外)	継続			
ウ 利用料金の設定について					
■利用促進につなげる割引等の実施					
	●新規サークル優先予約	継続			
	●各種スタンプ割引(若しくは優先予約の提供)	改善			
	●期間割引	継続			
キ 本市重要施策に対する取組					
■情報公開					
	●事業計画書/年1回	継続			
	●事業報告書/年1回	継続			
■環境への配慮					
	●光熱水費のデータ化/毎月	継続			
	●緑のカーテンの設置/夏季年1回	継続			
	●うちわの設置/夏季年1回	継続			
■市内中小企業優先発注/随時					
	●優先的に横浜市内業者への発注を実施	継続			
■地元中学校の職業体験受入/随時					
	●横浜市内学校の受け入れ継続	継続			
■食育・地産地消の取み					
	●地元食材を活用した料理教室の実施	継続			
■健康増進					
	●よこはまウォーキングポイントの設置	継続			
(5) 指定事業計画					
■インフォメーションボードの設置					
	●インフォメーションボードの設置	継続			
■上中里地区センターフェスタ/年1回					
	●上中里地区センターフェスタ/年1回	継続			
■アウトリーチ活動/年1回以上					
	●地域または地域施設へのアウトリーチ活動の実施	継続			
■指定事業計画					
	●129事業開催(指定事業計画参照)	改善			
(6) 施設の維持管理計画					
■維持管理年間作業計画の策定					
	●維持管理年間作業計画参照	継続			
■植栽管理					

令和8年度 上中里地区センター自己評価表

2026年6月26日 提出

目標設定 の視点		計画内容及び運営目標	状況	継続	今後の取組	自己 評価
				に対する実績	(改善計画)	
		●定期整備/年2回	継続			
		■貸出備品の保守点検業務				
		●備品管理簿の照合/年1回	継続			
職員育成		事業計画書				
		(3)イ. 個人情報保護等の体制と職員研修計画				
		■個人情報保護責任者の設置				
		●館長を個人情報保護責任者として任命	継続			
		■個人情報保護マニュアルの整備と遵守				
		●個人情報保護マニュアルの更新/年1回	継続			
		●理解度チェックテストの実施/年1回	継続			
		●機密保持誓約書の取り交わし/入社時	継続			
		●横浜市長へ・研修実施報告書・個人情報保護に関する誓約書を提出/年1回	継続			
		■個人情報漏洩対策				
		●個人情報漏洩賠償保険の加入/年1回	継続			
		■セルフモニタリング・監査の実施				
		●統括責任者/年1回	継続			
		■研修体制・具体的な計画				
		●指定管理者知識研修/年1回	継続			
		●人権(障がい者対応)研修/年1回	継続			
		●個人情報保護研修/年1回	継続			
		●防災訓練・避難訓練・事故対応訓練/年2回	継続			
		●公共建築物管理者研修/随時	継続			
		●横浜市の事例発表会/随時	継続			
		●安全衛生管理者会議/年4回	継続			
		●コンプライアンス研修/年1回	継続			
		■資格取得支援				
		●サービス介助士/1名	継続			
		●防火管理者/1名	継続			
財務		事業計画書				
		(7)ア 収入計画の考え方				
		■収入計画の設定(2025年度実績以上を目標)				
		●利用料金/3,000千円	継続			
		●指定事業収入/931千円	継続			
		●雑入/1,020千円	継続			
		イ 増収策について				
		■雑入の増収策				
		●自販機及びコピーサービス	継続			
		●カラオケ使用料	継続			
		●ケータイ充電サービス	継続			
		●バナー広告/2件	継続			
		ウ 支出計画				
		■支出計画管理体制の構築				

令和8年度 上中里地区センター自己評価表

2026年6月26日 提出

目標設定 の視点		計画内容及び運営目標	状況	継続	今後の取組	自己 評価
				に対する実績	(改善計画)	
		●本社原価管理会議/月1回	継続			
		■指定事業での工夫				
		●センターまつり・指定事業での協賛	継続			
		■管理費節減の工夫				
		●水光熱費節減のため、使用量を定期的にデーター化し、毎日の利用状況をチェックリストで管理する	継続			
		■収入利益の還元				
その他		●社会福祉協議会への寄付/10万円	継続			
		■地場野菜の販売				
		●地場野菜の販売	継続			
		■個人利用種目の競技大会の開催				
		●地区センター主催 バスケットボール、卓球利用者の競技大会の企画運営	継続			
		■新型コロナウイルス対策				
利用者等の 意見		●職員の体調管理 業務中のマスク着用と感染予防対策の徹底	継続			
		■利用者の意見				

令和8年度 上中里地区センター自己評価表

2026年6月26日 提出

目標設定 の 視 点		計画内容及び運営目標	状況	継続	今後の取組	自己 評価
				に対する実績	(改善計画)	

《自己評価》

- A:計画、目標を上回って実施
- B:計画、目標を保持して実施
- C:計画、目標を下回って実施

※「利用者等の意見」は、計画内容及び運営目標欄に利用者等から寄せられた意見・要望を、計画内容及び運営目標に対する実績・今後の取組(改善計画)欄に意見等に対する対応を記載