

なかぽぽら

「人々の、みんなの」を表すイタリア語の popolare から。

中区内の生涯学習・市民活動の参加を夢見て、様々な活動をされている人たちのための情報誌であり、多くの夢が生まれ皆に親しまれますようにと名づけられました。

vol.66号 平成30年1・2月号

【編集・発行】
なか区民活動センター
(中区役所地域振興課)

TEL 045-224-8138
FAX 045-224-8343
Email
na-katsudou@city.yokohama.jp



なか区民活動センター
マスコットもなか

「なかく街の先生」登録者募集

事業案内

- ・なかく風おこせプロジェクト
- ・中区タウンピクニック

事業報告

- ・親子で楽しむ世界の絵本
- ・なか区タウンピクニック
- ・なかく街の先生オープン講座

センターからの重要なお知らせ

- ・ロッカー・レターケースの応募案内

活動紹介

- ・特定非営利活動法人よこはま地域福祉研究センター



なか区風おこせ! プロジェクト

地域デビュー講座&講演会

参加費無料

地域デビュー講座 (全5回講座)

「これから何かやりたいな」と思っている皆さん! 地域でボランティアとして活躍できるテーマを3つ用意しました。グループ作りと活動のノウハウを学んで春から活動をスタートしてみませんか?

「地域で活動してみよう!」

2月16日、3月2日、16日、23日 すべて金曜

10時~12時 ※右記の講演会(2月23日)も参加

なか区民活動センター 研修室

講師: NPO 法人夢・コミュニティ・ネットワーク

理事長 **時任 和子氏**

定員: 中区内在住・在勤の20名(先着)



時任 和子氏

ボランティアテーマは3つ+α

- 外国人への観光案内
- シニア世代へスマホ・タブレットのコーチ
- いつまでも元気に歩ける身体作り指導
- +α (参加者の希望で決定)

講演会

まちづくりや福祉などの各種分野で、メディア出演や著書出版など全国的に活躍中の山崎亮氏に、地域の力を引き出す方法や人をつなぐ仕組みについてお話しいたします。

「山崎亮さんと考えよう! 地域で街づくり」

2月23日(金)

18時~20時

開港記念会館1号室

(中区本町1-6)

募集人数: 100名

(定員に達し次第締切)

Studio-L 代表 山崎 亮氏▶



申込み:

1月15日(月)~申込み開始電話・FAX・メールで

①件名(講座か講演会か明記) ②氏名 ③電話 ④住所 ⑤年代

申込先: 中区地域振興課

☎ 045-224-8137 FAX 045-224-8215

メール na-event@city.yokohama.jp

メールフォームはこちら



「なかく街の先生」とは・・・！中区のボランティア人材登録制度です。あなた個人やあなたが活動しているグループの経験・知識・技術を活かして、地域に役立ててみませんか？



登録すると・・・

地域からの依頼を受けて講座を行ったり、イベントで特技や技術を披露したりすることができます。

依頼はどこから？

区民利用施設
(地区センターやケアプラザなど)、
自治会、PTAや子供会など。



なか区民活動センターがサポートします！

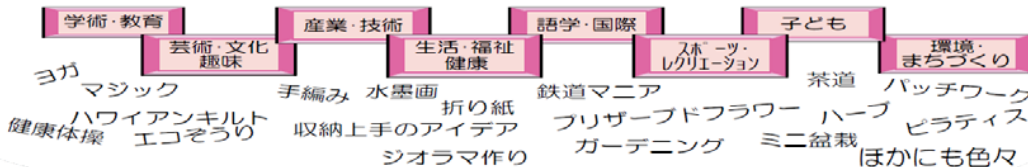
- 地域や施設へ街の先生をご紹介
- 依頼先とのコーディネート
- 見本市や養成講座開催
- センター祭り等のイベントへの参加依頼 など

掲載お申込み期間：1月15日(月)まで

※先生の登録は随時受け付けています。

期間中に登録手続きをすると冊子版2018年度「なかく街の先生ガイド」に掲載されます。ガイドは区民利用施設などに配布されます。**申込・詳細はなか区民活動センターまで！(HPにも掲載)**

いろいろな先生を求めています！



眠らせないで、
あなたの才能！
登録お待ち
しています！

事業報告

親子で楽しむ世界の絵本

～ことばを育みこころを育てる～

【開催日】平成 29 年 11 月 21 日・25 日

【場所】中区子育て支援拠点のんびりんこ

【参加者】21 日 20 組・25 日 11 組

幼いころから読書に親んでもらおうと、乳幼児とその保護者向けに開催しました。英語と中国語の通訳ボランティアが、参加した外国の方のサポートに付きました。始めに、中図書館、司書の岩本さんのお話。読み聞かせやわらべ歌は言葉の発達を助けるので、ゆっくり語りかけるように繰り返し読むことが大切とのこと。その後、参加者に読み聞かせを実践してもらいました。様々な国籍の方が共に読書に親しみを持つことができ、多文化共生や読書推進につながる良い機会となりました。



通訳ボランティアが多言語でサポート

中区タウンピクニック

—横浜市庁舎に興味津々！—

【開催日】平成 29 年 12 月 6 日(水)

【参加者】27 名 (実行委員含)

今回は横浜市庁舎にスポットを当て、歴代の市庁舎の話から、趣きある現市庁舎の話、3年後に完成予定の新市庁舎の話を市役所の担当職員から聞きながら街歩きを行いました。新市庁舎の完成予想図や工事現場を見ながら話を聞くことでイメージが湧き、完成への期待が高まりました。最後に馬車道の老舗トンカツ店でランチ。参加者の交流もでき楽しいピクニックになりました。



歴史的建造物の説明を聞きながら新市庁舎工事現場へ移動



アイランドタワービル17Fから工事現場の見学と説明を聞く

みんなでランチ♪



なかく街の先生オープン講座 事業報告

◆ 楠 昭さん ◆ 『切り絵を作ってみよう』

【開催日】 平成 29 年 10 月 30 日 (月)

【場所】 中本牧コミュニティハウス

【参加人数】 11 名



先生がオリジナルの素敵な絵を用いて、下絵や色紙の準備などをしてくださったおかげで、切り絵初心者の方も楽しそうに無理なく参加していました。また、会場には先生の作品も飾られ、作業の細かい切り絵の奥深さを知ることができました。



◆ 根津 憲継さん ◆ 『理学療法士が教える ひざの痛みの緩和ケア』

【開催日】 平成 29 年 11 月 29 日 (水)

【場所】 大鳥中学校コミュニティハウス

【参加人数】 14 名

ひざの痛みは腰や足が原因で起こることが多く、体のどこかで起きているひずみが最終的に「ひざの痛み」となって表れることもあるのだそうです。資料や解剖図を見ながら、時には骨模型で詳しく説明をしてくれたので、とても



分かりやすい講座でした。一人ひとり丁寧に話を聞き、対応して下さったので皆さん喜んでいました。



◆ 劉 恵琳さん ◆ 『中国茶でほっと一息』

【開催日】 平成 29 年 12 月 8 日 (金)

【場所】 横浜吉田中学校コミュニティハウス

【参加人数】 8 名

中国茶といっても様々なお茶があります。この講座では、お茶の種類、淹れ方、茶器の説明など、知れば知るほど奥深い、でも実は身近にあるお茶について中身の濃い勉強ができました。

先生が用意してくれた月餅も大変おいしく、試飲したお茶の中から好きなものをおみやげとしていただき、みなさん満足そうでした。



◆ 古川 ひろ美さん ◆ 『かわいい手作り小物 『フェルトでいちごタルトのマグネット作り』』

【開催日】 平成 29 年 12 月 7 日 (木)

【場所】 野毛地区センター

【参加人数】 7 名

幅広い年代の方に参加していただき、糸の玉結びのコツから、手芸のテクニックまで先生が丁寧に詳しく教えてくれました。フェルトで



いちごやタルト台ホイップクリームなど段々と仕上がっていく工程にみなさんワクワク。バランスを考えて盛り付けるのは、本物のケーキを作っているようでした。最後はきれいにラッピングをして完成しました♡



◆ 三浦 妙子さん ◆ 『日本舞踊エクササイズ』

【開催日】 平成 29 年 12 月 12 日 (火)

【場所】 中スポーツセンター

【参加人数】 25 名

日本舞踊に体操の要素を加え、ストレッチ、筋トレ、脳トレができると、先生が一つ一つの動きが体のどの部分にどのように影響するか、わかりやすく説明してくれました。そんな話を聞けば聞くほど、参加者も熱心になってくるのがわかりました。



激しい運動ではないので、誰でも無理なく参加できます。ゆっくりですが、習った動きを繰り返していると足や腕の筋肉が使われているのをじわじわ感じるエクササイズでした。

この講座は、ボランティア人材バンク「なかく街の先生」について地域の方々に広く知っていただき、先生方の活躍の場を広げるため、中区の区民利用施設と連携して行いました。施設の講座企画担当者にも見に来ていただき、街の先生の紹介につながりました。

講座のご案内

中区タウンピクニック

～春を探しに三溪園と八聖殿へ～



春まだ浅い時期ではありますが、ボランティアガイドのお話を聞きながら元気に歩きましょう！

開催日：平成 30 年 2 月 28 日(水)

10 時 30 分～15 時(三溪園正門集合)

費用：入園料(700 円)とランチ代は自己負担

募集人数：20 名(先着)

申込：2 月 13 日 (火) ～電話・FAX で
(※2 名まで申込可)

①氏名 ②住所 ③電話 ④年代

中区地域振興課 ☎ 045-224-8137

FAX 045-224-8215

登録団体のみなさまへ重要なお知らせ

◆ 30 年度の貸ロッカー・レターケースの申込みがセンター窓口が始まります！ ◆

【申込期間】平成 30 年 1 月 26 日(金)～2 月 20 日(火)

利用は無料で、1 団体につき、いずれか 1 個の申込み。申込みが受付個数を上回る場合は抽選となります。抽選結果は 3 月上旬にお知らせします。

種類(サイズ:幅 X 高さ X 奥行)	鍵	申込個数
平型ロッカー (40X40X48cm)	あり	24 個
縦型ロッカー (20X80X48cm)	あり	8 個
レターケース (A4サイズ、高さ 9cm)	なし	31 個

展示コーナー

センターミーティングエリア内

1 月「横浜栄写友」作品展 2 月「ヘルスメイト」活動紹介

展示コーナーで作品や活動紹介を披露してくださる団体を募集しています。メンバー募集にもご活用ください。★展示希望の登録団体はセンターへ



12 月の展示「リリの会」作品展

中区で輝く市民活動・生涯学習団体のみなさんをご紹介します！

【活動内容】

特定非営利活動法人 **よこはま地域福祉研究センター**

神奈川県域にわたる地域福祉を推進する実践者の育成を目指すプログラムの提供。

- ・生活支援サービスの担い手養成研修
- ・障害児の保護者のためのサロン運営、等

【活動日時】 月～金曜日 9:00～18:00

【活動場所】 神奈川県

【HP アドレス】 <http://yresearch-center.jp/>

『仕事を辞めないための介護準備講座』

1/26・2/10・2/19・3/2 詳しくは↓

仕事を辞めないための介護準備講座

中区のかながわ労働プラザにて



▶ 講座フォーラムの様子

訂正：65 号に掲載した「横浜歴史研究会」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。

【活動日時】 会場の予約状況による (原則初旬) 【活動場所】 開港記念会館 会議室

【会員数】 平成 29 年 9 月末現在 156 名

【年代構成】 60 歳～70 歳代中心

なか区民活動センター ＊開館時間 9:00～21:00

〒231-0021 中区日本大通 35 中区役所別館

TEL: 045-224-8138 FAX: 045-224-8343

Email: na-katsudou@city.yokohama.jp

★この情報誌やセンターの発信情報は、なか区民活動センターのホームページでもご覧いただけます。

直近の休館日は 1 月 21(日)・2 月 18(日)です

