



いそご区民活動支援センター情報紙



いそご地域活動フォーラム 2023

パネル出展募集

ボランティア募集

いそご地域活動フォーラム は、磯子区内の様々なジャンルの地域ボランティア講師グループ・団体の活動を地域の皆様に紹介するイベントです。

パネル展で地域ボランティア講師、グループ・団体、施設の活動をPRしませんか？

ボランティアとしてご協力してくれる方募集中です。

詳しくは、P2 をご覧ください。



場所: 磯子区役所 7階

いそご区民活動支援センター (いきいきふれあい活動広場) 申込み: 3/11(土)~

☆カリグラフィーで Thank you カード作り

基本のイタリック体で Thank you カードを作ります。一字ずつ書いて、ジャバラカードに仕上げます。『西洋の書道』ともいわれるカリグラフィー専用のマーカーを使用するので、手軽に書くことができます。

日時: 2023/4/15(土)13:30~15:30

参加費: 500円

持ち物: 筆記用具、のり又はボンド

対象: 小学校高学年から成人

定員: 5人 先着



☆呼吸法は最高の健康づくり~全集中!落ち着きの呼吸~

呼吸と体の関係を学びます。ストレスを吹き飛ばし全身の血流で免疫力アップ!吐く息がすべてを変えます。実践を交えながら進めます。ストレスの軽減・体も声もハツラツと!

日時: 2023/4/16(日)13:30~15:00

参加費: 無料

持ち物: 笑顔

対象: どなたでも

定員: 10人 先着



☆【母の日】に贈る可愛いプレゼント

押し花用のキーホルダー・コースターのキットで作ります。可愛いお花・葉を置いてはさんで作品を仕上げます。おりポンをつけたラッピングでお渡しします。

日時: 2023/4/22(土)10:30~11:30

参加費: キーホルダー 500円 コースター 400円

持ち物: ピンセット・持ち帰り用袋

対象: 小学生からどなたでも

定員: 15人先着

キーホルダー 5セット・コースター 10セット



☆おすすめの本を紹介してみませんか？

本を読むと新しい知識や情報が得られ、心に余裕ができます。人とのコミュニケーションが円滑になり、柔軟な思考が持てます。「すごくよかった!」という本は他の人にも知ってもらいたいものですね。

日時: 2023/4/22(土)13:30~15:00

参加費: 100円(しおりなど)

持ち物: 「紹介したい本」(どんなジャンルの本でも大丈夫です。)

対象: 大人の方

定員: 10人 先着



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 (3月1日現在)

- 地域ボランティア講師 219件
- グループ・団体 236件



パネル出展募集

いそご地域活動フォーラム2023

- パネルの内容：グループ・団体、地域ボランティア講師の活動紹介、会員募集、講座・イベント紹介、施設紹介など
 - パネルの大きさ：B2判（縦728×横515mm）タテ型で掲示。B2判タテ型であれば、用紙は自由です。掲示の都合上、大きさがB2以上にならないようにご協力ください。
尚、白か黒の用紙は、いそご区民活動支援センターにも用意があります。お気軽にお申し出ください。
 - 展示期間：6月2日（金）～14日（水）※最終日（14日）は15：00までの展示となります。パネル返却15：00から
 - 展示会場：磯子区役所1階区民ホール
 - 募集数：80団体（先着順）
 - 募集期間（申込書提出）：3月11日（土）～5月7日（日）
- 皆さまのご参加をお待ちしております！



ボランティア募集

場所：磯子区役所1階区民ホール、公会堂集会室他

☆パネル設営・解体補助	6月1日(木)	10:30～12:30
	6月13日(火)	15:00～16:30
☆パネル展受付	6月3日(土)	10:00～12:45 or 12:45～15:30
☆苗木配布	6月3日(土)	10:00～12:45 or 12:45～15:30
☆ミニステージ受付	6月3日(土)	10:00～12:45 or 12:45～15:30
☆ミニステージ音響等	6月3日(土)	10:00～12:45 or 12:45～15:30
☆ミニステージ動画撮影	6月3日(土)	10:00～12:45 or 12:45～15:30
☆写真撮影	6月3日(土)	10:00～12:45 or 12:45～15:30



12月の1day体験サロン報告

実施した講座の様子です。4月も4講座ありますのでHPでチェックしてみてください。
※1day体験サロンとは…地域ボランティア講師が区民の方に活動を広く知っていただくために体験講座を行っています。

リラックスヨガ

2022/12/10(土)10:30～11:30実施 講師 蒲原 美樹氏
講師が参加された方々の身体の不調を一人ひとりに聞いてくださり、症状に適したヨガを教えてくださいました。心地よい声に包まれ、初心者にも無理のないポーズでリラックス。



心に寄り添って下さり、自分の身体を労わる優しい時間でした。

干支の折り紙と箸置き

2022/12/18(日)13:00～15:00実施 講師 福原 捷子氏
干支の兎の折り方を教えていただきました。講師の明るい雰囲気、参加されたみなさまも和気あいあいと楽しい時間を過ごしました。折り紙は指先を動かし脳トレになるし、算数の図形の勉強にもなるそうです。いそご区民活動支援センターのエレベーター前にも作品が飾ってありますのでご覧ください。



2022年度 地域デビュー講座 フォローアップ 「歩いて学んで磯子を知ろう！」「梅見散歩会」報告

昨年の地域デビュー講座に参加した方から、他のグループが歩いたコースも歩いてみたいという要望があり、一昨年の地域デビュー講座後に発足した「いそご散歩の会」の皆さまと総勢17人で杉田の梅見散策を実施しました。

今回は「いそご散歩の会」代表の戸田さんと「ヨコハマ歴史を歩く会」代表の石井さんや加藤さんに案内をしていただきました。2月14日(火)10時に杉田交番前に集合し、杉田八幡宮～妙法寺～東漸寺(希望者のみ)を回るコースです。朝から冷たい風が吹きとても寒い日でしたが、参加された方からは「みんなで話しながら歩いていたら楽しくて寒さも気にならなかった」「杉田がこんな素敵な梅の名所だったとは知らなかった」「妙法寺の梅が満開になったらまた見に来たい」などのご感想をいただきました。妙法寺の境内では、名木・照水梅(しだれ梅)をはじめとする観梅を楽しむことができます。牛頭山に上がると梅林があり、海や工場地帯、JR根岸線や京浜急行などの景色が広がっていました。晴れた日には富士山も見ることができそうです。ぜひ一度訪れてみてはいかがでしょうか。今後も磯子の再発見をしながら楽しく活動を続けていけたらと思います。



おじゃましてす

90

映画で学ぶ英会話 (ETM) 杉田

2023年1月28日(土) 訪問

今回おじゃましたのは、映画で学ぶ英会話 (ETM) 杉田です。

月に2回第2、第4土曜日午前中に杉田劇場会議室で関先生、大津先生の指導のもと、現在7名のメンバーで活動中です。今回おじゃました時に活動されていたのは大津先生と6人の皆さまです。「皆さん、英語が好き、映画が好き！両方好きなんです」と代表の渡辺ますみさん。

皆さまにっこりうなずかれていました。とてもいい雰囲気です。この会は杉田だけではなく金沢区や他の場所でも活動しているとのことで、一番長く学ばれている方で他の場所も入れて20年続いておられるそうです。

今、杉田で取り組んでいる映画は「Green Book」です。2018年のアカデミー作品賞を取った作品です。次のレッスンで学ぶ予定の英文が書かれたプリントが事前に配られ、皆さま自宅でそれぞれ映画を視聴してこられます。今回私たちも日頃のレッスンを体験させていただきました。

初めに英語で近況を報告し合い、和やかな雰囲気の中レッスンが始まります。映画の場面を見ながら、順番に少しずつ英文を和訳します。その都度大津先生がポイントなど説明されます。カリキュラムがしっかりしていて、ナチュラルな会話を聞き取る力もつきそうです。楽しく英会話を学べて、英語と映画がお



好きな方にはとてもおすすめのグループです。見学は無料。会場は杉田劇場会議室または杉田地区センターで、時間は10:30~11:50です。ご興味のある方は、いそご区民活動支援センター(045-754-2390)にお気軽にお問合せください。 応援隊&スタッフ



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
 (休) 3/27 (月)

春のイタリア料理

日時: 4/8(土)10:30~13:00
 回数: 1回
 対象: 成人
 定員: 16人
 費用: 2,300円
 申込: 3/1(水)~3/20(月) (抽選)
 内容: 旬の魚介を使った本格イタリア料理を作ります



根岸地区センター
 Tel 751-4777 Fax 751-4798
 (休) 3/20 (月)

知ってよかった英会話(全10回)

日時: 4/12~7/5(水) 13:00~15:00
 回数: 10回
 対象: 一般
 定員: 10人
 費用: 10,000円
 申込: 3/11(土)~(先着)
 内容: 買い物や食事、ホテルの室内での困り事で使える英会話を学びます。



杉田地区センター
 Tel 775-0541 Fax 775-0542
 (休) 3/16 (木)

はじめての折り紙講座①

日時: 4/13(木)13:00~14:30
 回数: 1回
 対象: 一般
 定員: 10人
 費用: 300円
 申込: 3/9(木)~(先着)
 内容: 美しく仕上げるための基本の折り方から学ぶ、はじめての折り紙講座です。身近にある折り紙で、楽しんでみませんか？



上中里地区センター
 Tel 773-3929 Fax 773-3939
 (休) 3/27 (月)

アロマでリラックスタイム ~手作り入浴剤~

日時: 4/20(木)10:00~12:00
 回数: 1回
 対象: 一般
 定員: 12人
 費用: 1,000円
 申込: 3/23(木)~4/13(木) (先着)
 内容: 手作りの入浴剤を作ります。アロマの香りに包まれて、リラックスタイムを。季節の変わり目に緊張を解きほぐし、春の疲れを癒しましょう。



洋光台駅前公園子どもログハウス
 Tel&Fax 833-1569
 (休) 3/20 (月)

咲かせよう桜の花 ~チャレンジしたいことを書いてみよう~

日時: 3/23(木)・3/24(金)
 10:00~15:00
 回数: 2日間(2回)
 対象: 幼児~小学生(幼児は保護者同伴)
 定員: 50人
 費用: 無料
 申込: 当日先着順
 内容: 桜型の色画用紙に、チャレンジしたいことを書こう!



滝頭コミュニティハウス
 Tel 761-7928 Fax 754-4666
 (休) 3/27 (月)

絵本のおはなし会

日時: 4/20(木)11:00~11:30
 回数: 1回
 対象: 未就学児の親子
 定員: 8組
 費用: 無料
 申込: 3/11(土)~(先着)
 内容: ママもパパも親子一緒のおはなし会でゆったり時間を一緒に！読み聞かせのヒント付です！



浜小学校コミュニティハウス
 Tel&Fax 758-2540
 (休) 火・金

ナイトストレッチYoga(ヨガ)

日時: 4/5~6/21 各月第1・3(水)
 17:30~19:45
 回数: 6回
 対象: 一般・シニア
 定員: 5人
 費用: 3,600円
 申込: 3/11(土)~30(木) (先着)
 内容: ゆっくりと固まった体をストレッチします。気分も体もリラックス。講師: 梅田麻里先生



浜小学校コミュニティハウス
 Tel&Fax 758-2540
 (休) 火・金

健康ピラティス月曜クラス

日時: 4/3~6/19 各月第1・3(月)
 13:00~14:00
 回数: 6回
 対象: 一般・シニア
 定員: 5人(先着)
 費用: 3,600円
 申込: 3/11(土)~30(木)
 内容: 年齢に負けない体力づくり。楽しみながらエクササイズを行います。講師: 田縄智子先生



洋光台第四小学校コミュニティハウス
 Tel&Fax 833-6940
 (休) 火・金

Yokodai Kids English

日時: 4/1~令和6年3/16の第1・3土曜
 10:30~11:30
 回数: 全24回
 対象: 小学1年~3年
 定員: 12人(先着)
 費用: 1,000円×12回
 申込: 3/11(土)~ 電話及び窓口
 内容: 小学校の低学年の児童を対象に、外国人の英語を聞いて、話して、慣れ親しんでもらう教室です。



磯子地域ケアプラザ
 Tel 758-0180 Fax 758-0181
 (休) 3/20 (月)


子育て楽しむ♪ わいわい広場

日時: 3/8(水)、3/23(木)
 10:00~11:30
 回数: 2回
 対象: 幼児と保護者
 定員: 10組(20人)
 費用: 3/8:無料 3/23:無料
 申込: 不要。当日直接会場へ(先着)
 内容: 8日: プラザのおもちゃでお友だちと遊ぼう!
 23日: おたのしみ会



滝頭地域ケアプラザ
Tel 750-5151 Fax 750-5155
(休) 3/20 (月)

小学生向け やさしい草木染め

日時: 3/26(日) 13:30~15:30
回数: 1回
対象: 概ね小学3年生から6年生
定員: 5人
費用: 100円 

申込: 2/13(月)~ (先着)
内容: 玉ねぎの皮を使って草木染めをしてみませんか。ハンカチ等に色付けをします。何故色が染まるのか、やさしく解説します。保護者同伴可。

屏風ヶ浦地域ケアプラザ
Tel 750-5411 Fax 751-2322
(休) 3/14 (火)

リズムに乗っていきいきエクササイズ

日時: 4/5(水)10:00~11:00
回数: 1回
対象: 50代~60代の女性
定員: 15人
費用: 300円

申込: 3/1(水)~ (先着)
内容: さまざまな要素を取り入れたエクササイズを音楽のリズムに合わせて行います。

区民文化センター杉田劇場
Tel 771-1212 Fax 770-5656
(休) 3/14 (火)

第12回杉劇リコーダーズ定期演奏会

日時: 3/25(土)15:00~17:00
回数: 1回
対象: こどもから大人まで
定員: 280人
費用: 高校生以上1,500円/0歳~中学生1,000円 (全席自由: 膝上鑑賞も要チケット)

申込: チケット発売中
内容: こどもからシニアまで一緒に活動する杉田劇場の顔、杉劇リコーダーズによる定期演奏会!

区民文化センター杉田劇場
Tel 771-1212 Fax 770-5656
(休) 3/14 (火)


第59回いそご文化資源発掘隊「磯子に花街があった」

日時: 3/15(水)14:00~16:30
回数: 1回
対象: 大学生以上向き(年齢制限はなし)
定員: 240人
費用: 1,500円

申込: チケット発売中
内容: 花街研究家の山岸文二さんによる、磯子に存在していた花街についてのおはなしに続き、横浜芸者による演奏と「お座敷芸」などの実演を公開します。

磯子スポーツセンター
Tel 771-8118
(休) 3/13 (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: ①3/27(月) 10:00~10:50
②3/28(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。

横浜市社会教育コーナー
Tel&Fax 761-4321
(休) 3/6・4/3 (月)

親子の広場 


日時: 3/27(月)10:30~11:30
回数: 1回
対象: 未就学児とその保護者 

定員: 10組 要事前申込
費用: 150円 

申込: 2/12(日)~ (先着)
内容: 「手形・足形アート」お子さんの成長記録に...思い出づくりしませんか?

磯子図書館
Tel 753-2864 Fax 750-2528
(休) 3/20 (月)

企画展示「ポップアップ大作戦」

日時: 3/23(木)~4/6(木)
対象: どなたでも 

定員: なし **おすそめ**
費用: 無料
申込: 不要

内容: 汐見台中学校の生徒が作成したポップで本を紹介します。

根岸なつかし公園 旧柳下邸
Tel&Fax 750-5022
(休) 3/14・28 (火)

おとなの塗り絵教室


日時: 4/13(木)~令和6年3/14(木)
10:30~12:00
回数: 全12回 第2(木) 

対象: 大人
定員: 6人
費用: 3回ごとに3,000円

申込: 3/11(土) 10:00~ (先着)
内容: 色鉛筆で手軽に塗り絵を描いてみませんか?講座は、座布団席です。椅子ではありません。色鉛筆(6本以上)と消しゴムをお持ちください。

久良岐能舞台
Tel 761-3854 Fax 754-4050
(休) 3/13(月)

久良岐狂言会

日時: 3/11(土)14:00~15:00
回数: 1回
対象: 全年代 

定員: 80人
費用: 4,000円

申込: 1/12(木)~3/10(金) 先着順
内容: 「和泉流狂言方」人間国宝 野村萬一門による狂言会。最高のお笑いを最高の演者でお楽しみください。

New Open

いそご多文化共生ラウンジご利用ください♪


詳細はこちら

**国際交流の拠点
International Exchange Hub**

**多言語による相談対応
Multilingual Consultations**

**外国人等への情報発信
Information for Foreign Residents**

**ISOGO International Lounge
いそご多文化共生ラウンジ**
☎ 045-367-8492

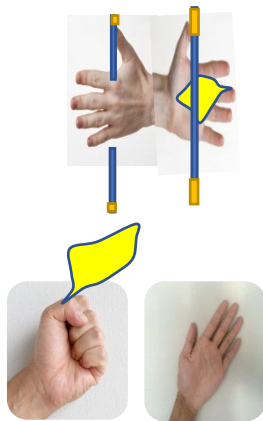
**【開館日時】 月・火・水・金・土
10時~17時
木 10時~20時**

**【休館日】 日曜日、祝日、年末年始
施設点検日 (2月第一火曜日)**



★ マジック教室 ~貴方はこのトリックが見抜けますか?~ ★

《 赤い羽根共同募金 》 助成事業



ボールを握った手を開いても落ちない

握った手にシルクを入れ開くと消える



8枚のカードが浮き上がる

◆貴方も出来ます! その他多数、種あかしします◆

(主催) 浜マジッククラブ
(協力) 浜中学校コミュニティハウス

- 日 時: 3月26日(日) 10時~12時
- 場 所: 浜中学校コミュニティハウス
- 参加費: 無料
- 定 員: 成人10人(※上履き持参)
- 申込み: 3月1日(水)~19日(日) 先着
- 講 師: 植松 正之先生

お問合せ: 金子
TEL 045-774-5431

磯子区文化協会 第32回いそご芸術文化祭

●3月11日(土)~13日(月)【華道部】華道部華展

磯子区在住、在勤の各流儀・各流派の華道家による生け花作品展示及び体験会を実施します。

11日9:00~17:00【11日のみ13:00~16:00で「いけばな体験会」

を実施。初心者歓迎お花は持ち帰れます。当日受付 先着40名 参加費500円】

12日9:00~17:00、13日9:00~15:00 会場=磯子区役所1階区民ホール

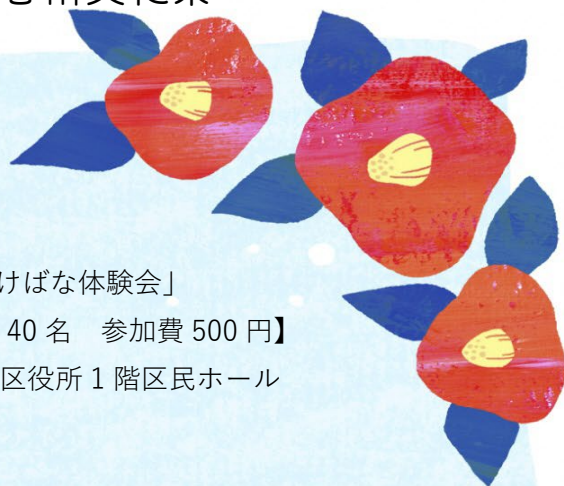
観覧無料 問合せ=Tel 080-3250-8813 (土屋)

●3月12日(日)【郷土芸術部】郷土芸能発表会

明治初期から森地区に伝わるお囃子です。笛、太鼓、舞などを見て、聞いて、楽しんでいただけたらと思います。多数の皆様の来場を会員一同、お待ちしております。14:00~16:00(受付開始13:30)、会場=磯子公会堂、入場無料 問合せ=Tel/Fax 045-753-0573 (金子)

●3月18日(土)【演劇部】ザ・トークの会「心に届ける朗読の会」

由緒ある能舞台から、心を込めた朗読を、工夫を凝らした演出でお届けします。早春のひと時を皆様とともに楽しめたら幸いです。13:30~16:00(受付開始13:00)、会場=久良岐能舞台、入場無料、チケット予約制(定員70名) チケット予約・問合せ=Tel 080-6708-6945 (池田)



横浜市磯子スポーツセンター 定期教室

【文化教室】 歌声サロン

童謡・唱歌・歌謡曲など
懐かしい曲をみんなで
思いっきり歌いましょう。

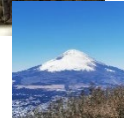


- 日時:月曜日13:10~14:30(全7回)
- 場所:磯子スポーツセンター
- 参加料:3,850円(全7回・1人分)
- 定員:20人
- 申込方法:往復はがき 又はスマートフォン
(3/1~3/19まで)

お問い合わせ・お申込み:
横浜市磯子スポーツセンター
TEL 045-771-8118

新ハイキングクラブ・横浜支部

\\ メンバー募集 /



安全で体力にあったハイ
キングと登山を通じ、いつ
までも健康でありたい仲
間のサークルです。
初心者も大歓迎!
年齢制限ありません。

- 活動場所:神奈川県内や全国の山々
- 会費:3,000円/年
- ホームページ:活動の様子が見られます

<https://yokohama-shc.com>

お問い合わせ:高橋 昇
メール:yu86ki03ko29@jcom.zaq.ne.jp
電話:080-8849-1821

I am 地域ボランティア講師



6月3日(土)

地域活動フォーラム2023
展示コーナーに出展します
お待ちしております♪



ジャンル:げんき絵手紙サロン

氏名:川口 整

資格など:日本絵手紙協会絵手紙公認講師等

げんき絵手紙サロンinいそご開講中

絵手紙1枚でお友だちに会えるうれしさ、笑顔を
ありがとう。絵手紙をかける喜びと家族への感謝です。
絵手紙の楽しさを楽しむサロンです。

- 日時:毎月第2火曜日 13:00~15:00
※変更の場合あり・ご確認ください

- 場所:いそご区民活動支援センター

- 費用:500円/回

- お問合せ:いそご区民活動支援センター
754-2390(電話)

is-shienc@city.yokohama.jp (メール)

※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。



令和 5 年度ボランティア活動保険受付のお知らせ

現在皆さんがご加入のボランティア活動保険は令和5年3月31日で補償期間が終了します。新年度分の保険受付開始は3月1日からです。早めのお手続きをお願いします。

令和4年度に新設された特定感染症重点プランは、新規加入者向けに初日から特定感染症の補償が付きます。なお、現在基本プランに加入されている方は、引き続き基本プランへ加入することで特定感染症への補償も継続となります。

～ 令和5年度の加入プラン ～

加入プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン	特定感染症重点プラン
保険料	350円	500円	550円



令和5年度「磯子区ふれあい助成金」 「いそごサロン事業助成金」の募集について

- ◇ 今年度の助成金の説明会はございません。
(相談は個別に承りますのでお電話でお問い合わせください。)
- ◇ 申込書や手引きは3月中旬頃磯子区社協のホームページ (<https://www.isoshakyo.com>) に掲載する予定です。
- ◇ 申請は4月10日(月)～4月28日(金) に郵送かメールで提出をお願いいたします。
(先着順ではありません)

<問い合わせ> 磯子区社会福祉協議会 TEL ; 045-751-0739

問合せ時間：平日 9:00～17:00



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。

【開館時間】 10時～17時

【休館日】 祝日・年末年始

〒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◆

地域活動フォーラム
2023の開催が6月に
決定しました。来年度はさら
に楽しんでいただける
イベントを目指します！
お待ちしております♪

