



神奈川県マスコット  
キャラクター  
かめ太郎

# 区民活動支援センターだより

ぐる~ぼる\*あい  
GLOBAL EYE

ぐる~ぼる・あいには、世界的な大きな視野を持って情報の発信をしようという思いが込められています。生涯学習・市民活動で活躍している人、これから何かを始めようとする人を応援するための情報誌です。

神奈川県宿エリアの市民利用施設に行ってみよう！

## かながわ宿場まつり

～ふらっとよってこ かめどころ～

2月15日(木)～3月15日(木)

史跡巡りや健康ウォーキング+自分に合った「つながり」をみつけてみませんか♪

新たな春のスタートに向けて、各施設で実施されているイベントやサークル活動を探してみよう！

8ヶ所の施設を巡りクイズに答えて素敵なプレゼントをGETしよう！



### <対象施設>

神奈川県公会堂、神奈川県地区センター、幸ヶ谷公園コミュニティハウス、新子安地域ケアプラザ、反町駅前ふれあいサロン、反町地域ケアプラザ、神奈川県福祉保健活動拠点、神奈川県区民活動支援センター

※案内マップとクイズラリー解答用紙は1月15日(月)から各施設で配布します。

問合せ先：神奈川県区民活動支援センター  
TEL 045-411-7089

(キャンドル ナイト クリスマス)

CANDLE NIGHT X'MAS  
in Mitsuzawa Park

12月9日(土)

午後2時～午後5時30分

## 三ツ沢公園 第3レストハウス

- \*クリスマスブーツづくり
- \*生バンド演奏会と歌
- \*ポニーふれあいタイム
- \*キャンドルナイト

主催/三ツ沢公園指定管理者  
横浜市緑の協会・体育協会グループ  
協力/MIPGC(三ツ沢を愛し国際的な公園にするグリーンクラブ)  
問合せ先/三ツ沢公園管理センター ☎045-548-5147

街の先生  
による講座

## 夢見る仲間と一緒にストリートパフォーマーを目指そう

助っ人BANK講師による初心者向けのバルーンアートとコマの講座。初歩からしっかり学び、三ツ沢公園感謝デーイベント参加に向けて頑張れる自称”おやじ”大募集です。

募集対象：神奈川県在住・在勤・在学の男性24名（応募者多数抽選）

参加費：1,000円(全4回分の材料費など実費代)

場所：神奈川県区民活動支援センター交流室(区役所本館5階)

申込方法：Eメール、FAX、窓口にて下記内容を明記して提出

①講座名 ②住所 ③電話番号 ④お名前 ⑤年代 ⑥意気込み

宛先：神奈川県区役所地域振興課 神奈川県区民活動支援センター

〒221-0824 神奈川県区広台太田町3-8 507窓口

☎045-411-7089 Fax045-323-2502 Email [kg-shiencenter@city.yokohama.jp](mailto:kg-shiencenter@city.yokohama.jp)

募集期間：12月11日(月)～1月22日(月)※個人情報適切に管理し、講座目的以外に使用しません



2/3(土)10時～12時  
バルーンアート

2/17(土)14時～16時  
バルーンアート&コマ

3/3(土)10時～12時  
バルーンアート

3/17(土)12時～16時  
ランチ交流会  
バルーンアート&コマ

## 人生を過ごしたい!!

～若年性認知症 当事者の願い～

「若年性認知症」とは 65 歳未満の人に発症する認知症で、日本全国に患者は相当数いると思われていますが、正確な数はわかっていません。働き盛りに忍び寄る病気で、当事者は“生きづらさ”を感じています。

新子安地域ケアプラザで、毎月 1 回開かれている若年性認知症カフェ「A cafe ええかふえ」に参加し、私たちのできることは何かを考えてみました。

### ある日の A cafe

若年性認知症当事者と、家族・ボランティア・介護関係者が新子安地域ケアプラザの一室に集まっています。クッキーを作り、それを食べながらおしゃべりをする日です。

エプロンをつけ、手を洗い、粉をこね、薄くのぼして型抜きするのはとても楽しそう！クッキーが焼ける間、透かし紙でお花作り。

クッキーにジャムを挟んで、お皿に盛って、運んで、さあ おしゃべり会。自分の好きなお菓子の話で盛り上がりました。



クッキー作り



透かし紙で  
窓辺飾り

### A cafe の 取り組み

当事者や家族が安心して行ける場所、丸ごとケアできる環境を作りたいと、町歩き・畑仕事・料理・体ほぐし・絵画鑑賞・物語作りなど、自分たちの意思で活動できるように計画を立てています。

双方型絵画鑑賞（アートリップ）・写真で物語を創作（フォトストーリー）は認知症当事者に人気があります。

また、皆さんに若年性認知症という疾患について、もっと理解を深めていただくような活動に取り組んでおります。

ボ  
ラ  
ン  
テ  
ィ  
ア  
と  
畑  
仕  
事



### 当事者の思い

- ☆だんだんわからなくなっていく自分が悲しく不安だ。
- ☆忘れていくと困るので、日記をつけるようにしている。
- ☆認知症になっても悔やむことはない。  
A cafe の仲間がいるから！

### 家族の思い

- ☆働き盛りの若さでこの病気になり、生活面での不安が大きい。
- ☆介護と子育てとが重なり、たいへん！
- ☆老年性認知症にはデイケアがあるが、若いのでケアの仕方に違和感がある。

### 取材を終えて

若年性認知症の当事者や家族がひとりだけで悩まないで、解決の道を探していけるよう、私たちも努めなければね。この方たちの思いをよく知り、協力できることは何かを考え、行動に移さねばと思いました。

（窪・熊田・佐野・原田・別府・宮田・込宮・山下）



## 「かながわ区 団体・サークルガイド」が新しくなりました！

神奈川区内を中心に様々な分野の市民活動を行っている団体を区民の皆様にご紹介するために、各団体、各施設の協力を得て新しく作成しました。

この冊子は区民活動支援センター・地区センター・地域ケアプラザ・コミュニティハウス・集会所など区内の市民利用施設で閲覧することができます。

また、掲載されている団体は、主に区民活動支援センター・地区センター・コミュニティハウス・集会所など区内の市民利用施設で活動しています。

これから何かを始めたい・体験してみたいと思っている方や、団体間の情報交換にぜひご活用ください。



### かながわ区民 助っ人BANK 新規登録の紹介

詳細は区民活動支援センターまで  
お気軽にお問合せください！

たにくち ようほ  
谷口 陽甫

さがりゆう  
「いけばな嵯峨御流」

- ・いけばなの挿花
- ・いけばな実演講習  
(伝統花～現代風なものまで色々)



うさぎおばけ堂  
(鈴木 早希)

「書道」



- ・大筆を使い半紙に書く作品作り
- ・小筆を使い宛名や名前を書く練習

うさぎおばけ堂  
(鈴木 早希)

「石の判子作り」



自分でデザインした文字や絵を石に彫るオリジナル判子作り

## かながわ区が大好きな人のトーク会

当日参加歓迎！

～学びと出会い。小さなつながりができる場づくりを一緒にしませんか？きっとここから何かが始まります～

1月18日(木)10～12時

講師:かながわウカレおやじーズ  
(区民活動支援センター登録団体)

☆テーマ  
無理なく楽しく+ちょっと地域に関わりながらセカンドライフをイキイキと過ごす方法。  
※ミニウクレレ演奏会あり

陽気なおやじーズから  
元気の秘訣を伺います♪



2月15日(木)10～12時

☆テーマ  
子育て中でも学べる！！  
成長できる！！！！



神奈川区生涯学級運営委員のママさん達から自分育ちのコツとヒントを聞きます！

♡子育て中で忙しいけどちょっと自分に目を向けてみませんか？

※今回、協力して頂く神奈川区生涯学級運営委員さんは、お子さん連れで講座を企画運営するなど、地域でちょっと活躍しているママさん達です。

## ～神奈川県生涯学習事業のページ～

✉ kg-gakyuu@city.yokohama.jp <http://www.city.yokohama.lg.jp/kanagawa/oshirase/kumin-syougai/>

区民の方を中心に運営委員会をつくり、区民目線で講座を企画・運営しています。

### 講座報告

# ベジMAPづくりGOGO!

第3回  
さあ、取材に出かけよう!  
(羽沢地区の畑)



-かながわ区の野菜直売所探訪-

8～10月実施・7回連続講座

ベジMAPづくりGOGO!は神奈川区の地産地消マップを作るための講座です。

参加者が実際に畑に取材に行ったり、まちづくりの先生に話を聞いたりしました。

主催:ベジMAP GOGO 運営委員会 共催:神奈川区

### 講座報告

# ゆとり上手で楽しい暮らし

～子育てしながら家族がもっとしあわせになる方法～

10～11月実施・5回連続講座

子育て中のママがゆとりを持った生活のヒントを得る講座で、食事づくりで心と時間にゆとりをもつコツ、家事リフレーミング、子育てコーチングや心のゆとりを作るための方法を学びました。

受講者の声(アンケートより)

- ・ゆとりの考え方について、自分の気の持ちようだと思います。
- ・ゆとりが欲しいと思うほど普段色々なことに追われていると思いました。



第5回 みんなでトーク「ゆとりカフェ」

主催:ゆとり上手で楽しい暮らし運営委員会  
共催:神奈川区



～開館時間～

月曜日から金曜日  
(土・日・祝日、年末年始は休館)  
午前8時45分から午後5時まで

～アクセス～

反町駅(東急) 徒歩約7分  
東神奈川駅(JR) 徒歩約7分  
仲木戸駅(京急) 徒歩約9分  
市バス「ニッ谷町」バス停 徒歩約3分

発行:神奈川県区民活動支援センター  
〒221-0824  
神奈川県横浜市神奈川区広台太田町3-8  
神奈川県総合庁舎本館5階 507窓口  
☎:411-7089 ☎:323-2502  
✉:kg-shiencenter@city.yokohama.jp