



いそご区民活動支援センター情報紙

ご協力
お願いします♪



グループ・団体 登録更新のお知らせ

令和5年度は、グループ・団体の登録の方のみ更新を行います。
 昨年からは、地域ボランティア講師の登録更新とグループ・団体の登録更新を1年ごとに交互に実施させていただいております。

- ◎更新手続き期間：1月10日（火）～2月28日（火）
- ◎更新手続き方法：いそご区民活動支援センターにて対面で実施させていただきます。
前回の登録票をご用意しておきます。
- ◎更新手続き時間：20～30分お考えください。※事前予約優先
※事前予約は1月4日（水）から電話のみで受付ます。
※開館時間は、10時～17時です。

ご案内をお送りしますので詳細は、お確かめください。
 新規グループは随時募集中です！

あなたの特技・経験・知識をいかしませんか？

磯子区地域ボランティア講師募集

いそご区民活動支援センターでは、特技・経験・知識を活かして、地域の皆様と活動したいという方のための登録制度を設けています。この登録される方を磯子区では「地域ボランティア講師」と呼んでいます。地域ボランティア講師に登録して、地域の皆様と活動しませんか。地域の各種施設、保育所・幼稚園、小・中学校、子ども会、親子サークル、自治会、町内会、老人会、市民活動グループなどからの依頼に応じて、講座、講演会、体験学習、芸術鑑賞などの講師や実演者として紹介します。

詳細はいそご区民活動支援センターまで。お待ちしております。

磯子区マスコットキャラクター「いそっぴ」



申込み先・お問合せ：いそご区民活動支援センター
 TEL 045-754-2390 FAX 045-759-4116
 E-mail: is-shienc@city.yokohama.jp



地域ボランティア講師&グループ・団体
 登録数（11月30日現在）
 ■地域ボランティア講師 212件
 ■グループ・団体 235件



いそご地域づくり塾2022 さあ！はじめよう！自分らしく 第2・3回 レポート

第2回は“地域の元気と仲間づくり”をテーマに地域で活動している実践者のお話を伺いました。

mamaribaの佐藤順子さんは、地域づくり塾の卒業生で親子の居場所を開催しています。開催するまでの想いや期待、大変さなど具体的なお話を聞くことができました。「分からなくてもやってみる。いろいろな方が助けてくれます。是非小さな一歩でよいので踏み出してください」と応援メッセージをいただきました。佐藤さんのお人柄が仲間を呼ぶのですね。

シトラスリボンfrom横浜の青木美佳さんは、差別をなくして、コロナ禍でも学校、家庭、地域を大切に「ただいま」「おかえり」と言いあえるまちづくりを目指しています。シトラスリボンを付けて大事にしたいことに取り組んでいる意思表示が学校教育現場を中心に行政、自治会、企業などに広がっているそうです。

シトラスリボンの意味を聞きながら受講生の皆さんも想いを込めて作っていました。それぞれの活動の体験談をお聞きして、たくさんのヒントをもらえたと思います。

第3回のテーマは“仲間と活動するためのヒント”です。始めに、グループのメンバーで協力して新聞パズルを完成させました。皆さん、盛り上がりながらパズル完成!! 笑顔も見られ、距離も縮んで楽しそうでした。いよいよ次回のイベントに向けて各自アイデアシートを持ち寄り、2グループで話し合い、グループ名は、“エブリワン”と“いそご散歩日和”に決定しました。

イベントに向けて交流ウィークの準備が始まります。皆さんが協力してどのようなイベントになるか楽しみです。



磯子区マスコットキャラクター「いそっぴ」



活動を広めよう

令和4年度 地域活動スキルアップ講座 I



ディズニー流スマイルコミュニケーション 終了報告

10月29日（土）13時より、磯子区役所7階会議室にて講師の石坂秀己氏をお迎えし「活動を広めよう ディズニー流スマイルコミュニケーション」を開催いたしました。13人の方が参加されました。講師は東京ディズニーランドのアトラクション責任者として約15年ご勤務され、実績を積みまれました。

和やかな雰囲気の中、楽しいゲームやワークなどを交え、活動において笑顔でいられる大変重要な心の持ち方や、スマイルのテクニックを教えてください、コミュニケーションの大切さを改めて実感いたしました。

アンケートでは「いろいろな面での笑顔の話でしたが、人の話を聞くこと、伝えること、その努力の大切さを再確認しました」などお声をいただきました。講師のゲストへの思いやり、ご参加の皆さまのお心遣いや、前向きに取り組まれている姿に心を打たれました。マスクが外れた後、皆さまの輝く笑顔が見られることを楽しみにしています。



シニアカフェ ヘルスメイト主催 with コーヒー会

10月21日(金) 10:30~13:00 杉田のYワイひろばにて磯子区食生活等改善推進員会(愛称ヘルスマイト)がシニアカフェを開催しました。今回はコーヒー会のみなさんが参加し、一緒にコーヒーを楽しみながら交流しました。いつまでも元気で、生き生きと生活できますようにという願いがこめられたシニアカフェ、みんなでフレイル予防の話、健康のこと、食事・栄養のこと、お料理の話、趣味の話、運動や体にいいこと…コーヒー会の武内さんからコーヒーの豆知識♪もあり、コーヒーの香りが漂う中、あんな話こんな話で会話が弾みました。



「美味しいコーヒーをいただきながらとても楽しい時間を過ごせました。」とヘルスマイトの戸部会長。コーヒー会の鈴木代表からも「声をかけていただき嬉しかった。食生活について楽しく教えていただきながらヘルスマイトの皆さんと交流できてよかったです。」といただいた資料を見せにきてくれました。シニアカフェのコラボ企画は、これからますます人気の予感がします!



おじゃましま〜す

88

書道同好会(岡村中学校コミュニティハウス)
2022年10月2日(日) 訪問

10月初旬、教室には季節外れのセミの鳴き声しか聞こえないほど静かな時間が流れていました。ここは岡村中学校コミュニティハウス、高橋伸先生が主催する「書道同好会」です。書道同好会を始めて12年、現在は11人の会員さんが通っています。当初から通われている方もいらっしゃる年齢や性別は様々です。「先生は優しく、一人ひとりに寄り添って教えてくれる」「ここに来るといつも仲間がいて話をするのが楽しみ」「あまり褒められない先生に褒められた時は、また頑張ろうと思う」など、先生はもちろん、一緒に通っている人たちとの交流や刺激、達成感などが書道を長く続けられる秘訣なのかもしれません。お手本は古代に書かれた漢詩を基に、楷書、行書、草書と三通りの書体に分けられ、その意味やそれぞれの書体の表現、書き方などを学びながら一枚一枚作品にしていきます。先生の元で添削を受けた皆さんは集中力も緊張もほぐれた様子、笑顔がこぼれます。「書道は小学生の時にやったくらい」という方も多いはず、静かな空間で精神を統一して墨をすり、その墨



の香りを感じながら書く楽しさ、一つの作品を書き終わった後の達成感などを是非体感して欲しいと先生はおっしゃいます。書道を通して文化や歴史を学び直し、顔なじみの仲間との交流を通じて書道の楽しさを見つけみるのは如何でしょうか?

詳細は、いそご区民活動支援センター(754-2390)までお問合せ下さい。
応援隊 Y.S



施設いちおしのイベント・講座情報

※施設の状況により、内容が中止・変更になる場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。

磯子センター
Tel 753-2861 Fax 753-2863
Ⓛ 12/19 (月)

マリンバリトミック

日時: 12/20(火)10:00~10:45
回数: 1回
対象: 未就学児と保護者
定員: 10組
費用: 700円
申込: 12/20(火)迄 先着
内容: マリンバや打楽器を使って楽しくリトミックしましょう!



根岸地区センター
Tel 751-4777 Fax 751-4798
Ⓛ 12/19 (月)

書初めに挑戦

日時: 1/29(日)
回数: 1回
対象: 小学生
定員: 10人
費用: 500円
申込: 12/16(金)~先着
内容: 毎年恒例! 一年の初めに書初めに挑戦です。



根岸地区センター
Tel 751-4777 Fax 751-4798
Ⓛ 12/19 (月)

自信がつく、伝わる話し方講座

日時: 1/17・1/31・2/14(火)
回数: 全3回
対象: 一般
定員: 10人
費用: 2,000円
申込: 12/12(月)~先着
内容: 話し上手は、聞き上手 聴き方と好感をもたれる話し方司会のテクニック



杉田地区センター
Tel 775-0541 Fax 775-0542
Ⓛ 12/15 (木)

はじめてのけん玉【全5回】 ~けん玉検定合格への道~

日時: 1/21、2/4・18、3/4・18(土)
回数: 全5回
対象: 小学生から大人まで
定員: 18人
費用: 2,500円
申込: 12/24(土)~先着
内容: けん玉を4基礎から習います。小学生以上どなたでも年齢に関係なくご参加いただけます。最終日にはけん玉協会の検定を受けて認定証をもらいましょう。講師は、元世界チャンピオンに輝いた壮年の男性です。



上中里地区センター
Tel 773-3929 Fax 773-3939
Ⓛ 12/26(月)

月いち土曜日の朝ヨガ ~からだを整う新講座スタート~

日時: 1/7(土)9:15~10:30
回数: 1回(毎月定例)
対象: どなたでも
定員: 10人 先着
費用: 500円
申込: 当日来館受付
内容: 新しい年に新しい習慣を。身体と心にやさしいヨガ教室が始まります。週末のからだリセットでより良い明日へ。気軽にまずは、お試しを!



洋光台駅前公園こどもログハウス
Tel&Fax 833-1569
Ⓛ 12/19 (月)

ログのクリスマス

日時: 12/17(土)14:00~15:00
回数: 1回
対象: 幼児、小学生
定員: 30人
費用: 無料
申込: 当日先着
内容: サンタと共にビンゴ大会を行います。



洋光台駅前公園こどもログハウス
Tel&Fax 833-1569
Ⓛ 12/19 (月)

絵馬に願い事を書こう

日時: 1/6(金)~1/8(日)
10:00~15:00
回数: 1回
対象: 幼児(保護者同伴)~小学生
定員: 各日15人 当日先着
費用: 無料
申込: 不要
内容: 絵馬に願い事を書いて壁に飾ります。



滝頭コミュニティハウス
Tel 761-7928 Fax 754-4666
Ⓛ 12/26 (月)

レザークラフト講座

日時: 1/20(金)10:00~12:00
回数: 1回
対象: 一般
定員: 10人
費用: 2,000円
申込: 12/11(日)~先着
内容: 1年の幸運を願って縁起の良い春財布と、ポケットティッシュケースを本革で作ります。ちょっとしたコツで素敵に仕上がります。



浜中学校コミュニティハウス
Tel&Fax 772-0770
Ⓛ 火・金

トートバッグ(全2回) ~大人のレザークラフト講座③~

日時: 1/19(木)、1/26(木)9:30~12:00
回数: 2回
対象: 成人
定員: 8人
費用: 4,000円
申込: 12/15(木)~1/12(木)迄 先着
内容: 初めての方でも手縫いのトートバッグが簡単に作れます。革の色は数色から選べます(申込順)。(サイズ)横:20cm、マチ:10cm、高さ:20cm、持ち手高さ:15cm



洋光台第三小学校コミュニティハウス
Tel&Fax 832-8331
Ⓛ 火・金

ミニ門松を作ろう

日時: 12/25(日) 13:30~15:00
回数: 1回
対象: 一般
定員: 10人
費用: 2,000円
申込: 11/21(月)~先着
内容: 松や孟宗竹を使ってお正月飾り「ミニ門松」を作ってお正月をお迎えしましょう。



磯子地域ケアプラザ
 Tel 758-0180 Fax 758-0181
 ⑩ 12/19 (月)
 **子育て楽しむ♪ わいわい広場**
 日時: 12/14(水)、12/22(木)
 10:00~11:30
 回数: 2回
 対象: 幼児と保護者
 定員: 10組20人 当日先着
 費用: 100円
 申込: 不要。当日直接会場へ
 内容: 14日: 松ぼっくりリース作り
 22日: クリスマスカード作り



滝頭地域ケアプラザ
 Tel 750-5151 Fax 750-5155
 ⑩ 12/19 (月)
ハーバリウムでボールペン作り
 日時: 1/31(火)10:00~11:30
 回数: 1回
 対象: 地域住民
 定員: 12人
 費用: 500円
 申込: 12/20(火)~先着
 内容: ハーバリウムとはドライフラワー等を容器に入れオイルに浸したインテリアです。ハーバリウムで自分だけの素敵なボールペンを作りましょう。



屏風ヶ浦地域ケアプラザ
 Tel 750-5411 Fax 751-2322
 ⑩ 12/13 (火)
オヤジの台所
 日時: 1/12(木)10:00~13:00
 回数: 1回
 対象: 概ね60歳以上の男性
 定員: 4人
 費用: 800円
 申込: 12/11~先着
 内容: 男性のための簡単料理教室です。「ベーコンとブロッコリーの豆腐グラタン・スープパスタ風エビとごぼうの小鍋」を実習します。

区民文化センター杉田劇場
 Tel 771-1212 Fax 770-5656
 気仙沼音楽復興支援 ⑩ 12/13 (火)
杉劇クリスマスジャズライブ2022
Mako's Party Christmas Jazz Live
 日時: 12/10(土)14:00~16:00
 回数: 1回
 対象: 小学生以上(未就学児不可)
 定員: 290人
 費用: 一般: 3,500円 スマイルクラブ会員・横浜Jazz協会会員: 3,000円
 申込: チケット好評発売中
 内容: 中野雅子率いるMako's Partyが、クラシックからスタンダードナンバーまで、様々なジャンルの音楽をオリジナル・ジャズアレンジにてお送りします!



磯子スポーツセンター
 Tel 771-8118 ⑩ 12/12 (月)
出前教室①健康体操
出前教室②肩腰膝痛予防体操
 日時: ①12/26(月) 10:00~10:50
 ②12/27(火) 13:00~13:50
 会場: ①屏風ヶ浦地域ケアプラザ
 ②上笹下地域ケアプラザ
 定員: 16歳以上 各20人
 費用: 各500円
 申込: 当日現地にて10分前から受付(先着順)
 内容: 簡単な運動やストレッチを通して肩腰膝の痛みの予防から健康・体力づくりを行います。
 ※室内シューズをお持ちください。



磯子図書館
 Tel 753-2864 Fax 750-2528
 ⑩12/3(土)、12/19(月)
イベント「本の福袋」
 日時: 12/21(水)~
 回数: なし
 対象: 小・中・高校生
 数量: 70セット なくなり次第終了
 費用: なし
 申込: なし
 内容: あるテーマについて、図書館司書が選んだおすすめの本3冊をセットにして貸出します。どんな本が入っているかは開けてみてのお楽しみ! 5年1月5日(木)~12日(木)まで、福袋の中身を公開する展示も行います。



磯子区内施設の年末年始休館情報

※時間変更等あり。詳しくは、各施設へお問い合わせください。

磯子センター	12/28 水~1/4 水	磯子スポーツセンター ※	12/30 金~1/3 火
根岸地区センター	12/28 水~1/4 水	磯子図書館 ※	12/29 木~1/3 火
杉田地区センター	12/28 水~1/4 水	洋光台駅前公園こどもログハウス	12/29 木~1/3 火
上中里地区センター	12/28 水~1/4 水	横浜市社会教育コーナー	12/28 水~1/4 水
磯子地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	区民文化センター杉田劇場	12/29 木~1/3 火
上笹下地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	たきがしら会館	長期休館中
新杉田地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	はまぎん こども宇宙科学館	12/29 木~1/1 日
滝頭地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	根岸なつかし公園 旧柳下邸	12/29 木~1/3 火
根岸地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	磯子区地域子育て支援拠点いそびヨ ※	12/29 木~1/4 水
洋光台地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	久良岐能舞台	12/29 木~1/3 火
屏風ヶ浦地域ケアプラザ	12/29 木~1/3 火	磯子公会堂	12/29 木~1/3 火
岡村中学校コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火	三殿台考古館	12/28 水~1/4 水
滝頭コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火	横浜市電保存館	12/29 木~1/3 火
根岸中学校コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火	磯子区青少年地域活動拠点イソカツ	12/29 木~1/5 木
浜小学校コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火	いそご区民活動支援センター	12/29 木~1/3 火
浜中学校コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火		
洋光台第三小学校コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火		
洋光台第四小学校コミュニティハウス	12/29 木~1/3 火		

NEW

楽しい韓国語(入門)

◆メンバー募集◆

韓国についての様々なこと
(ドラマ、旅行、文化、社会など)
を話し合ったり、歌の歌詞を
訳して聞いたり、楽しく韓国語
を習います



- 日時: 第2,4水曜日 15:00~16:30
- 場所: いそご区民活動支援センター
- 費用: 4,000円/月
- 講師: 金 永子

お問合せ: いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390

磯子区録音ボランティア アマリスの会



視覚に障害がある方へ、文字やそのほかの各種情報
を音声に変えてお届けする活動をしています。

年4回 会独自の録音雑誌「アマリス」発行。
さまざまなジャンルから読み物、身近な話題、便利
情報などをCDにしてお手元にお送りしています。
(無料) ご希望によって本、雑誌、取扱説明書など
をお読みします。またCDにしてお届けすることも
できます。手帳のない方もご相談ください。

お問合せ: 磯子区社会福祉協議会
ボランティアセンター TEL 045-751-0739
(アマリスの会より折り返しご連絡させていただきます)

I am 地域ボランティア講師



色紙に作品を貼ります。できるだけ立体的に
なるように折ります。29年度から七福神を
作成しております。用紙の性質を活かしながら、
季節の花や動物、干支を折ります。

※いそご区民活動支援センターのフォトスポッ
トにボランティアで季節に応じた素敵な作品を
提供して下さっています。ぜひフォトスポット
へ足をお運びください♪

ジャンル: 折り紙

氏名: 折り紙(福原捷子)

資格など: 日本折り紙協会認定講師



千支の折り紙と箸置き



来年の干支“兔”を紅白の和紙で折ります。
お節料理に色を添える兔の箸置きも作ります。
新年を素敵な干支の飾りで迎えましょう。

- 日時: 12月18日(日) 13時~15時
- 場所: いそご区民活動支援センター
- 参加費: 500円
- 持ち物: 紙用ボンド・洗濯ばさみ2個
- 定員: 10人
- 申込: 受付中(窓口・電話・メール)
- 問合せ: いそご区民活動支援センター
電話: 754-2390 FAX: 759-4116
メール: is-shienc@city.yokohama.jp

※地域ボランティア講師は、地域の各種施設、保育所・幼稚園、小・中学校、子ども会、親子サークル、
町内会、老人会、市民活動グループなどからの要請に応じて、講座、講演会、体験学習、芸術鑑賞などの講師や
実演者としてご紹介する“ボランティア人材登録制度”です。
詳しくは、いそご区民活動支援センターまでお問合せください。

第32回 いそご芸術文化祭 磯子区文化協会

12月12日(月)～12月20日(火)

【絵画部】 絵画の展示

日頃の制作した作品を展示します。

油彩・水彩・日本画・パステル画など多種あり。

是非ご覧ください。

10:00～17:00(初日は13:00から、最終日は

16:00まで)、会場=磯子区役所 1階 区民ホール

観覧無料 問合せ=Tel/Fax 045-751-4631(工藤)

12月18日(日)【吟道部】 吟道部発表大会

磯子区内で活動している詩吟の会の吟詠発表会です。

声を発して心と体を豊かにします。

11:00～15:00(受付開始 10:30)、

会場=磯子公会堂、観覧無料

問合せ=Tel 090-3917-2178(田中)

【投句締切日:12月20日(火)】

【文芸部】 第33回磯子区俳句大会

俳句の募集を行い、選者による選の結果、高得点を
得た句について顕彰します。

○俳句の募集

・締 切: 令和4年12月20日(火)当日消印有効

・投 句 先: 〒235-0024

横浜市磯子区森が丘1-18-16

岩田 信あて

・投句方法: はがきにて、住所・氏名・連絡先を記入し、
当季雑詠2句まで

・投 句 料: 無料(はがき切手代負担)

○顕彰

選者による選で、1位、2位、3位を顕彰します(入賞者には、
令和5年3月中旬ごろ通知いたします。)

問合せ=Tel 045-845-6873(岩田)

秋の終わりを告げる花

コラム 第2回 *My column* 佐藤 清江

この時期、めっきり花の姿を見かけなくなり、色づいた木々の葉が目につきます。そんな中、久良岐公園の雑木広場で黄色い花を見つけました。「ヤクシソウ」です。秋を締めくくり、冬の到来を告げているかのようです。道ばたで静かにたたずむこの草に注意をはらう人は、少ないかもしれません。「ヤクシソウ」は、二年草です。一年目は、ロゼット状に葉を広げた姿で過ごします。二年目の春から動き出し、秋に直径1.5cmほどの鮮やかな黄色い花を咲かせます。葉をちぎると白い乳液を出します。かつて、ウサギやウマの飼料にしたことから、ウサギノチチという別名もあります。

「ヤクシソウ」は薬師草と書きます。いかにも薬効がありそうですが、皮膚の腫れ物に良いとか、気持ちを和らげると言った程度のものしかないようです。茎や葉に細かい毛が無いのが特長です。俳句にも詠まれています。『道の辺に愛でる人なし薬師草』

【花】



- 枝分かれが多くそれぞれにたくさんの花を咲かせます。
- 枝先や葉の腋に花を付けます。
- 花びらは舌状花が11枚あり中心に筒状花があります。
- 花は上向きに咲き、咲き終わると萎れるように下を向きます。

【葉】



- 名前の由来は、葉の形にあります。薬師如来の後ろの「光背」の形に似ているという説もあります。
- 葉元が茎を抱くような形になっています。

つながりをたやさない 赤い羽根共同募金

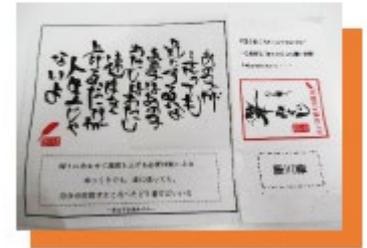


今年も10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まりました。磯子区社協窓口で100円以上のご寄付をいただいた方には、ドラえもんバッジや、今年から、筆みくじなどのプレゼントを差し上げております。是非お立ち寄りください！

また、12月から始まる年末たすけあい募金に際し、ボーイスカウト横浜第94団の皆さんが下記の日程で街頭募金を実施予定です。お近くにお越しの際は是非ご協力をお願いいたします！



ボーイスカウト横浜第94団 街頭予定
12月18日(日)
JR 磯子駅 10:00~11:30
京急屏風浦駅 10:15~11:15



おうちで、ごみゼロミッションに挑戦！
『使い捨てプラスチック』もしくは『食品ロス』をテーマに、

川柳作品大募集！

資源化推進担当では、環境について考えるきっかけとして、自宅でも参加できる「ごみゼロミッション」を公開します。
※以下2つのうち、どちらかのテーマにそった内容の川柳(5・7・5調)をお考えください。

お題



「ヨコハマ3R夢！」
 Mascot イーオ

1. 海洋ごみの半分以上を占めるプラスチック、特に「使い捨てプラスチック」の削減
2. 本来食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」の削減

挑戦いただいた方先着200名様に
スリム
3R夢グッズをプレゼント！

応募方法



へら星人 ミーオ

【必要事項】 下記の必要事項をご記入の上、メールもしくは、郵送にてご応募ください。

- ① 応募者住所/名前/電話番号 ② 年代 ③ 川柳/ペンネーム

お申込み・お問合せ

磯子区役所 地域振興課 資源化推進担当

〒235-0016 磯子区磯子3-5-1 Mail: is-shigen@city.yokohama.jp

■ 募集期間 11月14日(月)~5年1月6日(金)まで

※磯子区在住、在学、在勤の人が対象です ※詳しくは、チラシをご覧ください。

食品ロスについてなど、詳しく知りたい方は、区ホームページをご覧ください。↓



いそご区民活動支援センター情報紙「いそつな」

発行・問合せ/いそご区民活動支援センター

市民活動や生涯学習の相談に応じます。

〒235-0016 横浜市磯子区磯子3-5-1 (磯子区総合庁舎7階)

TEL 045-754-2390 FAX 045-759-4116

E-mail: is-shienc@city.yokohama.jp

ホームページは、こちらから↓



◆編集後記◆

地域デビュー講座が始まりました！磯子の魅力がたくさん詰まっています☆多くの皆さまにご参加いただきありがとうございます^^

