



〒225-0024 青葉区市ケ尾町 31-4(青葉区役所 1F)

TEL : 978-3327 FAX : 972-6311

Eメール : ao-machikatsu@city.yokohama.jp

ホームページ [青葉区区民活動支援センター](#) [検索](#)

〈開所時間〉月曜～金曜 8:45～17:00 第2・4土曜 9:00～12:00

〈休所日〉第2・4土曜以外の土曜、日・祝日、年末年始(12/29～1/3)

2021年 12月 第33号

センターからのお知らせ

「Webで楽しむまち活フェス2021」を開催します！令和3年12月27日～令和4年3月31日

コロナ禍でも歩みを止めずに活動を続けている団体やまち活パートナーズ*の皆さんの活動です。「おうち時間」の増えるこの時期、多彩な団体の活動をWebでお楽しみください。

「Webで楽しむまち活フェス2021」

検索



横浜市公式YouTube チャンネル



〈参加団体・まち活パートナーズ〉

あおばばそこん横丁・青葉ふれあいの会・NPO 法人地域コミュニティハウスげんきかい・NPO 法人 DV 対策センター・心あわせ隊・卵の黄身の会・東京第四友の会緑方面・特定非営利活動法人 WE21 ジャパン青葉・ハーモニースワン・マリンバアンサンブルグループマリン BA マリン・らくらくピアノサークル「グローイング」・横浜青葉スピーチクラブ・横浜アコーディオン愛好会・横浜オーバーガールズ・青木邦夫（コーヒーの淹れ方）・石川伸絵（臨床美術 アートセラピー）・桑原妙子（手作り絵本・カード）・con brio（体験型コンサート）

※まち活パートナーズとは・・・「知識や技術、経験を活かしたい」「まちづくりに貢献したい人」個人や団体に登録していただき、地域活動団体等にコーディネートしています。

令和3年度版まち活「活動団体ガイド」を発行しました！

区内を中心に活動するいろいろなジャンルの団体をご紹介します。これから何かをしたい、学びたい、一緒に活動したい人は、ぜひご活用ください。ホームページでご覧いただける他、支援センター窓口や区内の区民利用施設でも配布します。ご興味のある団体がありましたら、まずセンターまでお問合せください。青葉区区民活動支援センター TEL : 978-3327



E-mail : ao-machikatsu@city.yokohama.jp

【令和3年度版活動団体ガイド】

〈今月のまち活ギャラリー〉

【11/30(火)～12/10(金)】

「神奈川県年金受給者協会
港北支部青葉分会」

イベント情報・活動状況

【12/13(月)～12/24(金)】

「未来の樹あおば」活動紹介

〈今月のFMサルス〉

【12/23(木) 11:05頃～】

「青葉家事介護ワーカーズ・
コレクティブここあ」
家事介護を必要とする人々に
必要なサービスを提供し
ます。

〈今月の団体紹介パネル〉

まち活パートナーズ紹介

【学びのパートナー編】

子ども・子育て



【まち活】とは？ 青葉のまちをさらに元気に・魅力的にするために、区民の皆さんが青葉のまちで生き活きと活動し、まちを活性化していただくことを目指しています。あなたのまち活を青葉区区民活動支援センターがお手伝いします！

🌱 「スマホ・タブレットで 30 秒の活動紹介動画を作って YouTube にアップしよう！」を開催 全 2 回講座 10 月 6 日・20 日

「あおば未来プロジェクト」の大学生サポーターを講師に迎え、青少年の地域活動拠点「あおばコミュニティ・テラス」で動画作成講座を開催しました。

動画はコロナ禍でも情報発信できる有効な手段のひとつです。初心者の方ばかりでしたが、スマホを片手に動画を撮影するところから始まり、最後には音楽やテロップを入れた素敵な動画ができました。「スマホでここまでできるなんて!」、「早速活動紹介動画を作りたい」という声も上がりました。新しいことにチャレンジする皆さんの姿勢に元気をもらいました。(I)



★動画作成のポイント

- ・伝えたい情報から伝える（起承転結を考えない!）
- ・最初の 3 秒が勝負!
- ・いろいろな角度、動きのある画像を使う。

大学生、高校生ボランティアがサポート!



🌱 まち活パートナーズ紹介：大蔵良章さん

9 月から「免疫力を高める健康体操」を開催している恩田地域ケアプラザを訪問しました。大蔵さんはこの講座の講師を務めています。免疫力を高める呼吸法と足腰の強化、カンタン太極拳・気功の実技で下半身・体幹を鍛える体操をしていました。それぞれの、動作の意味や目的を丁寧に説明することで、覚えやすく、より高い意識を持って動くことができるそうです。

参加者から「海外生活が長く、地域のことが何もわからず困っていたところにこの講座を知りました。心のこもったこの講座に参加できとても感謝しています。」との声もありました。

「健康寿命を延ばし、生き生きと健康に過ごすためには、薬や医療に頼らず、食養生を実践し、適度な運動をすることが大事です。」という大蔵さんは、健康寿命日本一の青葉区をめざし、未病、予病を実践する仲間を増やし、イキイキ楽しい地域づくりを目指して活躍しています。(SW)



丁寧に指導する大蔵さん

編集後記

一年の締めくくりの月を迎えました。6 月からの登録団体更新にあわせ、団体の皆さんから活動の様子を伺うことができました。コロナ禍により活動は様々ですが、支援センターでは引き続き皆さんの活動のサポートをしていきます。よいお年をお迎えください (SW)

