



マスコットキャラクター
くーみん

ぷらっと通信

栄区連会承認125号

エイジレス章、社会参加章 受章

高齢者が年齢にとらわれずに自らの責任と能力において自由に生き生きとした生活を送ることを「エイジレス・ライフ」といいます。

内閣府では、エイジレス・ライフを実践している個人や、社会参加活動を積極的に行っている高齢者のグループを毎年選考し、その活動を広く紹介しています。

今年度は全国で、エイジレス・ライフ実践者として 65 人、社会参加活動団体として 55 団体が選ばれ、このうち栄区から 1 人と 1 団体が選ばれました。

エイジレス章

橋本 正道 さん

現在、ぷらっと栄サポーターのメンバーでもある橋本さんは、その前身の「おしかけ隊」の時代から「ぷらっと栄」を支援してくださっています。

栄区主催の講座受講者の有志で横浜栄楽クラブを発足させたことを皮切りに、合唱や料理など様々な活動団体を結成し、栄区の活性化に寄与しています。

また、高齢者一人暮らしの方を対象とした昼食会ボランティアや、社会福祉法人の評議委員など、地域への貢献も広く行っています。



こうした活動のもとになる体力維持のためにランニングを欠かさず続け、フルマラソンへの出場経験も豊富で、まさに「エイジレス」な日々を過ごしています。

社会参加章

湘南ハイツみどい会

(会長 横瀬 孝子 さん)

昭和 56 年に創立し、他のクラブと同じように 10 年前まで会員数の減少に悩んでいました。会員が何を望んでいるか、魅力あるクラブにするにはどうしたらいいかを考え、勉強会や音楽会とセットで誕生会をしたり、自治会館の厨房を使ってそば打ち会をするなど、10 以上の創意工夫のある様々な活動を行い、多くの参加者が集まるようになりました。

このような活動を通じて毎年コンスタントに会員が増え、10 年前の約 50 人から現在は 3 倍の約 150 人になりました。地域の高齢者が自主的に社会参加するとともに地域貢献の役割を果たし、地域における大切な社会資源となったことが、選ばれた理由だと思えます。



登録団体 紹介



こうなん 港南クラブ

横浜市南部と鎌倉市に居住しているサラリーマンOBでつくる交友クラブです。月1回の定例会のほか、絵画、コーラス、茶道、ハイキング、パソコンなど、趣味を中心とした活動しながら地域の仲間として仲良く交流して22年になりました。

地域貢献を目指して公開講座の開催や、小学校での登下校時見守り活動などを行っています。

連絡先：045-222-8334（伊藤）



けんこう 健康づくりグループ

保健大学を受講したメンバーで健康づくり活動をしています。スーパーの店頭などで行う血圧・体組成計・握力・乳房模型などの健康チェックのほか、健康に関する医療学習会の企画、開催も行っています。

今年度は「肺炎と肺炎球菌ワクチンについて」をテーマに医療懇談会を行いました。出張健康チェックも可能ですのでお声かけください。

連絡先：045-894-4674（藤原）



とくいていひ えいり かつどうほうじん 特定非営利活動法人 NPO ブルーアース

エネルギー・環境の研究と情報の普及促進をしています。

小中学生向けの出張理科教室では、子どもたちが道具を作り、試して不思議を観察し、何故かを考えます。市民向けのエネルギー講座には、身近な生活に密着した生活編、エネルギーの生産と流通の仕組みを紹介する社会編があります。

月1回オープンサロンを開催し、情報の紹介や討議もしています。

詳しくはホームページ <http://npo-blueearth.jimdo.com/> をご覧ください。

連絡先：045-894-0256（松村）



さかえく
栄区シニアクラブ^{れんごうかい}連合会「いでたち」

「健康増進・友愛・地域社会奉仕」を基本とした活動を展開している「栄区シニアクラブ」 その広報誌「いでたち」を1月新春号、7月夏号の年2回発行し、2万部を会員、区役所、関係各機関や各施設、自治会、町内会などに配布・回覧しています。



栄区シニアクラブは会員を募集中です。60歳以上の方、「いでたち」をご覧ください。入会をお待ちしています。

連絡先：045-894-8418（事務局）



せがみさわぶんかいさんけんきゅうかい
瀬上沢文化遺産研究会

栄区上郷町「瀬上沢」の自然環境と文化遺産を研究・調査し、保全・整備を市民の皆様に呼びかけ、これらを後世に残すことを目的に15人で活動しています。



瀬上沢の文化遺産や自然を自分たちも学びながら知っていただく「瀬上沢ガイドツアー」を奇数月に、公道上に放棄されたゴミを清掃する「クリーンアップ作戦」を偶数月に行っています。

連絡先：045-844-4842（寺本）



さかえく
栄区おもしろ科学^{かがく}

「理科が大好きな子どもを育てたい」を目標に、横浜・藤沢市内で活動しています。月1回の「おもしろ科学体験塾」のほか、地域に密着した「出前塾」の受託、小学校の課外授業等への協力、地域イベントの参加なども行っています。



子どもが大好きな方、科学・工作に興味をお持ちの方、得意なことを活かして一緒に活躍の場を探しませんか？

連絡先：090-1888-3259（金子）

<p>1. 本郷地区センター Tel 892-5310 Fax 892-5546</p> <p>ファミリー茶会 ～和室本席、立礼席、こどもお点前席～</p> <p>日時：3月8日(日) 10時30分～14時30分 費用：大人300円、子ども100円 申込：電話か来館</p>	<p>6. 庄戸中学校コミュニティハウス Tel 890-1877 Fax 890-1878</p> <p>吟詠発表会 (横浜岳風会栄・星支部)</p> <p>日時：3月30日(月) 13時30分～15時予定 対象：一般 先着50人 費用：無料 申込：直接お越しください</p> <p>練習の成果を披露して、著名な漢詩や和歌を吟じます。</p>	<p style="text-align: center;">栄区内各施設</p> <p style="text-align: center;">イチオシ 情報</p> <p style="text-align: center;">詳細は各施設にお問合せください</p>		<p>19. 小菅ヶ谷地域ケアプラザ Tel 896-0471 Fax 896-0472</p> <p>世代交流サロン「ひだまり」</p> <p>日時：2月28日(土) 10時～14時30分 対象：どなたでも(申込不要) 費用：昼食250円、おやつ50円 (11時30分～13時30分、売り切れ次第終了) 工作：材料費程度 場所：小菅ヶ谷地域ケアプラザ 栄区生活支援センター</p>	<p>24. 老人福祉センター翠風荘 Tel 891-4141 Fax 891-4143</p> <p>なつかし亭紙芝居</p> <p>日時：3月6日(金) 13時30分～14時30分 定員：40人(定員次第締切) 申込：2月11日(水)より前日まで 電話か来館</p> <p>「黄金バット」「丹下左膳」など当時の復刻版や落語の紙芝居の実演を見たり、クイズを楽しんだりします。</p>
<p>2. 豊田地区センター Tel 895-1390 Fax 895-1480</p> <p>ゆっくり学ぶパソコン教室(全4回) パソコンでインターネットを楽しもう!</p> <p>日時：2月28日(土)・3月7日(土)・ 3月14日(土)・3月21日(土) 12時30分～14時30分 対象：一般 定員：15人(組)(定員次第締切) 費用：800円 申込：電話か来館</p>	<p>7. 飯島コミュニティハウス Tel 891-1766 Fax 891-1786</p> <p>にこにこおはなし会</p> <p>日時：2月14日(土)、3月14日(土) 11時～11時30分 対象：3歳くらいから 費用：無料 申込：当日、直接キッズコーナーにお越しください</p>			<p>11. 栄区民文化センター リリス Tel 896-2000 Fax 896-2200</p> <p>リリス・チェンバー・オーケストラ vol. 4</p> <p>日時：3月28日(土) 13時30分開場 14時開演 対象：一般(未就学児のご入場はご遠慮ください) 定員：300人(定員次第締切) 費用：全席指定一般券3500円、リリス券2800円 チケット好評発売中 (窓口購入または電話予約)</p>	<p>15. あーすぶらざ(神奈川県立地球市民かながわプラザ) Tel 896-2121 Fax 896-2299</p> <p>野町和嘉写真展「聖地巡礼」 NOMACHI'S SACREDLANDS</p> <p>日時：第1期3月13日(金)～3月29日(日) 第2期4月2日(木)～4月19日(日) 10時～17時 月曜休館 対象：どなたでも 定員：なし 無料 野町和嘉氏講演会開催：3月15日(日)14時～16時(無料)。先着250人(1月6日(火)より受付開始)</p>
<p>3. 上郷地区センター Tel 892-8000 Fax 892-8022</p> <p>鉄棒・跳び箱・ マットのコツを知ろう!!</p> <p>日時：3月1日(日) 11時～12時30分 内容：鉄棒・跳び箱・マット教室 対象：小学校1～4年生 定員：30人(定員次第締切) 費用：100円 申込：2月1日より電話か来館</p>	<p>8. 桂山公園子どもログハウス ロッキー Tel 893-2622 Fax 896-2421</p> <p>休館のお知らせ</p> <p>大規模修繕工事を下記予定にて行います。工事期間中は休館となります。皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。 期間：1月13日(火)～3月25日(水)</p> <p>リニューアルオープンイベント 3月26日(木)(工作で楽しみましょう)ご来場をお待ちしています。</p>	<p>12. 栄図書館 Tel 891-2801 Fax 891-2803</p> <p>“もうすぐいちねんせい” (新1年生向けおはなし会)</p> <p>日時：3月25日(水) 15時～15時30分 対象：新小学1年生 申込：当日、直接1階絵本コーナー 新1年生向けに絵本の読み聞かせと本の紹介をします。</p>	<p>16. 栄スポーツセンター Tel 894-9503 Fax 894-9505</p> <p>手軽にできる♪環境とお財布 に優しいエコライフ講座</p> <p>日時：3月6日(金) 10時～12時 定員：40人(応募者多数の場合は抽選) 費用：無料 申込：2月21日(土)必着 詳しくはホームページまたはお電話でご確認ください。</p>	<p>21. 中野地域ケアプラザ Tel 896-0711 Fax 896-0713</p> <p>介護者のつどい 「俺の介護」</p> <p>日時：3月21日(土) 13時30分～15時30分 対象：介護している(していた)男性介護者 定員：15人(定員次第締切) 費用：無料 申込：電話か来館 男性介護者の会。 ふだんの工夫や苦労を語り合おう。</p>	<p>26. 栄区青少年の地域活動拠点フレンズ☆SAKAE Tel 898-1400 Fax 898-1400</p> <p>ボランティア募集</p> <p>中学生を中心とした青少年の見守りや体験プログラム等のボランティアを募集しています。 見守り、学習支援、手芸、描画、音楽等</p> <p>日時：火・水・金 16時～18時頃 土 午前または午後 詳しくは直接お問合せください。</p>
<p>4. 本郷小学校コミュニティハウス Tel 895-5588 Fax 896-2430</p> <p>リフォーム教室</p> <p>日時：2月13日(金)13時～16時 対象：一般 定員：15人(定員次第締切) 費用：300円 申込：1月4日(日)より電話か来館 着物・洋服の端切れを利用して小物を制作します。</p>	<p>9. 市民ふれあいの里 上郷・森の家 Tel 895-5151 Fax 895-5005</p> <p>ノルディックウォーク体験会 野鳥を観察しながらウォーキング、体験後の爽快感は格別です</p> <p>日時：3月13日(金)10時～12時 対象：どなたでも (ポールの貸し出しは大人のみ) 定員：20人(定員次第締切) 費用：500円 申込：電話かファクス 場所：上郷森の家・別館ふれあい工房</p>	<p>13. 本郷ふじやま公園弓道場 Tel 893-1399 Fax 893-1399</p> <p>本郷ふじやま公園弓道場の利用団体紹介をします。 弓道は老若男女だれでもができるスポーツといわれていますが、年齢も体力もかなりの差のある方々が一緒に、楽しく、かつ公平に稽古するには、それ相応の場作りが必要です。その条件が整った団体が、地元「横浜市栄弓友会」です。</p>	<p>17. 笠間地域ケアプラザ Tel 890-0800 Fax 890-0864</p> <p>介護者のつどい「茶話会」</p> <p>日時：2月27日(金) 13時30分～15時 内容：日頃の介護についてお茶菓子を食べながらの懇談 対象：介護をしている方等 定員：10人(定員次第締切) 費用：無料 申込：電話か来館</p>	<p>22. 野七里地域ケアプラザ Tel 890-5331 Fax 890-5332</p> <p>よこはまシニアボランティア ポイント登録研修会</p> <p>日時：3月5日(木) 13時30分～16時 場所：野七里地域ケアプラザ 多目的ホールI 対象：65歳以上の横浜市民(介護保険の第1号被保険者) 定員：40人(定員次第締切) 費用：無料 申込：電話か来館</p>	<p>27. 栄区社会福祉協議会 Tel 894-8521 Fax 892-8974</p> <p>障がいのある方への外出支援 ボランティア講座</p> <p>日時：2月27日(金)10時～12時 対象：18歳以上で関心のある方 申込：2月23日(月)まで</p> <p>ようこそ・であい広場</p> <p>日時：3月7日(土)10時～14時 内容：バザーや模擬店、その他 詳しくは直接お問合せください。</p>
<p>5. 上郷矢沢コミュニティハウス Tel 895-1037 Fax 896-2406</p> <p>平成26年度ふれあい文化祭 世界に一つだけの文化の華が咲きます</p> <p>日時：3月14日(土)10時～16時 内容：作品展、お茶席、音楽会 対象：小学生から大人まで 定員：なし(当日自由参加) 費用：無料 (ただしお茶席参加者は200円)</p>	<p>10. 栄公会堂 Tel 894-9901 Fax 894-9902</p> <p>礼儀作法を学ぼう</p> <p>日時：水曜 16時～17時 対象：5歳から中学生 定員：15人 費用：800円×回数(別途教材費) (月払い制) 申込：往復ハガキに必要事項を明記し、前月の20日までに応募ください。 詳しくはお問い合わせください。</p>	<p>14. 本郷ふじやま公園 Tel 896-0590 Fax 896-0593</p> <p>雛人形飾りと呈茶席 古民家主屋座敷に雛人形を飾ります 2/5～3/16</p> <p>江戸時代末期から昭和までの人形を10組以上展示 呈茶席 日時：3月1日(日)11時～15時 定員：30人(定員次第締切) 費用：300円 申込：当日、直接お越しください</p>	<p>18. 桂台地域ケアプラザ Tel 897-1111 Fax 897-1119</p> <p>世代間交流サロン「ぬくもり」 ～楽しく参加できる、 心あたたまる居場所です～</p> <p>日時：3月15日(日)11時～15時 対象：どなたでも 申込：当日、直接お越しください</p> <p>展示即売会、各種体験コーナー、男性合唱、子どもたちのダンス、栄養満点の昼食と喫茶(ケーキバイキングあり)他</p>	<p>23. 埋蔵文化財センター Tel 890-1155 Fax 891-1551</p> <p>埋蔵文化財センターへぜひ一度 おいでください</p> <p>展示室では、遺跡からみつかった本物の土器や石器を間近でご覧になれます。 入館料：無料 開館：平日9時～17時 交通等、詳しくはホームページをご覧ください。</p>	<p style="text-align: center;">近隣の施設にぜひ 足をお運びください!</p> 

市民の情報ひろば

ぷらっとGO!

それぞれの掲載記事に関する問合せは★までお願いします。

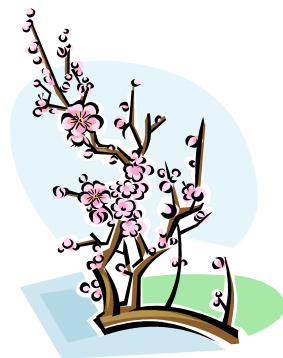
「ぷらっと GO!」に掲載をご希望の団体は、「ぷらっと栄」までご連絡ください。**4月号の締切は2月15日(日)です。**紙面の都合でご希望に添えない場合はご了承ください。

平成27年度栄区テレビセミナー

「吉田松陰の妹・文の生涯」 花 燃 ゆ

回	月 日	テ ー マ	講 師
1	4月8日(水)	『花燃ゆ』の背景	作家 童門 冬二
2	4月22日(水)	史実・『花燃ゆ』の主人公、 松陰の妹一文(美和)の生涯	歴史幕末研究家 山本 栄一郎
3	5月13日(水)	鎌倉の吉田松陰	鎌倉ペンクラブ会員 土谷 精作
4	5月27日(水)	ドキュメント長州戦記	神田外語大学専任講師 町田 明広
5	6月10日(水)	司馬遼太郎が描かなかった幕末～吉田松陰	萩博物館特別学芸員 一坂 太郎

開催時間：13時30分～15時30分 開場 12時30分
 会 場：地球市民かながわプラザホール（JR本郷台駅 下車徒歩3分）
 定 員：290人（応募者多数の場合抽選）
 受講料：3,000円（全5回分） 第1回講座の時に支払ってください
 申 込：往復ハガキ（1人1通）に郵便番号、住所、氏名、フリガナ
 電話番号を記入し、宛先に郵送
 宛 先：〒247-0035 横浜市栄区桂台西2-24-11 村田 利昭
 申込締切：2月27日（金） 当日消印有効
 ★ 村田 利昭 045-894-9263



男声合唱団定期コンサート

第9回 横浜メールクワイヤ (YMC) コンサートのご案内

日 時：3月7日（土） 開演14時 開場13時30分
 場 所：神奈川県立音楽堂（JR/市営地下鉄 桜木町駅下車）
 演 目：柳川風俗詩・さだまさし集など20数曲
 指 揮 小林正明、ピアノ 須江太郎
 入場料：1,000円（全席自由席）
 ★ 比留間 哲生 045-894-0052 *チケットも含めて
 合唱団ホームページ <http://yokohama-male-choir.com/>



古代史セミナー 3月講座のお知らせ

第1回 「横浜の弥生土器」 3月3日（火） 13時30分～15時30分
 講師 横浜市埋蔵文化財センター 考古学資料調査研究員 古屋紀之先生

第2回 「古代の貨幣史をたどる」 3月19日（木） 13時30分～15時30分
 講師 国立歴史民俗博物館 准教授 三上喜孝先生

会 場：地球市民かながわプラザホール（JR本郷台駅）
 募 集：280人（講座2回出席可能な方、応募者多数の場合抽選）
 受講料：2,000円（2講座資料代含む）
 申 込：往復ハガキ（1人1通）に住所、氏名（フリガナ）、電話番号を記入し宛先に郵送
 宛 先：〒247-0008 横浜市栄区本郷台5-7-25 村上 伸二
 申込期間：2月4日（水）～2月20日（金） 当日消印可
 ★村上 045-893-5711 能勢 045-894-2023

誕生 15 周年記念 サーチウォーク本郷台大会

栄区で誕生したサーチウォーク。『街中にある電柱』を探し出して得点を競う新感覚のウォーキングゲームです。フルに体と頭を使って一緒に楽しんでみませんか？

今回誕生 15 周年を記念して本郷台で競技を実施します。初心者の方も体験参加大歓迎です！！

日 時：3月14日（土）

集合時間：9時30分 歩行距離：5～6km

集合場所：本郷地区センター2階 大集会室（JR本郷台駅 徒歩8分）

お申込み：①氏名（グループ代表者氏名）②電話番号 ③住所 ④参加人数を明記し、ファクスの場合は045-896-2201、メールはinfo@search-walk.comまで送付。

*詳細はホームページ<<http://www.search-walk.com>>で確認ください。

募集人員：150人（当日受付あり）

参加費：大人300円 小中高生無料

持参品：筆記具、時計、飲み物、服装はウォーキングスタイル

主 催：栄区サーチウォーククラブ



★金江 090-3579-0140 メール info@search-walk.com

着つけサークルお仲間募集！（会員募集）

道具は使わず手結びによる着付けです。普段着からゆかた・外出着を一人で着られることを目指して楽しくお稽古しています。お手持ちの着物に袖を通してお出かけしてみませんか？（見学だけでも歓迎です）

日時/会場：第1・第3火曜 あーすぷらざ（研修室A予定）

定員/対象：20人（女性）

参加費：月1,000円

募集期間：随時

申込方法：電話、ファクス、メール



★野山 045-891-2770（電話・ファクス）

メール noyama-y@ezweb.ne.jp（パソコンからの受信拒否設定）

栄区囲碁普及会囲碁教室 第17期生（平成27年度）募集

この教室はカリキュラムに沿って運営され、また、対局マナーについても重視しています。講師陣は、栄区囲碁普及会の指導員があたります。囲碁を始めたい方、強くなりたい方、お子さんも女性も大歓迎です。随時入会を受け付けますので、お気軽にご参加ください。

<入門・初級コース> 入門および11級以下

<上達コース> 10級以上で初段を目指す方

① 上郷日曜 上郷地区センター

④ 本郷水曜 本郷地区センター

② 豊田日曜 豊田地区センター

⑤ 本郷土曜 本郷地区センター

③ 本中日曜 本郷中学校 体育館

⑥ 豊田水曜 豊田地区センター

⑦ 上郷金曜 上郷地区センター

時間：9時15分～11時45分（全コース共通）

会費：大人6,000円（月500円）、子ども1,800円（月150円）全45回分、テキスト代別

申込：①氏名（ふりがな）②棋力 ③年代（学年）④電話 / ファクス ⑤住所 を記入し送付

★杉浦 045-894-5447（電話・ファクス） メール sugiura@ttmy.ne.jp

平成27年度 ぷらっと栄サポーター募集

「ぷらっと栄サポーター」は、さかえ区民活動センター「ぷらっと栄」を支えるボランティアです。「ぷらっとカフェ」や「ぷらっと栄フェア」などの事業を企画・運営します。あなたも仲間に加わって、「ぷらっと栄」を盛り上げましょう！！

<応募要件>

次の(1)～(3)にあてはまる方

- (1) 活動センターの登録団体、「まちの名人・達人」に所属している方
- (2) 定例会に出席し、事業の企画・運営に携わりたい方（定例会は年6回程度を予定）
- (3) 添付ファイルが見られるメールを使っている方

<応募方法>

活動センター、区役所47番窓口においてある「ぷらっと栄サポーター」募集要項の「申込書」に必要事項と応募動機をご記入のうえ、活動センターへご持参、郵送、Eメールのいずれかでお申し込みください。申込書は「ぷらっと栄」ホームページからもダウンロードできます。

ぷらっと栄

検索

<申込期限> 3月30日(月)

※3月29日(日)13時30分～15時30分のグループボックス抽選会の中で活動内容等の説明があります。

<申込・問合せ> さかえ区民活動センター「ぷらっと栄サポーター」担当

平成26年度の主な活動

- ★活動団体向けパソコン活用講座 団体活動のための基礎講座(全6回)
ホームページを作ろう(全6回)
- ★ぷらっとカフェ(4月を除く毎月1回)
- ★ぷらっと栄フェア(2月14日(土)・15日(日))

平成27年度「グループボックス」の申し込みが始まります

登録団体向けに、資料の保管やメンバー同士の情報交換の場として、「グループボックス」を提供します。他のグループへのチラシの投げ込みなど、情報交換にもご利用ください。

<利用対象> 区内で自主的に活動しているグループ(センターへの団体登録が必要です)

<利用期間> 平成27年4月1日(水)～平成28年3月31日(木)(1年間)

<申込期間> 2月11日(水)～3月11日(水)

<申込方法> 活動センター窓口へ申込用紙提出

<募集数> 大ボックス26個、小ボックス66個
※申込が募集数を上回った場合は抽選となります。

<抽選会> 3月29日(日)13時30分～15時30分さかえ区民活動センター
利用するボックス番号を抽選します。
*申込みをしたグループから必ず1人以上の出席をお願いします。

<問合せ> さかえ区民活動センター「ぷらっと栄」

*同時開催
ぷらっとカフェ
11:00～15:30



さかえ区民活動センター情報紙 ぷらっと通信

発行 栄区地域振興課 さかえ区民活動センター「ぷらっと栄」

〒247-0007 横浜市栄区小菅ケ谷1-4-5 横浜銀行本郷台支店3階

Tel: 045-894-9900 Fax: 045-894-9903 Eメール: sa-katudou@city.yokohama.jp

<http://www.city.yokohama.lg.jp/sakae/guide/sport/katudou/>

開館時間 月～土: 9時～20時30分 日・祝: 9時～18時(休館日: 第4日曜日、年末年始)

