

ぷらっと通信

元気なまちづくりを
応援します！

秋晴号(隔月発行)
2008年10月 vol.3



パソコンコーナー
できました

マスコットキャラクター
くーみん

地域で夢を追うひと ぷらっとピックス

シーカヤックで日本一周
~8年越しの夢を果たす~
藤田憲さん(さかえ山路の会)・70歳



横浜港にゴールした藤田さん

高校時代からヨットを始めクルーザー経験もある藤田さん。‘ヨットマン’のハシリで石原裕次郎や堀江謙一と競った経験もあるという。60歳を過ぎて10年ほど海を離れていたある日、テレビ番組で北海道をシーカヤックで渡っている人の様子を目にしたことをきっかけに学生時代の夢が再び湧き上がり、日本一周の旅に挑戦することを決意した。

2001年の夏、小田原港から出発し、毎年夏に前年度のゴール地に分解したシーカヤックを送り、改めてのスタートを繰り返して8年。ついに横浜港にゴールした9月9日には、見事に日焼けした藤田さんをさかえ山路の会のメンバーら約30名が出迎えた。

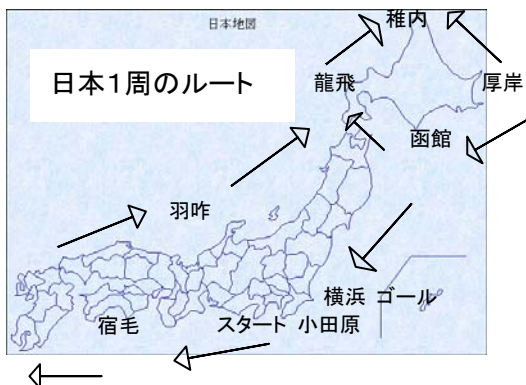
夢を達成できたのは応援団のおかげ

海の上では一時も気を緩めることが出来ない。水平線と地平線の境が分からない程の深い霧の中、岩に水が当たるドーンという音だけを頼りに進んだこともあった。また肩を脱臼するなどのアクシデントには応急処置をただけでひたすら漕ぎ続けた。

立ち寄る港では漁師たちに食べきれないほどの魚と温かい気持ちをもらい、訪れた先々の地方では新聞にとりあげられた。午後8時には寝て、日の出と共に1日約40キロを進む毎日。シーカヤックに詰め込んだテントが宿となり、食料はコンビニで調達するか、わずかに積み込んである米を炊いた。



到着2日後、元気な藤田さん



海に出ない季節は体を鍛えた。初めは1人で歩いてしたが、ほどなく「さかえ山路の会」に入り、山歩きを始めた。海では意地と度胸を、山では根性と忍耐を学んだという。

「次は雪山に挑戦、エベレストへ！」瞳を輝かせながら藤田さんはもう次の夢に向かっていった。



ぷらっと栄では、いったいどんなことができるの？

その1

好きなコト学びたい・芸術にふれたい・ボランティアをしたい

イベントやグループ活動は
いつどこで行われているのかな？

ぷらっと栄で地域の情報をゲット！



羽山徳郎さん

情報コーナーをみる

相談員にたずねる

パソコンコーナーで
検索する



その2

打合せや作業の場所がほしい・イベントやメンバー募集のPRをしたい
グループの会報などを読みたい

ミーティングスペースを使う！

★テーブルをゲット

打合せや作業のテーブルは
お一人でも仲間と一緒にでもOK



★情報コーナーを利用

ポスターやチラシを掲示します
イベントや仲間募集などのPRにどうぞ



★会報・学習成果ファイルを閲覧

区内のグループ学習活動の様子が
わかる資料をファイル形式で公開



その3

グループの資料を作りたい・イベントのたれまくを作りたい
映像を使ったイベントを行いたい

活動に必要な機材を貸出します！

たれまくのできあがり！

★館内の機材を利用する(登録不要) 印刷機、コピー機、紙折り機、裁断機、
電動ホチキス、ワープロ(たれまく用)、パソコン(検索のみ)など

★館外貸し出し機材(個人登録必要) プロジェクター、スクリーン、指示棒、
メガホン、マイク、アンプ、16ミリ映写機など



阿部俊高さん

“ぷらっと栄”



毎月 2,000 人(延べ)が利用するこのセンター
実際、どんな人たちが使っているの？

★ オープン以来多数のイベントに参加 & 栄区生涯学級の委員に

数年前、退職を機に地域の活動を始めました。昨年のセンター開設以来、イベント準備や打合せのために度々センターを利用しています。所属する「栄区ヘルスマイト」の新年会に出演するグループの紹介をお願いしたり、センター主催のイベントにも足繁く通い、相談員とも顔見知りになりました。現在は、栄区生涯学級「偏西風にのって」の委員になりメンバーたちから多くの刺激を受けています。面白そうな事があれば、すぐ飛んでいく私…センターのアットホームな雰囲気が心地よくて、ついぷらっと寄りたくなるんです。



金子幸子さん

★ ボランティア講師人材バンク(さかえ生涯学習サポートねっと)に登録し、センターからの紹介で区内施設へ演奏活動に

栄区内のケアプラザを中心に5名でおかりなのアンサンブルを披露しています。「かあさんの歌」「ふるさと」などの演奏を聴いて涙を流し、また来てほしいと手を握ってくれる方々との交流が励みになっています。練習や勉強会で日々研鑽を積みこれからも地域で活動していくことが私たちの生きがいです。依頼はできる限り引き受けますので、ぜひ呼んでくださいね！



おかりな・どるちえ (左から)
大河内さん、名畑さん、宮田さん、篠村さん

★ 印刷作業コーナーはイイよ！

予約が入っていない時にぷらっと来て、囲碁普及会のテキストや会報を作っています。紙折り機、裁断機、のり、ホチキスなどが自由に使えるのがいいね。ミーティングスペースで広々と作業もできるので重宝している。メンバー同士の資料の受け渡しに便利なグループボックスも使っているよ。今度は、囲碁大会に掲げるたれまくを作ってみたいなあ。

紙折り機は便利No.1



植田米男さん

活動現場に突撃インタビュー ぷらっと栄レポート

新しい試み、企画しました！ アンサンブル Ei

プロフィール

結成：2004年 第1回栄「第九」演奏会合唱団員募集で集まったメンバー有志により立ち上がる。諸々の事情によりメンバーが減り、現在は6名で練習を続けている

指導：飯田裕之氏 バリトン 声楽家
現役のオペラ歌手であり、舞台演出も手がける

活動：本郷地区センターまつりでコーラス発表など
主に本郷地区センターで毎週火曜 18:45～20:30 に練習



A Little Jazz Mass を練習するメンバー（左から）富田さん、福島さん、佐藤さん、宮武さん、飯田さん、山崎さん

栄区にコーラスグループは幾つもあるが、夜の時間帯で練習を続けている会は珍しい。男性女性に関わらず仕事を持っている人や昼間はどうしても時間がとれない多忙な人でも好きな事に打ち込みたいという思いに変わりはない。ぷらっと栄は、そんな人々を応援していきたいと考えている。今後は時代の変化に即して、こうした夜の活動も盛んになってほしい。そんな思いでアンサンブル Ei (アイ) の稽古場を訪れた。

今が旬の歌を届けたい



気さくでユーモア溢れるイケメン飯田先生。
一度お目にかかったらその魅力にゾッコン！

Q: 今回企画された斬新なメンバー募集(下記)についてPRを！

A：私たちは毎回の練習を大切に向上心を持って進化していくグループです。個人の事情はさまざま。ずっと会に縛られることなく、やる気のある人が短期間に集中してくれればそれでいい。私たちなりに時代にあったやり方を模索した結果です。

Q: 約20回の練習予定ですが、何か特色は？

A：パート別音源CDを一人一人に用意します。いつでも一人練習ができますよ。

Q: 飯田先生からひとこと

A：11月4日(火) 19時～20時半 本郷地区センターにて「バリトン飯田裕之とJazzyな夜をみんなで歌おう」という先行イベントを開きます。ぜひのぞいてみてくださいね。



半年限りのプレミアムハーモニー 女声合唱団員募集！！

期間限定の合唱団員を募集します。6か月の練習期間で、コンサートを行い、終了したら解散するプロジェクト！伝える力！歌の力！音楽の力！感動の音楽体験をご一緒に！

オリエンテーション：11月11日(火) 18:45～20:45 本郷地区センター2F 大集会室

練習：12月2日(火)から毎週火曜 18:45～20:45
場所：本郷地区センター及び周辺施設 会費あり(他に楽譜代等)
対象：音楽や合唱に興味のある方。多いパートに関しては調整
締切：10月31日(金)
本番：2009年5月 栄区民文化センターリリス予定
講師：指揮 飯田裕之 ピアノ 飯田麻衣子
曲：「A Little Jazz Mass」JAZZ 風ミサ「うたをうたうとき」信長貴富 他

* 興味のある方は
ぷらっと栄
045-894-9900まで
詳細チラシ・応募用紙
あります



教えて！地域の活動 ぷらっとレポートII

～今年立ち上げました・さかえ華シニア～

今年の春に立ち上がり、ぷらっと栄で打合せを重ね、この秋、連続講座を開くグループがいる。その名もステキな「さかえ華シニア」。一体どこでどの様に立ち上がり、グループ活動を進めているのだろう。代表の木曾山さんにお話をきいた。
(講座の詳細は7ページ・上段)



メンバー(左から)中嶋さん、木曾山さん、高橋さん、十亀さん、岡田さん

Q: まずはグループ立ち上げのきっかけから…

A: 今年の1月～3月に開催された栄区の生涯学級ボランティア養成講座「自分力発見～私が輝く学びのプランナー」に参加したこと。そこで、関心のあるキーワードをもとに同じグループになったのが今の5名。そして、そのメンバーで新学級を立ち上げるということになったというわけです。

Q: まさに“縁”があったわけですね

A: そうです。私たちが主催する秋の講座のキーワードは「地縁・知縁の助け合い」と「絆の構築」。老後のいろいろなハプニングを乗り越えるのには、人と人との支えあいがとても大切。人とのつながりを深めるためにボランティア活動は最適と考えています。

Q: 老後に対する不安を感じる世の中だからこそ、とても親近感をもつ題材が並んでいますね

A: 地域に根付いて活動しているボランティアグループの代表の方のお話は「地縁・知縁の助け合い」をととても具体的に示してくれそうです。楽しみにしてください。

Q: 第5回目の講座は“公開”ということで、上野千鶴子先生が栄区にいらっっしゃいますね

A: 著書「おひとりさまの老後」は、話題になりました。私も、ぷらっと栄のミーティングスペースで読みました。上野先生にはスケジュールが合わずに一度は断られましたが、こちらの趣旨をご説明した結果、快く引き受けてくださいました。



代表の木曾山治雄さん

Q: 木曾山さんは、女性の中で一人男性ですが…

A: 確かに、女性のパワーはすごい！ ちょっとおされぎみかな。でも、いい刺激を受けています。女性には男性にはない細やかさがあるのです。講座にしても、男はつい抽象的になってしまうところを女性は身近で親しみやすいものを組んでいく。せっかく縁あって集まった仲間ですから、これからもいい意見を出し合って進めていきたいと思っています。今回の講座もおススメです。力をもらえますよ！

ぷらっとGO!

気になるイベントや募集のお知らせ。問合せは
☆印まで。あわてないで、チェック！チェック！

公開講演会

～生活習慣病の予防～
(日常気づいていないことを思い出してみましょう)

10月11日(土) 13時30分～15時(開場 13時)
場所 栄公会堂 2階1号会議室
定員 105名 入場無料
講師 生活情報お届け隊(栄区出前講座)
管理栄養士 鈴木 礼子

☆横浜栄楽クラブ 橋本 正道 ☎045-894-5165
(ぷらっと栄登録団体)

♪パソコン村文化祭♪

10月25日(土) 10時～17時
10月26日(日) 10時～16時
場所 中野地域ケアプラザ 1～2F

- ◆パソコン作品秀作展・スライドショー
- ◆パソコン音楽祭・あなたの似顔絵実演
- ◆パソコン学びたい人への親切相談会

- * 入場無料・喫茶室無料開放
- * 駐車場なし
- * 混雑が予想されます。お早めどうぞ!

☆パソコン横浜 ☎045-896-1113
(ぷらっと栄登録団体)



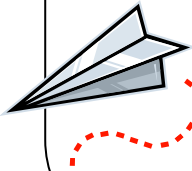
紙飛行機大会

お友達とお友達のお父さんと十六夜(いざよい)の
おじさんとみんなで紙飛行機を飛ばそう!

10月25日・11月8日・11月22日(各土曜日)
各回とも10時～11時45分
場 所 豊田地区センター
参加費 各回50円(材料費ほか)
* 未就学児は保護者同伴 * 室内用運動靴持参

申込み ハガキかEメールで住所・氏名(ふりがな)・
年齢または学年・電話番号・参加希望日
を下記へ(複数申込可)

〒247-0014 公田町 467-5-210
☆十六夜クラブ 大竹 正信
(ぷらっと栄登録団体)
e-mail: izayoi_hikoki@yahoo.co.jp



ア・カペラ コンサート♪

11月28日(金) 14時(開場 13時30分)
場所 栄公会堂 入場無料

プログラム

- I 童謡 赤い靴 ほたるこい
夕やけこやけ 他
- II 日本の歌 ちゃつきりぶし 刈干切歌
花嫁人形 他
- III 世界の歌・祈りの歌
AVE MARIA(アヴェマリア)
IN PACE(インパーチェ) 他

☆IN PACE(女声合唱団 インパーチェ)
吉原 ☎045-891-9773



譲ってください

お家で眠っている、“麻雀卓一式(パイ・点棒含む)
はありませんか?

脳の活性化、老化予防を目的に健康麻雀(かけ
ない・すわない・のまない)教室を企画していますが、
麻雀卓・麻雀牌が足りません。

ご提供いただける物がありましたら、是非お譲り
いただきたくお願いいたします。

☆小菅ヶ谷地域ケアプラザ
(ぷらっと栄登録団体)

太田 ☎045-896-0471

バランスボール体操教室

～年齢に負けないカラダをつくる～

11月17日・12月1日・15日・22日(4回コース)
いずれも月曜日

各回とも 18時～19時30分

対象者 区内にお住まいの40歳以上の方
場所 小菅ヶ谷地域ケアプラザ 多目的ホール
定員 20名
会費 400円(4回分・保険料含む)
締切 11月5日(水)
申込方法 TELまたは来所にて下記へ
* 応募多数の場合は抽選

☆小菅ヶ谷地域ケアプラザ
(ぷらっと栄登録団体)

縫島(ぬいじま) 空尾(もくお) ☎045-896-0471

受講生募集!

栄区生涯学級『さかえ華シニア』 ~あなたも乗り越えられる老後のハプニング~

回	月 日	テーマ	講師
①	10月 31日 (金)	健康は笑いから ~落語とマジックを楽しむ	横浜市職員落語愛好会 (落語) 相模亭 みの助 (マジック) よしオチャン
②	11月 7日 (金)	こわがらないで向きあう ~認知症	横浜市立大学医学部 精神医学教室 准教授 塩崎 一昌
③	11月 21日 (金)	ふれあいカフェへようこそ ~配食から広がる交流の輪	特定非営利活動法人 積み木 理事長 後藤 喜久子
④	11月 28日 (金)	小さな準備で大きな安心 ~誰でもできる、まさかの時の危機対策	横浜栄・防災ボランティアネットワーク 副代表 鈴木 徹郎
⑤ ※	12月 1日 (月)	【公開講座】「おひとりさまの老後」 ~すでに始めているあなた、 これから始めようとするあなたに送るエール	東京大学 大学院 教授 上野 千鶴子
⑥	12月 12日 (金)	いきいき長寿 元気に暮らす ~地縁・知縁の仲間との助け合い	グループ たんぽぽ 代表 大森 真由美

- 時 間 各回とも13:30~15:30
- 会 場 栄区役所新館 4階会議室 (④のみ栄公会堂2階1号会議室)
- 受講料 500円 (6講座・資料代を含む)
- 定員 40名 (応募者多数の場合は抽選)
- 申込方法 往復ハガキに、①生涯学級「さかえ華シニア」②氏名・ふりがな (1枚に2名まで)
③〒・住所④電話番号⑤返信面に必ず申込者の氏名・〒・あて先を記入の上、申込先へ
- 申込先 〒247-0005 栄区桂町303-19 栄区役所生涯学習支援係「さかえ華シニア」担当
- 締切日 平成20年10月20日 (月) 必着
- 問合せ先 木曾山 TEL891-4468

※ 公開講座のみ参加の場合は、ハガキ (1枚につき1名) に住所・氏名・電話番号・公開講座「おひとりさまの老後」を書いて申込み先へ

受講生募集!

栄区生涯学級『二人で生きる!二人でリポート(再起動)!』

回	日 時	テーマ	講師
①	11月 5日 (水) 13:30~15:30	男の決断・その行動力	運転手サービス・バイク販売会社 横田 幸則
②	11月 12日 (水) 9:45~12:00	行ってみよう 仲間とともに ~栄の歴史めぐり~	栄地域史研究会 鉄田 節也
③ ※	11月 19日 (水) 13:30~15:30	【公開講座】再起動人生(リポートライフ) ~自分のために生きるということとは~	映画プロデューサー・作家 増田 久雄
④	12月 3日 (水) 13:30~15:30	男と女に分かち合い ~人生の後半一緒にいたい人は誰ですか~	ルポルタージュ作家 本岡 典子
⑤	12月 10日 (水) 13:30~15:30	オシャレの処方箋 ~妻が変わる 夫も変わる~	山野美容芸術短期大学教授 公文 裕子
⑥	12月 17日 (水) 13:30~15:30	江戸と平成の夫婦 ~古典落語を一席~	(社) 落語協会 金原亭馬治・金原亭馬吉

- 会 場 ①④⑤⑥は栄区役所新館4階会議室 ②は区役所新館前に集合 ③は栄公会堂2階1号会議室
- 受講料 500円 (夫婦で参加の場合は2人で800円・第1回講座時に受付へ)
- 定員 40名 (応募者多数の場合は抽選)
- 申込方法 往復ハガキ (1枚に2名まで) に
講座名「二人で生きる」・氏名(ふりがな)・〒住所・電話番号を記入の上、申込先へ
- 申込先 〒247-0005 栄区桂町303-19 栄区役所生涯学習支援係「二人で生きる」担当
- 締切日 平成20年10月20日 (月) 必着
- 問合せ先 松原 TEL891-0577

※公開講座のみ参加の場合は、ハガキ (1枚に2名まで) に住所・氏名・電話番号・「公開講座 再起動人生 希望」と書いて申込み先へ

みなさんからの声

藕(もち)の実や

駆でてふらっと寄り処

輪の匂い・大矢恒彦さん

投稿コーナー

ぷらっと栄を詠む

※藕の木は本郷台駅前広場にある赤い実のなる木です。

子連れで参加できる英会話サークルはありませんか？

お心あたりのある方は
ぷらっと栄まで
ご一報ください
☎045-894-9900

句集「冬夕焼」を出版しました
金子 敦さんより
(ぷらっと栄に置いてあります)



月を待つ
波のかたちの和菓子かな

夢 実現！

漫歩会さんは7月下旬から8月初めにかけてヨーロッパ(スイス)アルプスの山旅を堪能されたそうです。おめでとうございます。



マッターホルンをバックにヴァリス山郡に行く

こんにちは！おしかけ隊です

「おしかけ隊」はぷらっと栄の応援隊のみなさんです
メンバー紹介 (その1)



ボランティアを通して頂いた
沢山の“心”が私の宝物

橋本さん

表貝さん

柴田さん

活力溢れる地域づくりを
モットーに歩み続けたい

ぷらっと栄を誰でも気軽に
立ち寄れる交流の場に
したいですね

相談員のひとり言

夕暮れどき、ふらふら散歩をするのが好き。うす暗い中ひとつふたつと明かりが灯っていく。そのひとつひとつに家庭があるんだなと思う。どこからともなく夕飯のおかずのおいがしてきて、温かいきもちになる。そんな温かいやわらかなきもちを持ち続けて、毎日過ごしていきたいと思う。
出会う人それぞれにも優しいきもちで向かい合いたい。(A)



さかえ区民活動センター情報紙 ぷらっと通信

発行 さかえ区民活動センター“ぷらっと栄”
〒247-0007 横浜市区小菅ヶ谷 1-4-5 横浜銀行本郷台支店 3階
Tel 894-9900 Fax 894-9903
e-mail sa-katudou@city.yokohama.jp
<http://www.city.yokohama.jp/me/sakae/katudou/>

開館: 月～土
9時～20時半
日・祝:
9時～18時
(休館: 第4日曜日)
お待ちしま～す

