

ぶらっと 通信

(隔月発行)

2009年10月 vol.9

栄区連会承認第69号

高齢化地域を支える

公田町団地の青空市

団地住民、自ら買い物の場所をつくる

1964年に入居が始まった総戸数1160戸の公田町団地。毎週火曜日にスーパーの空き店舗前にある広場で住民たちが青空市を開いています。売られている物は、新鮮な野菜や果物を中心に、米・食用油・トイレットペーパーなど様々です。住民の3割が65歳以上、団地内にあった店が撤退し日々の買い物に不便を感じていたお年寄りたちも、身近な買い物の場に大喜びです。

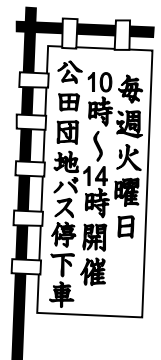
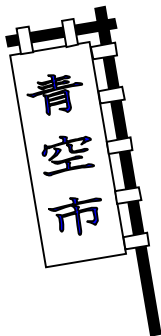


青空市を支えるのは団地住民のボランティアスタッフ

当日は朝の買出しから始まります。野菜は地域と連携してその日採れた新鮮なものを仕入れます。地元で採れた野菜にこだわり“これは喜ばれそう”と思うものを買ってきます。また、一人暮らしや少量しか使わない方のことも考えて、バラ売りするなど売り方も工夫しています。昼前には焼きたてのパンやお弁当も届きます。次々と売られていく商品、希望者には商品を自宅まで届ける心くばりも忘れません。

みんな元気で笑顔があふれる交流の場に

気軽に話ができる休憩コーナーも併設されています。普段、家に閉じこもりがちな方には顔を出してもらうことで安否確認にもなります。買い物の後のおしゃべりを楽しみにしている人も多く、小さな子どもを連れた親子連れが常連となり、楽しいコミュニケーションの場になっています。



今後は協力者を絶やさずにつなげていく事で、住民に喜ばれ、親しまれ、頼りになる場所に育てていきたいと熱く語るスタッフたち。地域のつながりを大切にしながらの地域活性への取り組みを「さかえ区民活動センター」も応援します。地域の情報投稿お待ちしております。 電話：894-9900

イベント予告!! ぷらっとピックス

「ぷらっと栄」の登録団体を対象とした活動の発展を目指す研修会を開催します。参加お待ちしております!



マスコットキャラクター
「くーみん」

活動団体のための
パワーアップセミナー

「学びから地域活動へ」 ～学びがつむぐ新しい社会～

地域活動、市民活動、生涯学習など様々な呼び方で分類されている私たちの活動ですが、地域も自分自身も周りの人もみんな元気で幸せでありたいという目標は同じではないでしょうか。その目標に向けて今まで得た知識や技術をどのように活かしていくか、今後どのような学びが必要とされているか、活発な団体の運営を行うための秘訣を学びます。皆さんの学びや活動を活かして、栄区をもっと×2元気にしましょう！パワーアップセミナーに参加して、活動のプラスになるヒントを見つけてください。



講師：田中雅文氏

<講師プロフィール>

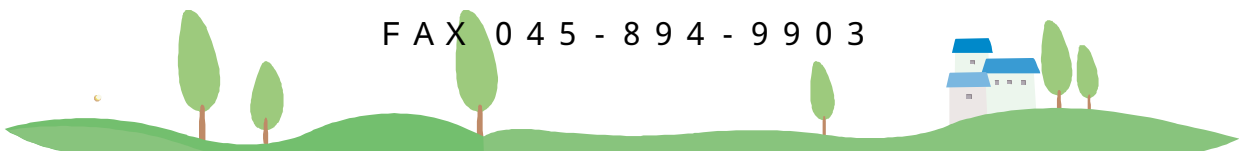
1954年兵庫県生まれ。東京工業大学大学院修了後、民間の総合研究所、国立教育研究所を経て、現在日本女子大学教授。生涯学習が地域や社会の変革にいかに関与するかを研究する。「新しい公共」の考え方に基づくまちづくりに生涯学習はどのように貢献しうるか。市民が自らの力と連携によって、「夢ある社会」をつくっていける可能性を展望する。自身も市民として実際に雑木林の保護活動などに取り組む。

- <日時> 12月 5日(土) 10:00～12:00
<会場> さかえ区民活動センター「ぷらっと栄」横浜銀行本郷台支店3階
<対象> 「ぷらっと栄」登録団体、
「みんなが主役のまちづくり協働推進事業」補助金交付団体
<定員> 80人(1団体1名)
<申込方法> 電話・ファクス・センター窓口にて受付いたします。
団体名・氏名・住所・電話を書いてお申込ください。
締切日11月 2日(月)応募多数の場合は抽選となります。
<問合せ・申込先>

さかえ区民活動センター「ぷらっと栄」

TEL 045-894-9900

FAX 045-894-9903



おしえて！地域の活動 ぷらっとレポート

荒井沢緑栄塾 楽農とんぼの会 『農を楽しむ！』



栄図書館の脇道を荒井沢川せせらぎ緑道沿いに進み、真新しい住宅を横目に見て歩き、最後に山道を登って約20分。土と緑に囲まれた里山に到着。汗も引く爽やかな風を感じて大きく深呼吸したくなる空間です。

ここ「荒井沢緑栄塾 楽農とんぼの会」の活動エリアでは、定年退職後の人生を楽しんでいる人達が農作業の活動をしていました。

里山再生から10年余…「無理せずできる人ができる時に」

活動の目的は、「里山を守る 農を楽しむ 地域と交わる」と明解です。休耕により荒れた700坪の土地を開墾し、農を楽しみ、里山の環境保全活動をしています。活動を始めて10年余りが経ち、開墾した土地で、毎週日曜日に麦や芋類、大根などの野菜を育てる農作業をしています。収穫物は、自分たちだけでなく地域の福祉施設などで、そば打ち、うどん打ちを行い、区民祭り、あーすフェスタなどの行事を通じて提供しています。このような、地域交流は里山保全活動を多くの人に知ってもらう良い機会となっています。

農作業をするのは毎週日曜日の午前9時から午後2時頃まで、自分の都合を優先して自由に参加し、活動しています。会員は45人いますが、毎回20人程度が畑で活動しています。

“できる人ができる時にできるだけ”と無理をしないで活動するのがモットーです。

子ども達と芋ほり



日曜は楽農…平日は別の趣味や特技を活かして



会員の中の男性は、サラリーマン経験者で農作業経験のない人がほとんどです。会が始まった当時は、区役所や農政事務所の方の応援があり、そこからみんなが農業を学び始めて10年以上が経ちました。

革靴をぬぎ、背広を作業着に替え、今までどんな仕事をしていたかは関係無く、ここの出会いから始まり、みんなで協力しあって活動している良い仲間です。絵を描く人、書道家、手品が得意な人、リコーダー愛好家、料理、写真、ゴルフが好きな人など、多才な人が沢山います。自分の好きなことを楽しみ、気の合う仲間がいて本当に楽しい会です。大変な作業も畑の“憩いの広場”で収穫物を前にお昼を食べ、語り合うときが一番楽しい時間になっています。



人生は二毛作！

定年からが本当の人生！必要なものは「健康・少しばかりのお金・朝起きたらする事がある喜び」と言う話があります。これが生甲斐・・・それには捨てるべき3つのものもあり、「肩書き、給与、変なプライド」そして心を柔らかくして自分を出していくと毎日が楽しくなると、ある本に書いてありました。あなたも、今から仕事が休みの日曜日に『農を楽しむ』体験もいいかも知れません。(取材を終えて)

問合せは「ぷらっと栄」まで



水彩画サークル「遊彩会」



～元気でいたいね 心とからだ～

今年6月、「さかえ区民文化センターリリス」で水彩画サークル「遊彩会」の展覧会を鑑賞しました。透明水彩絵の具と黒の水性ペンで描かれた風景画も素晴らしかったですが、「区が進めている“町ぐるみ健康づくり事業”に関わりながら、水彩画の会を立ち上げ、活動を続けてきました…」とあいさつ文に書かれていることに興味を持ちました。早速、上郷西地区で活動している「遊彩会」の教室を訪ね、講師の桑野さん、代表の小華和(こはなわ)さんと古宇田(こした)さんに、会の成り立ちや活動についてお聞きしました。

“健康づくり”から“水彩画”に移ったきっかけは？

3年間の区の支援事業からウォーキングが発展独立し、“遊友ウォーク”と名づけて月2回、近郊のウォーキングを楽しむようになりました。その活動の中で、「風景をスケッチできたらいいよね」、「私も習っているから一緒に描きましょう」と話が弾み、希望者で横浜港大棧橋へ写生に出かけたり、定例ウォーキングにいたち川絵画コースを組み入れたりしました。2003年7月に15人で新たに「遊彩会」を立ち上げ、現在の会員は40人に広がりました。

遊彩会の活動の目的は？

身近なところで誰もが気軽に取り組める水彩画を通して、住民の“健康づくりや交流の場づくり”に貢献したいと思っています。「絵を描く」という自分の満足だけでなく、たくさんの人に見ていただき、共感し、感動を与えられたら嬉しいと思っています。これまでの展覧会では多くの人に見ていただきました。どの会員も一番嬉しいのは、家族や友人たちに見てもらえたことです。

絵を描くことは“健康づくり”に役立ってますか？

毎月、写生に出かけていますが、心身ともにリフレッシュできることが一番ですね。絵を“創作”することが老化防止になると、毎回、努力して参加する人もいます。描くことはとても大変ですが、描き上がったときの喜びは大きいものがあります。その喜びを味わうために、「元気でいたいね 心とからだ」を合言葉として活動を続けています。

“町ぐるみ健康づくり事業”とは？

2001年度、市民の健康づくり計画「健康 横浜21」に基づいて、栄区でも「町ぐるみ健康づくり支援事業」を展開。その支援事業第1号として「上郷西地区町ぐるみ健康づくり委員会」設置。公開講座 健康料理教室 体操教室 ウォーキングを4本柱に、身近な会場で気軽に参加でき、生活習慣の改善や健康づくりを地域が主体となって進める活動が2001年6月にスタートした。

講師はどんな方ですか？

会には多彩な参加者がいて、歴史や草花に詳しい方が折々に解説してくれたり、楽しく歩いています。そして、絵道具を持って参加した方がいたことから水彩画の会に発展し、講師になっていただいています。

講師も会のメンバーなんですよ。



「目線をどこに置か決めることが大切です。」と講師の桑野さんは丁寧に指導します。

<インタビューを終えて>

絵を描くっていいな...と思いました。会員が持っている技術を出して教えあう、簡単なようですがとても難しいこと。それが自然にできていることが、会の発展につながってきたのだなと思いました。

「遊彩会」のご案内

活動日：毎月2回 定例会とスケッチ
第1月曜日&水曜日 10時～15時

場所：上之町内会館・他

会費：月1,000円

問合先：さかえ区民活動センター
TEL 894-9900



第4回「遊彩会・水彩画展」を終えて記念撮影

さかえ・まちの先生紹介Day報告

～7/24(金)・25(土)～



仕事や趣味で培ってきた知識や特技を活かして、地域のさまざまな活動を支援するためにボランティア講師として登録している「まちの先生」のシステムと活動を紹介するイベントを開催しました。両日共 100 名程の参加があり大盛況！ 町内会・自治会、育児サークルなどから「会の催しにまちの先生を招きたい！」という反響が多数寄せられています。

活動PR出演(16組)

(敬称略)

24日

ウクレレ:中谷
一文字レター:伊丹
栄おもちゃ病院:高橋
ハーモニカ:ペラハーモニー
お菓子作り:名越
ヨガ:岡戸
リコーダー&キーボード:左貝
認知症について:後藤

25日

いたちマジッククラブ:金子
プレイアート:多田
工作:吉田
みさおばさんの歌の会:吉見
本郷ふれあいサークル:近藤
パソポラ横浜:錬石
オカリナ:おかりな・どるちえ
コーチング:関根

ウクレレ



一文字レター



マジック



プレイアート



展示作品より



グループ遊

ポスター展示



歌と手遊び



コーチング



熱心に聞き入る皆さん



町内会や地域の施設・グループ関係ほか興味のある方々が多数参加

当日来場した方々の声～

- ・ 地域の人々に「まちの先生」の活動を知ってもらう良い機会となった。
- ・ 自治会役員になり「まちの先生」の活動があることを初めて知った。今後大いに利用させていただきたい。
- ・ ぷらっと栄で「まちの先生」の講座を開いたらどうだろうか。
- ・ 「まちの先生」を紹介するイベントを今後も継続してほしい。



まちの先生ガイドブックが出来ました
94件の登録者を掲載しています(8/25現在)
施設や団体のイベント企画にご活用ください!

「まちの先生」に関する問合せは「ぷらっと栄」までどうぞ!! ☎ 894-9900

登録者情報はぷらっと栄のHPでも掲載しています <http://www.city.yokohama.jp/me/sakae/katudou/>

(ぷらっと栄で検索 さかえ生涯学習サポートねっとの頁へ)

会員募集やイベントのお知らせです。問合せは 印まで。
電話番号は、間違えないようゆっくり確認を。

パソボラ横浜 “パソコン村文化祭” 開催

皆さんの来場をお待ちしています！
会員が、日頃の学習成果を多数発表します。
気軽にデジタルの世界をお楽しみ下さい。

- ・日 時：10月24日(土)10時～17時
25日(日)10時～16時
- ・場 所：中野地域ケアプラザ1F & 2F
(中野町バス停そば)

主催 パソボラ横浜
問合せ 電話 045-896-1113

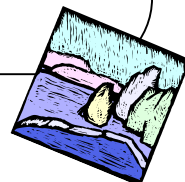


小菅ヶ谷水墨会会員募集!

あなたも始めてみませんか?
初心者歓迎!1ヶ月無料体験できます。

- ・活動日 : 月2回 月曜日
- ・場 所 : リリス会議室
- ・会 費 : 10,000円/3ヶ月

問合せ 木村
電話 045-893-0074



紙ひこーき&グライダー大会 開催

紙ひこーき、グライダーを作って飛ばしてみよう!

飛んだ距離を競い、表彰もあります。

主催：十六夜(いざよい)クラブ

- ・開催日時 : 10月24日(土)・11月14日(土) 10:00～11:45
 - ・開催場所 : 豊田地区センター 体育室
 - ・対象・定員 : どなたでも(未就学児は保護者同伴で参加を) 各50人
 - ・コース : A 初めての人(おへそ飛行機) B 一度参加したことある人(A改良型)
C 2回以上参加したことのある人(スチレンペーパー飛行機)
 - ・費用 : A・B ……50円 C ……100円
 - ・持ち物等 : 上履き・外ばき入れ・運動しやすい服装・タオル・飲み物・手提げ
- 申込・問合せ 参加希望日・参加コース・住所・氏名・電話番号記入の上 はがきで
〒247-0014 栄区公田町 467-5-210 大竹正信あて 10月21日(水)までに郵送
Eメール : izayoi_hikoki@yahoo.co.jp



受講生募集!

「れっつ!ふるさと かみしばい in SAKAE」

栄区の民話を題材にして
紙芝居をグループで創作し
ます。構成から口演まで学び
ます。

- ・11月27日(金)～全7回
隔週金曜日 13:30-15:30
- ・受講料 1,000円
- ・会場：リリス会議室
- ・定員：25名
- ・FAX・直接窓口に申込
申込・問合せ リリス
電話 045-896-2000
FAX 045-896-2200



参加者募集!

横浜栄楽クラブ 「美容とチーズ」公開講演会

ミルク(乳製品)にまつわる医
薬品効果、特に美容とチーズ
のいいお話です。ご来場をお
待ちしています。

- ・開催日：10月18日(日)
 - ・時 間：13:00-14:30
 - ・場 所：地球市民かながわ
プラザ・会議室
 - ・参加費：無料(先着40名)
- 申込み・問合せ 安部
電話 045-893-0816



遊学クラブ会員募集!

小学生募集!

「好きこそものの上手なれ」をモ
ットーに楽しく学び自発的に取り
組む意欲を……

- 内容：英語 作文 遊び
- 対象：年中～小学生
- 曜日：(火)16:15-17:15(予定)
- 場所：小菅ヶ谷自宅
- 費用：600円/1回
登録料 2000円

学習の遅れや学校になじめない
お子さんなどご相談ください。

問合せ・さわだ
電話 050-1120-8345
E:milkmouse926@mail.goo.ne.jp



おやこでチャレンジ

親子連隊アソブンジャー ～お父さんネットワークよこはま～（全5回）

回	日程	会場	テーマ	講師
1	11月7日(土) 13:30～15:30	栄スポーツセンター 第2体育室	親子体操で元気100倍！ ～思いっきりカラダを動かそう～	横浜市体育協会 職員
2	11月21日(土) 10:00～13:00	区役所新館2階	おやこで作る とろ～りチーズがおいしい！ うちのオンリーワン ピザ	ピザ・パン作り講師 金久保 久子
3	12月5日(土) 13:30～15:30	区役所新館 4階会議室	【公開講座】 “文壇最強の子育てパパ”から学ぶ！ 「パパだからできる」	作家・元少子化への対応を推進 する国民会議 委員 鈴木 光司
4	12月19日(土) 13:30～16:00	栄公会堂 2階会議室	ドキドキ！わくわく！ みんなでいっしょにクリスマス	NPO 法人心とからだの研究 会 東田 樹治 演奏 ジャスミン
5	1月9日(土) 13:30～15:30	区役所新館 4階会議室	現役校長に学ぶ！ 大切なのは、伝えること	市立生麦小学校 校長 高田 俊道

定員 小学1～4年生と父親15組（応募者多数時抽選）
 受講料 1組1,000円（資料代・材料費）
 申込方法 往復ハガキ（1組1枚）に住所・電話番号・参加者全員の氏名
 （ふりがな）・子どもの学年、講座名「親子連隊アソブンジャー」
 を記入の上、申込先へ
 申込先 〒247-0005 桂町303-19
 栄区役所生涯学習支援係「区民プロデュース講座」担当
 締切日 平成21年10月24日（土）消印有効
 問合せ先 運営委員 東田 413-2605

第3回 公開講座のみ参加の場合！
受講料無料 / 150人（定員次第締切）
 ハガキ(1枚に2人まで)に住所・電話番号・
 参加者全員の氏名(ふりがな)・公開講座『パ
 パだからできる』を記入の上、申込先へ
 （参加不可の場合のみ連絡・連絡がなければ
 当日直接会場へ）
 4歳～小学2年生の子どもは、大学生ボラ
 ンティアによる見守りあり。応募時に子ど
 もの名前・年齢を書いてください。

チャレンジベンチャー さかえっ子

子どもたちが企画したパンとお弁当を栄区民まつりで販売します！

小・中学生がパン屋とコンビニエンスストアの『会社』をつくり、(株)ポンパドウルと(株)スリエフの協力のもと、パンとお弁当を企画・商品化しました。

栄区民まつり（10月31日雨天時11月1日）で子どもたちが販売します！

ぜひ、買いに来てください！！

問合せ先：栄区役所地域振興課 電話（894）8396 FAX（895）6990

店名：スリエフタッチー店
**タッチーの
 豪華具たくさん弁当 ￥600**
 いろいろな味が楽しめます！



店名：キッズポンパドウル
秋のタッチーパン ￥180
 かわいいタッチーの中にサツマイモと
 カボチャの2種類のクリームが入っています！



店名：Smile Bakery
カラぶち ￥150
 小さくて食べやすいパンで、
 3つの味が楽しめます！

行ってみよう！ おすすめスポット

桂山公園から大平山（天園）へ（2.5 Km）

栄区の南端、鎌倉市と接する位置に大平山（天園（横浜市内最高地点159.5m））があります。常にウォーキングを楽しむ老若男女が集まる場所を紹介しましょう。

桂台南の桂山公園バス停を降り、南に進路をとる。上郷コミュニティハウスを過ぎ、休日には少年野球・サッカーの元気な声が響く野七里第一公園、上郷苑を過ぎ栄プール（翠風荘）を目指す。

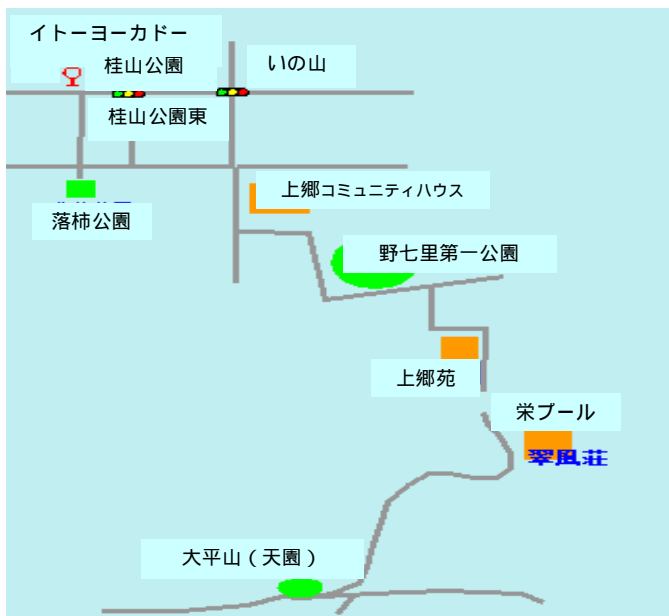
栄プール右手のちょっときつめの階段を上りきると遊歩道の入口、緑に囲まれた道は夏場でも一時の涼を感じる。緩やかな上り下りを15分程歩くと目的地に着く。

天気が良ければ区内はもちろん、ランドマークタワーも望める場所だ。ここからは整備された遊歩道を利用して、鎌倉市側（建長寺、瑞泉寺、鎌倉宮）へ、金沢区側は（瀬上市民の森、横浜自然観察の森、金沢自然公園、氷取沢市民の森、）へと展開できる。

栄区ウォーキング協会（T）

桂山公園

- ・大船駅東口 上之行きバス 桂山公園下車
- ・港南台駅 桂台中央行きバス 桂山公園下車



さかえ生涯学習サポートねっと

ま ち の 先 生 紹 介

様々な知識や技術・経験を活かし、地域活動のお手伝いをしています。



ジャンル フィットネス

名前 星野 潤子

内容 女性の一生のための“骨盤ケア”やママとベビーで行う“カンガルーヨガ”、ママとキッズで行う“エンジェルヨガ”などの指導をしています。体のしくみも説明。セルフケアできるようになりますよ。

対象 ママとベビー・キッズ、一般

イベントなどの出演者や講師をお探しの時は「ぶらっと栄」へご相談ください。

掲・示・板



<身近なボランティア>

ペットボトルのキャップ・古切手を「ぶらっと栄」で集めています。

回収されたペットボトルのキャップ・古切手の売却益をワクチン寄贈団体へ寄付することで途上国にワクチンが届きます。

情報紙の発行は偶数月です。情報掲載をご希望の方は、掲載希望の1ヶ月前の5日必着でお願いします。

次回12月号の〆切は11月5日(木)です。

多数の場合、紙面の都合によりご希望に添えないこともあります。

さかえ区民活動センター情報紙 ぶらっと通信

発行 さかえ区民活動センター“ぶらっと栄”

〒247-0007 横浜市栄区小菅ヶ谷 1-4-5 横浜銀行本郷台支店 3階

Tel 045-894-9900 Fax 045-894-9903

e-mail sa-katudou@city.yokohama.jp

<http://www.city.yokohama.jp/me/sakae/katudou/>

地域での学びや活動を応援します

開館時間

月～土：9時～20時半

日・祝：9時～18時

(休館：第4日曜)です。

お待ちしております。

