

午後の音楽会
AFTERNOON CONCERT SERIES
Premium concert
No.173

てつ
鐵百合奈 ピアノリサイタル

豊かな表現で人々を魅了する注目のピアニストによる
花をテーマに、春の陽光を浴び息吹を感じるコンサート



好評販売中!

2025年3月12日[水]

14:00開演 13:30開場 *約2時間(休憩あり)

出演 | てつ 鐵百合奈(ピアノ)

料金 | 2,500円 (全席指定)

リリースLINEチケット



4/5
(土)

沖 仁 フラメンコギターリサイタル

唯一無二のフラメンコギター 沖仁が贈る情熱溢れる豊かなギターの調べ

【出演】沖 仁(フラメンコギター)、石塚隆充 (カンタオール、ギター)

【曲目】ホアキン・ロドリゴ:アランフェス協奏曲より第二楽章adagio
フラメンコ楽曲:ソレア 他

リリースLINEチケット先行発売

1/31(金)10:00~2/6(木)10:00

一般発売

2/7(金)10:00よりリリース窓口
14:00より電話・リリースLINEチケット

全席指定

一般券 4,000円
リリース券:3,500円



沖仁



石塚隆充

4/18
(金)

午後の音楽会 第174回
加藤文枝 無伴奏チェロリサイタル

チェロの旧約聖書J.S.バッハから日本三大芸能「文楽」まで無伴奏チェロが
奏でる往古来今無限の世界

【出演】加藤文枝 (チェロ)

【曲目】バッハ:無伴奏チェロ組曲第1番よりプレリュード
黛敏郎:BUNRAKU 他

リリースLINEチケット先行発売

1/29(水)10:00~2/4(火)10:00

一般発売

2/5(水)10:00よりリリース窓口
14:00より電話・リリースLINEチケット

全席指定 1,500円



©Shin Yamagishi

栄区民なら誰でもお得!リリース券をご利用いただけます

ご予約
お問合せ 045-896-2000 (9:00 ~ 21:00)

※発売日は14時より電話予約受付



横浜市栄区民文化センター リリス まで (JR本郷台駅より徒歩3分)

リリース券とは💡

リリース券とは 下記のいずれかの方を対象とした割引制度です。

栄区民 / 18歳以下 / 60歳以上 / 障がい者手帳をお持ちの方(お一人様2枚まで)

※購入時に証明になるものが必要です。

※リリースLINEチケットでの取り扱いはございません。

主催:横浜市栄区民文化センター リリス
(指定管理者 神奈川共立・JSS共同事業体)

みんなのはじめてを応援 誰でもミュージシャン!!

ムジカ ワンダーランド

2025年3月8日(土) 10:00~15:00

入場・参加
無料

めざせ! ムジカマスター 音楽が大好きになる夢の1日

リリスホール

大人気ギター体験!!

こどもから大人まで触れることができる体験コーナー。
これであなたもギタリスト!

- ①10:00~10:30
(9:45 受付開始)
②13:00~13:30
(12:45 受付開始)

体験参加各回 12名
※客席での鑑賞自由



ドラム バラバラ大解剖!!

ドラムセットはどんな構造になっているの?
ドラムセットを分解

- ①10:30~11:00
②13:30~14:00
※鑑賞自由



手でたたく世界の打楽器体験!!

ボンゴ・コンガ・カホンなど、
たたくとどんな音がするかな?

- ①11:00~11:30
(12:45 受付開始)
②14:00~14:30
(13:45 受付開始)

体験参加各回 12名
※客席での鑑賞自由



スペシャルコンサート

ギター・ドラム・パーカッションによる
スペシャルコンサート

- ①11:30~12:00
②14:30~15:00
※鑑賞自由



10:00~10:30
大人気ギター体験①

10:30~11:00
ドラムバラバラ大解剖①

11:00~11:30
手でたたく世界の打楽器体験①

11:30~12:00
スペシャルコンサート①

13:00~13:30
大人気ギター体験②

13:30~14:00
ドラムバラバラ大解剖②

14:00~14:30
手でたたく世界の打楽器体験②

14:30~15:00
スペシャルコンサート②

● 9:45~15:00
ホール入退場自由

リリスギャラリーAB

なんでも太鼓でリズム遊び & ミニコンサート (対象:0歳~未就学児)

お鍋やフライパン、段ボールやバケツ、お菓子の箱などを
太鼓に見立ててたいてあそぼう

リズム遊び

- ①10:00~10:20
②10:40~11:00
※参加自由

ミニコンサート

- ①10:20~10:40
②11:00~11:20
※鑑賞自由



マラカス作り & セッション!! (対象:小学生~)

ペットボトルに気に入った材料をいれ、
自分だけのマラカスを作ろう!
マラカスの振り方を練習したら、プロとセッションタイム!

マラカス作り

- ①13:00~13:20 (12:45 受付開始)
②13:40~14:00 (13:25 受付開始)
※各回 30名

セッションタイム

- ①13:20~13:40
②14:00~14:20
※鑑賞自由



10:00~10:20
なんでも太鼓でリズム遊び①

10:20~10:40
ミニコンサート①

10:40~11:00
なんでも太鼓でリズム遊び②

11:00~11:20
ミニコンサート②

13:00~13:20
マラカス作り①

13:20~13:40
セッションタイム①

13:40~14:00
マラカス作り②

14:00~14:20
セッションタイム②



会場: 横浜市栄区民文化センター リリスホール・ギャラリー AB (JR 本郷台駅より徒歩3分)

出演: アダチ音研

お問合せ: 横浜市栄区民文化センターリリス 045-896-2000 (9:00~21:00)

主催: 横浜市栄区民文化センターリリス (指定管理者: 神奈川共立・J S S 共同事業体)



栄区民文化センター リリス

ふれあいだより

横浜市上郷矢沢
コミュニティハウス

館長 日比野 昌生
住所 栄区桂台南 2-34-2
電話 895-1037

ご案内

令和6年度 ふれあい文化祭 3月8日(土)~3月10日(月)

音楽会

3月8日(土)

13時30分開演(集会室1.2)

- ・コーラス、楽器演奏、詩吟、紙芝居等



作品展

3月8日(土)~10日(月)

9時~(図書コーナー)10日の正午まで

- ・絵画、書道、絵手紙、ハガキ絵、ペン習字
フラワーアレンジメント等



お茶席

3月8日(土)

10時~15時(キッズコーナー)



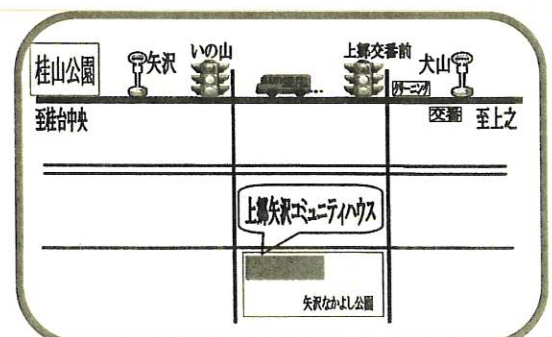
- ・コミュニティハウスの利用団体の皆様が日頃の活動成果を発表します
ぜひお気軽にご参観ください。

※駐車場はございませんのでご注意ください。

ふれあい文化祭実行委員会

上郷矢沢コミュニティハウス

(栄区桂台南 2-34-2 TEL045-895-1037)



さかえすた 2025年2月・3月の予定

お子さんや子育て世代向けの方の講座

おおむね65歳以上の方の講座

どなたでもご参加いただける講座

2月イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1 キグちゃん 親子であそぼ (1歳児)	2 健康🎵ボール ウォーキング教室	3 コーヒーの美味しい 淹れ方	4 ※講座は変更になることもあります。 ※講座はSAKAESTAのホームページや 栄区の広報にも掲載されます。	5 楽習教室	6 子育て相談	7 ブラッシュアップ ライフ講座 (60歳以下の方)
8 懐かしの昭和歌謡 青春の昭和歌謡	9 休館日	10 足形制作 ふれあい遊び	11 祝いの席の 飾り巻寿司	12 楽習教室	13 子育て相談	14 ブラッシュアップ ライフ講座 (60歳以下の方)
15 キグちゃんと パパの子育て大作戦	16 栄おもちゃ病院	17 楽習教室	18 子育て相談	19 楽習教室	20 子育て相談	21 楽習教室
22 楽習教室	23 子育て相談	24 楽習教室	25 子育て相談	26 楽習教室	27 子育て相談	28 楽習教室

3月イベントカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1 さかえすたのHPです♪ イベント情報もここから	2 ひびけ！ 歌声の丘	3 健康🎵ボール ウォーキング教室	4 シニアのための 転倒予防教室	5 子育て相談	6 子育て相談	7 子育て相談
8 楽習教室	9 楽習教室	10 楽習教室	11 楽習教室	12 楽習教室	13 楽習教室	14 楽習教室
15 楽習教室	16 楽習教室	17 楽習教室	18 楽習教室	19 楽習教室	20 楽習教室	21 楽習教室
22 楽習教室	23 楽習教室	24 楽習教室	25 楽習教室	26 楽習教室	27 楽習教室	28 楽習教室
29 楽習教室	30 楽習教室	31 楽習教室	32 楽習教室	33 楽習教室	34 楽習教室	35 楽習教室

おすすめ講座

キグちゃんとパパの 子育て大作戦

木暮先生と一緒に楽しく遊びましょう
日 時：2/15 (土)
10:00~11:30
定 員：10組
(歩行できる未就園児とパパ)
申込み：1/17 (金) 10時~電話窓口
参加費：無料

ひびけ！ 歌声の丘

みんなで一緒に歌を歌いましょう
日 時：3/3 (月)
12:30~14:30
定 員：40名
申込み：2/12 (水) 10時~電話窓口
参加費：500円

低栄養にならないための 食事のポイント

管理栄養士の先生から栄養の話を
聞いてみませんか
日 時：3/13 (木)
15:30~16:30
定 員：40名
申込み：2/13 (木) 10時~電話窓口
参加費：無料

第12号

さかえすた

SAKAESTA News

発行日 令和7年2月1日

発行責任者 館長 柴田 真紀

区連会承認番号 301号

SAKAESTA さかえすた



横浜市本郷地区センター
横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ
さかえ区民活動センター

さかえすた三周年

日頃より、SAKAESTA（さかえすた）をご利用いただきありがとうございます。
おかげ様で開所から早3年が経ちました。地域の皆さまに「また利用したい」と
おっしゃっていただけるような施設を目指してこれからも努力してまいります。

SAKAESTA 職員一同

さかえすた職員によるAED研修 報告



栄消防署の指導のもと、職員によるAED・心肺蘇生研修を行いました。
「万が一の場合」に備え、正しい使い方や救急への連絡等を
確認しました。館内には2階フリースペースにAEDを設置し
ています。緊急の際は、職員・スタッフにお知らせください。



協力医の健康コラム

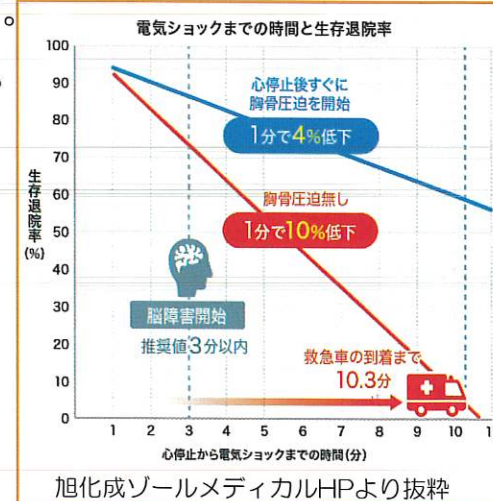


人は誰にでも「急変」のリスクがあります。
万が一の場合に必要な一次救命処置についてご紹介します。
一次救命処置とは心停止または呼吸停止を起こした人に対し、**心臓マッサージ（胸骨圧迫）**と
人工呼吸とAED（自動体外式除細動器）の使用を組み合わせる救命処置です。この処置
が1分遅れるごとに助かる確率は7~10%ずつ下がっていきます。

そこで重要なのが質の高い一次救命処置とAEDの操作です。
心肺停止から1分以内の心臓マッサージとAEDが感知した電
気ショックが行なわれた場合の社会復帰率は非常に高く、タ
レントの松村邦弘さんがマラソン中に倒れ一次救命処置で救
命されたのは有名な話です。

しかし現在、心肺停止になった患者さんの社会復帰率は
数%にすぎません。心肺停止から時間が経つにつれて助かる
確率は低く、救命で最も重要なのは、**早期に質の高い心臓
マッサージとAEDを開始すること**です。救急車が来るまで皆
さんが行う一次救命処置が、社会復帰の可能性を高めるので
す。

医療法人 桑樹会 木村内科・胃腸内科 木村貴純



◆お問い合わせ◆

電話：045-392-5157

FAX：045-392-5183

〒247-0007

横浜市栄区小菅ケ谷1-5-4

指定管理者 横浜市福祉サービス協会・

さかえ区民活動支援協会 グループ



さかえすたのHPです♪
イベント情報もここから



◆開館時間◆

月曜~土曜日 9:00~21:00

日曜日・祝日 9:00~17:00

◆休館日◆

毎月第3月曜日（施設点検日）
*月曜日が祝日・振替休日に
あたる場合には その翌日
年末年始（12月29日から1月3日）

■活動団体の会員募集や人財バンク登録者の紹介を掲載しています。

人財バンク 登録者紹介

ダンス大会で優勝し、区内のお祭りやイベントで活躍されているダンスチーム『**アディクションズ**』の代表：上田桃子さんに、地域活動の魅力や、やりがい等についてお話を伺いました。

◎子どもたちにチアダンス等を教えるきっかけは？

大学在学中に社会人のクラブチームに所属していました。子ども好きで保育士志望ということもあり、授業のない土日に未就学児クラスをアルバイトとして始めたことがきっかけです。

◎主な活動内容、活動場所は？

未就学児～高校生まで、チアやヒップホップ等のダンスをそれぞれに合ったクラスで受講してもらいます。いずれのクラスも目標達成、コミュニケーション等の能力向上や強化など、子ども達の成長をサポートする活動を心掛けています。
主にあーすぷらざ・栄スポーツセンター・さかえすたを活動場所としています。

◎活動の魅力、やりがいとは？

やりがいは数え切れないほどあります。達成感の共有・チームワークの醍醐味・挑戦する姿からの感動など。そしてシンプルに、**子どもの成長に関われることが何よりのやりがいです！！**

◎区内のお祭りやイベントに出演して、感じることは？

人前で発表することへの目標作り、モチベーションの向上や自信にも繋がっています。

◎地域活動を始めようとしている方へアドバイスを。

「好きなことや得意なことを活かして始めると、楽しみながら続けて頂けます。」



【栄区子ども青少年スポーツ・文化活動表彰】を受賞

<今後の活動>
ADDICT vol.7「全チーム合同発表会」が決定!!
2025.4.5(土)関内ホール(大ホール)にて

事業報告

◎展示のご案内（今後のスケジュール）

◇SAKAESTAギャラリー

- ・2月【栄リフォームむつき会】洋服、小物
- ・3月【e-プラザ】パソコン作品展示 等

◇本郷台駅前駐輪場展示スポット

- ・1月25日～2月7日【栄リフォームむつき会】着物リフォーム、小物
- ・2月8日～21日【わ～くらぶ・さかえ】自主製品
- ・2月22日～3月7日【egao】絵画、工作等

～人財バンク登録団体出演～

♪♪♪ さかえすたフェスタ2024
スマイルステージ ♪♪♪

サウンド リーフ
横浜Sound LeAf 紙芝居一座さかえ
元気ダンス&ラインダンス

11/17に開催した「さかえすたフェスタ2024」では、令和6年度に人財バンクに新規登録された3団体に、アカペラ・紙芝居・介護予防ダンスを披露して頂きました。
出演者、観客の皆さんも笑顔溢れるステージとなりました！



横浜Sound LeAf



紙芝居一座さかえ



元気ダンス&ラインダンス

1月の新着図書

	書籍名	著者
1	つめたいよるに	江國香織
2	隠蔽捜査10 一夜	今野 敏
3	レモンと殺人鬼	くわがきあゆ
4	暗殺	柴田哲孝
5	クスノキの女神	東野圭吾
6	こちらあみ子	今村夏子
7	星の子	今村夏子
8	地球の歩き方 横浜市	地球の歩き方編集室
9	親の期待に応えなくていい	鴻上尚史
10	「親業」のはじめかた	近藤千恵
11	電通マンぼろぼろ日記	福永耕太郎
12	ケアマネージャーはらはら日記	岸山真理子
13	非正規介護職員ヨボヨボ日記	真山剛
14	大ピンチずかん2	鈴木のりたけ
15	もうじきたべられるぼく	はせがわゆうじ
16	くまとやまねこ	湯本香樹実



SAKAESTAフェスタ2024 報告

11月17日（日）10：00～15：00

SAKAESTAのお祭りを開催いたしました。
多くの方にご来館頂き 大盛況に終えることができました。

昨年に続いての参加・新しく参加された登録団体の皆さま、
またボランティア協力をして頂いた皆さま、
本当にありがとうございました♪



賑やかな会場♪



ボランティアさん 大活躍！

★人財バンクとは・・・？★

「人財バンク」とは・・・

仕事や趣味で培った特技や技術、知識などを活かして、地域でボランティア活動をしたいという個人・団体を支援する人材登録制度です。

さかえ区民活動センターでは依頼者（自治会町内会、子ども会、市民団体、各種施設など）からの依頼を受け、登録者を紹介していますので、お気軽にお問い合わせください。

直通：045-894-9900

2月ののしちいカレンダー

事業に関しましては、中止等変更する場合があります。ご了承下さい。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 15周年感謝祭 10:00~14:00	3 	4 イージー体操 15:00~16:00	5 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	6 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	7 げんきっこひろば 10:00~12:00	8 
9	10 休館日	11 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	12	13 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	14 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み物広場 13:00~16:00 認知症にならない方法 探究会 13:00~14:30	15 行政書士相談 13:00~16:00
16 のしちり歌広場 14:00~15:00	17	18 イージー体操 15:00~16:00	19 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	20 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	21 げんきっこひろば 10:00~12:00	22
23 上東親子で学ぶ 性教育講座 13:30~15:30	24 第4月曜日は ポッチャの日 10:00~12:00 健康づくり体操 in 上之町 13:30~15:00	25 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	26 自筆証書遺言書 保管制度って なーに? 13:30~15:00	27 のしちり ぶらっと茶々処 10:00~12:00 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	28 げんきっこひろば 10:00~12:00 介護者の集い 13:30~15:30 編み物広場 13:00~16:00	

3月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2 	3 よこはまシニア ボランティア ポイント 登録研修会 13:30~16:00	4 イージー体操 15:00~16:00	5 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	6 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	7 げんきっこひろば 10:00~12:00 スマホ相談会 14:00~15:40	8
9	10 休館日	11 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	12 ほのぼの コンサート 10:00~11:30	13 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	14 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み物広場 13:00~16:00 認知症にならない方法 探究会 13:00~14:30	15 行政書士相談 13:00~16:00
16 陽だまりカフェ 13:30~15:00 レコード鑑賞会 14:00~15:00	17 24日 のしちり散歩 ~第18歩~ 10:00~14:00	18 イージー体操 15:00~16:00	19 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	20 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	21 げんきっこひろば 10:00~12:00 和・もんぺ!! 13:00~15:00	22
23 30	24 第4月曜日は ポッチャの日 10:00~12:00 健康づくり体操 in 上之町 13:30~15:00	25 野七里 PC 迷人会 10:00~12:00 イージー体操 15:00~16:00	26	27 のしちり ぶらっと茶々処 10:00~12:00 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	28 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み物広場 13:00~16:00	29 

令和7年2月発行
編集：社会福祉法人 伸こう福祉会
横浜市野七里地域ケアプラザ
発行責任者：甲斐 晋之介

お問い合わせ先：〒247-0024 横浜市栄区野七里 1-2-31

TEL 045-890-5331(代表)/5333(相談) FAX 045-890-5332

HP: <https://www.shinkoufukushikai.com/care-plaza/noshichiri/>

[4]

横浜市野七里地域ケアプラザ

ほっこいだよ！早春



令和7年もよろしくお願いたします

新しい年が始まって1か月が経ちます。今年も地域の皆様と一緒に、元気で楽しい1年を過ごして行きたいと思います。今年も多くの方のご来館をお待ちいたしております。皆様にとって令和7年が健康で笑顔の絶えない1年でありますように。今年も、どうぞよろしくお願いいたします。

野七里地域ケアプラザ職員一同

NEW 健康！ポールでGO♪ ～ポールウォーキングで町探検～

正しいポールの使い方を身につけて、近隣を歩きましょう。

4月10日(木) よりスタートです！

日程：毎月第2・4木曜日 10:00~12:00

定員：地域の方15名持ち物：ポールウォーキング用ポール(お持ちの方・貸出も可) 飲み物

参加費：1回200円*雨天の場合には、ケアプラザの室内で体操を行います。

第1・3木曜日の「公園 de お気軽健康体操」と併せて、毎週木曜日は健康作りの日にしませんか？

NEW 4月8日(火)よりスタートです！

おとろえない身体作りで脳フレッシュ!! ステップ×2♪

頭や身体を使った運動をします♪
楽しく動いて健康作り♪

日程：毎月 第2火曜日
10:00~11:15

定員：20名 講師：(株)ビーアウェイク

会費：無料 持ち物：水分

☆動きやすい服装でおいでください。

NEW 和・もんぺ!! ～着物のリメイクで『もんぺ』を縫いませんか～

日程：3月21日(金)
13:00~15:00

定員：8名

会費：無料

持ち物：裁縫セット

☆手縫いOK！ミシンも2台あります♪

『野七里ポッチャん4』が3位入賞！



令和6年12月7日(土)に開催された栄区役所主催『第4回ふれあいポッチャ大会』に日頃ケアプラザで活動している「野七里ポッチャん①②③④」の4チームが参加し、野七里ポッチャん④が3位入賞しました！次回は優勝をめざします！

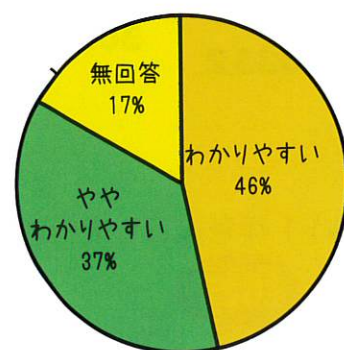
[1]

利用者アンケートにご協力いただきましてありがとうございました。

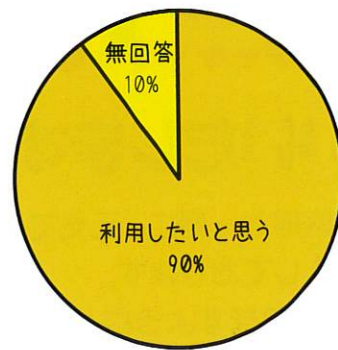
<貸出施設利用者>

<自主事業参加者>

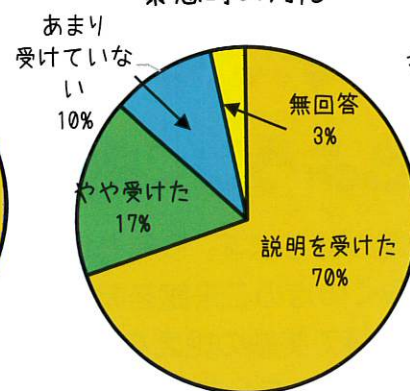
利用手続きについて



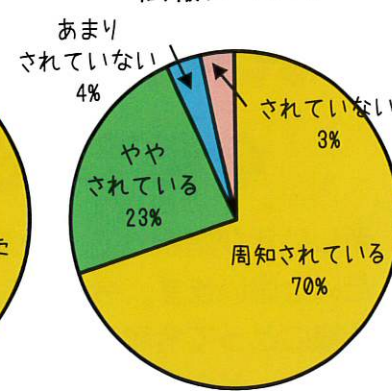
今後の利用について



緊急時の対応



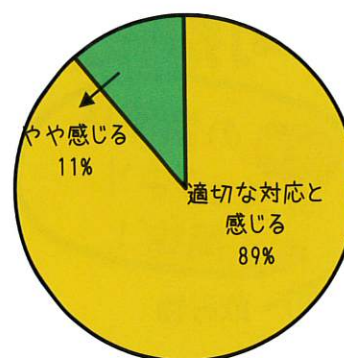
広報について



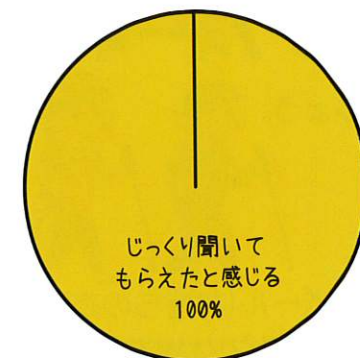
<窓口利用者(相談)>

<介護予防支援・居宅介護支援>

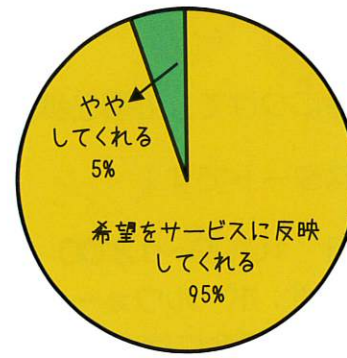
情報提供などについて



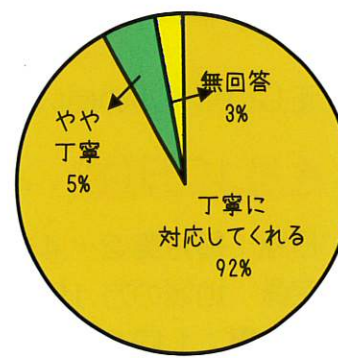
相談を受ける姿勢について



希望の反映について



サービス変更時の対応



アンケートの結果は所内で共有し、改善点につきましては早急に対応いたします。
今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

陽だまりカフェ開催しました



11月30日、陽だまりカフェを開催しました。

同日に開催した生活支援体制整備事業が行っている、レコード鑑賞会より30分早くオープン。ご家族で、お友達同士で多くの方に来店いただきました。美味しいコーヒーとお茶菓子で、和やかに会話が進む中、用意しておいたけん玉・あやとり・お手玉・コマなどを手に取り、「懐かしいねえ」と言いながら童心にかえって昔遊びに夢中になる方もいらっしゃいました。お茶菓子も、好きなお菓子を選んでもらえるように準備した所、どれにしようか悩んでしまわれる方もいらっしゃいました。今回の陽だまりカフェは、横浜市のチームオレンジ事業のひとつとして開催され、認知症の方が安心して地域の集いの場にきて頂けることを目的に開催されました。たくさんのボランティアの方にもご協力いただき無事開催する事ができました。次回は3月16日(日)を予定しています。是非、ご来店下さい。

編み編みの会さんがカフェの為に作って下さったオレンジのソーサーです！



げんきっひろば 食事会



げんきっひろば で食事会を開催します！

日時：2月28日(金) 10:00~14:00

場所：野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅠ

定員：未就学の親子 10組 (事前申込をお願いします)

参加費 大人 300円・子ども 100円

よこはまシニアボランティアポイント登録研修会

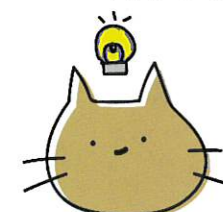
65歳を超えたみなさま。ボランティア活動ははじめませんか？ケアプラザや介護施設などでボランティア活動を行うとポイントが貯まり、寄附や換金ができる仕組みです。

日時：3月3日(月) 13:30~16:00

場所：野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ

定員：横浜市内在住で満65歳以上の方 20名

持ち物：介護保険被保険者証・筆記用具・A4サイズの入るバック



ほのぼのコンサート

地域の方ならどなたでも参加できる、小さなコンサートを開催します。毎年ご協力いただいている わ〜くらぶ・さかえ の皆さんも出演！お申込み不要です。お誘いあわせの上お気軽にお越しください。

日時：3月12日(水) 10:00~11:30

場所：野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ



レコード鑑賞会 ザ・ドーナツ/陽だまりカフェ

レコード鑑賞会は、「ボーカル特集〜日本編〜」をお届けします。

今回も陽だまりカフェとのコラボで開催します。

日時：3月16日(日) 陽だまりカフェ 13:30~ レコード鑑賞会 14:00~ 終了 15:30

場所：野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅠ(レコード鑑賞会) 多目的ホールⅡ(陽だまりカフェ)

定員：レコード鑑賞会 30名 陽だまりカフェは出入り自由でどなたでもお越しください。



参加費：100円(茶菓代)



レコード鑑賞会へお越しの方はスリッパをご持参下さい。

のしちい散歩〜第18歩〜

柏尾川までお花見散歩に出かけましょう!!

日時：3月24日(月) 雨天中止

10:00~14:00

定員：地域の方 15名

集合場所：栄区役所

持ち物：交通費・昼食・水筒・雨具

2/1~受付開始!





地域活動・交流部門からのお知らせ

MANA★VIVA なかの DE 冬時間



今年の冬休みも、恒例の「MANA★VIVA なかの DE 冬時間」を行いました。
今回で4度目の開催となりますが、募集開始からあっという間に定員に達してしまいました。
残念ながら参加できなかった小学生の皆さん・・・ごめんなさい！

書き初め教室 12/26

冬休みの宿題で、「苦手だ～」とぼやく子も多い「書き初め」を、年末のうちにやっつけてしまおう！と始めた応援企画ですが、毎年好評をいただいています。

参加した小学生が、熱心に練習を重ね、短時間でみるみる上達していく姿には、毎年驚かされるばかりです。

今年は、宿題のテーマとなっている文言以外にも、「新しい年」「明るい町」「幸」など思い思いにオリジナルのポジティブな表現を書き綴る子も多く、「書き初め」を楽しんでいる様子が伺えました。



こどもクッキング(スタミナ丼) 1/6

年明けのMANA★VIVAでは、こちらも恒例の「こどもクッキング」を行いました。
今回はボリューム満点のスタミナ丼を、小学生でも簡単にできるレシピで挑戦！

お昼近くになると、ケアプラザ館内は、食欲をそそる幸せな香りでいっぱいになりました。

午後のフリータイムでは、工作でマラカスづくりを楽しみ、作ったマラカスを「シャカシャカ」鳴らしながら、ボランティアの方のピアノとギターとともに即席の演奏会で盛りあがりました。

地域のボランティアの皆さんと共に、「安心できる子どもの居場所を増やす取り組み」を進めて4年目になります。4月からは、地域主導型の「MANA★VIVA」に移行され、ますます地域の皆様の応援が必要となります。元気な子ども達を見守るスタッフにご興味あるかたは、ぜひお気軽にお声掛けください♪



送迎ドライバー募集中



デイサービスでは、私たちと一緒に働いてくれる送迎ドライバーの方を募集しています！
未経験の方も大歓迎！！ 詳細は、お気軽に採用担当（富永）までお問い合わせください。

ボランティアさんも大募集

ボランティアさんも大募集しています！デイサービスでドライヤーがけや食器洗いなどのお手伝いをしてくださる方。よこはまシニアボランティアポイントの対象です！

中面3頁「クイズ・ヒートショック！」の答え

- ①血圧 ②脳梗塞 ③多い ④飲酒後 ⑤入浴前に脱衣室や浴室を暖める ⑥41度以下・10分
⑦手足からかけ湯をしてから徐々につかる ⑧家族に一声かけてから入る

中野地域ケアプラザ通信 第125号



杜からの風

栄区連会承認 第 305 号
発行日：2025年2月1日
編集：横浜市中野地域ケアプラザ
発行責任者：富永 秀樹
お問い合わせ先：045-896-0711
所在地：横浜市中野町400-2
Email：nakano@le-pli.or.jp

中野地域ケアプラザからのお知らせ

お問い合わせ 045-896-0711

ふれあいの会

「ふれあいの会」とは、レクリエーションを楽しみながら地域の方々との交流を目的とした長寿講座です。

日時 2/14(金) ポッチャ 13:00~15:00
3/14(金) お花見散歩

会費 各100円



なかまふの会

日時 2/25・3/25
原則毎月第4火曜 13:00 ~ 15:00

中面2頁「チームオレンジ事業の報告」をご覧ください。

なかのカフェ 認知症介護者のつどい

日頃の介護の情報交換や悩み事など、介護者同士でお話しましょう。

日時 3/15(土)
13:30 ~ 15:30

定員 12名(申込制・無料)

講師 認知症の人と家族の会
世話人 村井 キヌエ 氏



MANA★VIVA なかの 放課後バージョン

地域の小学生向けに、放課後の居場所・自習室を毎週開催しています！

日時 毎週水曜日 15:00 ~ 16:30 (祝日は休み)

対象 近隣の小学生(申込不要)

内容 宿題・カードゲーム・卓球
時々 工作やおやつも楽しめます！

一緒に子ども達と遊んだり、見守ってくださるボランティアさんを募集しています。

高校生・大学生も大歓迎です。

ぜひお気軽にお声掛けください！



エレベーター工事について

前号でお知らせしました通り、現在エレベーター工事を実施しているところです。工事期間中はエレベーターをご利用いただけなくなるため、2階への移動は中央階段の利用をお願いします。

また、断続的に騒音が発生する場合がありますが、エレベーターの安全を確保するために必要な工事となります。ご来館の皆様にはご不便・ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

工事期間：令和7年3月中旬まで
作業時間帯：9:00~18:00

MANA★VIVA なかの スペシャルバージョン

一緒にゲームスポーツしてみませんか？ゲームスポーツとは、コンピュータを使ったスポーツ対戦競技のことで、「太鼓の達人」もそのひとつです。

日時 2/19(水) 15:00~16:30

定員 15名程度(申込制・無料)

対象 地域の小学生と大人の皆様どなたでも

会場：全て中野地域ケアプラザ

チームオレンジ事業の報告 第三弾 ①

杉山孝博先生の講演会を開催しました！

11/15「認知症の理解とチームオレンジについて」杉山孝博先生（川崎幸クリニック院長）の講演会が開催されました！

今年度ケアプラザで開催された認知症サポーター養成講座を受講された方、認知症について学びたい地域の方々が参加されました。講座の中から特に皆さんに知っていて欲しいことを4つお伝えします。

- ①2040年には高齢者の3人に1人が認知症になると言われています。認知症は私達自身のこととして考えなければいけません。
- ②認知症とは、記憶や判断などがしづらくなり、日々の生活に様々な支障が出ている状態です。つまり、認知症の人が困っているところを補うことさえ出来れば、その人らしい生活が送れるはずですよ。
- ③認知症の方は、たとえ認知症が進行しても思いやりや喜怒哀楽の感情を持ち、周囲の人との交流を求めている人です。認知症と診断されたら「全て終わり」ではありません。
- ④まずは認知症に対する私達の意識を変えなければいけません。認知症の人の困っていることなどを理解することが大切です。認知症の人を支える輪を作る活動がチームオレンジです。

今回の講座を通して、チームオレンジの活動に参加して頂ける方が増えています。皆さんも是非、認知症サポーターの一員となって頂けるのをお待ちしております。

チームオレンジ事業の報告 第三弾 ②

「なかまふの会」について



毎月第4火曜日の午後1時～3時に認知症マフを製作する「なかまふの会」を開催しています。毎回参加される方もいれば、初めての方もいて、入れ替わり立ち代わりいつも10名ほどの方が参加されています。

認知症マフはすべての認知症の方に活用できるわけではありません。心地よい刺激を好んだり、掴んだものを離さない方などは、マフのさわりの心地を気にしている傾向があるようです。そして何より大切なことは、マフを手渡すスタッフが認知症の人と共にマフの温かさとやさしさを共感し、笑顔で対応しコミュニケーションをはかることだと言われています。

またマフを製作するボランティアさんにとっても、作品を製作することの楽しみだけでなく、認知症ケアに役立っているという充実感も得られるということに、大きな意味があるようです。

現在中野地域ケアプラザでは地域の高齢者施設や病院、訪問看護ステーションなどに、少しずつマフを届けています。今後、誰もが認知症マフの存在を知り、必要な方に温かいマフが届くような地域づくりを少しずつめざしていきたいと思ひます。

手芸の好きな方やご興味のある方は、見学だけでもぜひいらしてください。



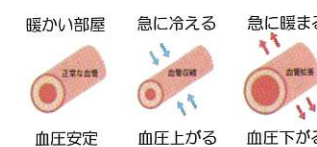
地域包括支援センターからのお知らせ

クイズ・ヒートショック！



ヒートショックに関するクイズです。（ ）内の正しい方を選んで予防していきましょう！
答えは最終頁の下部にあります。

- ①ヒートショックとは急な温度変化で（**血圧・体温**）が変動し、身体がダメージを受けることです
- ②熱い風呂に長時間入ることによって、浴槽の中で熱射病をおこしておぼれたり、脱水により（**骨折・脳梗塞**）や心筋梗塞を発症することがあります
- ③浴室事故の年間死亡数（家庭での溺死者数）は交通事故より（**多い・少ない**）
- ④体調が悪い時や、（**運動後・飲酒後**）は、入浴は避けましょう
- ⑤ヒートショックの予防として正しい入浴前の準備は、
（**入浴前に脱衣室や浴室を暖める・窓を開けて新鮮な空気に入れ替える**）
- ⑥お湯の温度は（**42度以下・41度以下**）、（**10分・20分**）までにしましょう
- ⑦ヒートショックの予防として心がけるべき入浴方法は
（**一気に湯船につかる・手足からかけ湯をしてから徐々につかる**）
- ⑧特にリスクが大きい高齢者に予防としてお勧めしたいのは
（**一番風呂に入る・家族に一声かけてから入る**）



*入浴前に**水分**をとる、トイレや廊下も出来るだけ暖めて**温度差を少なくする**ようにしましょう。

生活支援コーディネーターからのお知らせ

「僕の連続講座」を開催しました！



男性の地域デビューを応援する「僕の連続講座」を、11～12月に下記のとおり開催しました。

①「僕のはじめての苔玉」 ②「僕の決断：災害時編」 ③「僕のクリスマスごはん」

目的はまさしく男性の地域活動への参加のきっかけを作ることです。一度もケアプラザに来たことのない男性に、まずは地域への玄関口としてのケアプラザを知っていただきたいと考えました。各日お子さんを含む5～6名の方が参加してくださり、和気あいあいとした講座となりました。

講座開催で大切なのは、その後どのような展開やつながりを紡いでいくかにもあります。第二回「僕の決断：災害時編」で行ったクロスロードゲームは、日頃の備えや家族間での申し合わせの大切さと、発災時の行動や考え方には世帯や個人で違いがあるという“多様性”にも触れることができ、地域づくりに用いたいとのご要望がありました。①「苔玉」と②「調理」もご自身の活動グループでも行ってみたいとお声がありました。これからも様々な講座を企画いたしますので、皆様のご参加をお待ちしています！

利用者アンケートご協力の御礼

ケアプラザでは皆様の満足度を把握するため、毎年利用者アンケートを実施しております。今年度も11月にアンケートを実施した結果、多くの皆様から“良好”とのご回答をいただきました。一方で、改善が必要と思われる貴重なご意見もお寄せいただきました。今後もより良い施設運営を目指し、改善が必要な点については速やかに対応し、皆様の満足度向上に努めてまいります。

お寄せいただいたご意見と、それに対する施設としての対応コメントは各部門ごとにまとめて2階フリースペースの掲示板に掲示しております。ご来館の際は、ぜひご覧ください。

アンケートにご協力いただきました皆様、誠にありがとうございました。



WEB
予約制

映画上映会

2月15日(土) ①10:00 ②14:00

奇跡の教室 受け継ぐ者たちへ

様々な人種の生徒たちが集まるバリエーション・ブルム高校の落ちこぼれクラスに、厳格な歴史教師アンヌ・ケゲンがやってくる。情熱的な彼女は、生徒たちを全国歴史コンクールに参加するように促すが、「アウシュビッツ」という難しいテーマに彼らは反発する。ある日アンヌ先生は、強制収容所の生存者を授業に招待する。大量虐殺が行われた強制収容所から逃げ出すことができた数少ない生き延びた者の悲惨な状況を知った生徒たちは、この日を境に変わっていく。

【2014年/フランス/フランス語・日本語字幕/105分/ドラマ】

2月22日(土) ①10:00 ②14:00

リトル・ダンサー デジタルリマスター版

ぼくの名前はピリー・エリオット。
夢はロンドンのロイヤル・バレエ団で踊ること！

1984年、イングランド北東部の炭鉱町。母を亡くした11歳の少年ピリーは、炭鉱労働者の父に言われ、ボクシング教室に通わされている。ある日、偶然目にしたバレエ教室のレッスンに興味を抱いたピリーは、女の子たちに混ざってこっそりレッスンに参加するようになる。そして彼はウィルキンソン先生によってバレエ・ダンサーとしての才能を見い出され、彼女の指導のもとめきめきと上進していくが...

【2000年/イギリス/英語・日本語字幕/111分/ドラマ】

【各回共通事項】会場：映像ホール（5階）／1席：500円（WEB予約制）／対象：どなたでも／定員：120名

日	時間	内容	場所	料金/対象/定員 他
2024/11/30 (土)～ 2025/3/16 (日) ※祝日除く月曜 休館	10:00～ 17:00 (最終 入場16:30)	野町和嘉写真展—50年の軌跡— 半世紀におよび、フォトジャーナリストとして国際舞台で活躍している写真家・野町和嘉。1946年、高知県生まれ。写真家・杵島隆に師事した後、1971年よりフリーの写真家に。1972年サハラ砂漠への旅をきっかけにアフリカ取材を始めて、中近東やアジア、南米など世界各国を訪れ、過酷な風土を生き抜く人々の営みと信仰をテーマに撮影しています。受賞歴に、土門拳賞、芸術選奨文部大臣新人賞、日本写真協会年度賞、講談社出版文化賞、東川賞国内作家賞、大同生命地域文化研究特別賞など多数。2009年には紫綬褒章を受章しました。 本展は、「世界遺産」「エチオピア」「シベリア収容所」の3テーマからなる作品約150点を2期にわたり紹介します。スケール感溢れる作品に加え、野町の撮影機材の展示や写真集販売、フォトスポットなどもあります。地球規模で探訪の旅を続けて撮影した雄大な自然景観や先人が残した多彩な遺跡・建造物、そして幾度となく見舞われた困難に立ち向かい、復興を遂げた人類の力強さの証ともいえる作品群をぜひご覧ください。 ※時期により展示内容が異なります。詳細はホームページをご確認ください。	企画展示室 (3階)	常設展示室観覧料
1/24(金)～ 3/23(日)	9:00～17:00	ユダヤ人を助けた救出者「諸国民の正義の人」 ナチス・ドイツが支配した12年間（1933 - 45）で、“ユダヤ人として生まれた”ただそれだけの理由で600万人の命が失われました。 当パネル展では、暗やみの中でさまよっていたユダヤ人に希望の光を灯した、各国の救出者をご紹介します。 【パネル製作：ホロコースト記念館】	展示コーナー (2階)	無料
2/8(土)	11:00～ 12:00 ※10:30開場	手話で“きく”多様性トーク「じぶんらしく、生きる！」 「東京2025デフリンピック」が開催される今年。ろう文化や手話を通して、多様性について考えてみませんか？ ろう者であり、性的マイノリティ(少数者)の当事者でもあるモンキー高野さん。日々、なにを経験し、なにを感じているのか。手話で「にぎやかに」語っていただきます。ちがいを認め合う、多様性豊かな社会へのヒントがみつかるかも？	会議室 (1階)	参加費：無料 対象：どなたでも 定員：10名 申込：WEB予約制
2/11(火祝)	11:00～ 12:00 ※10:45開場	ニハオからはじまる、中国体験!～ジェンズ遊びと春節のお祝い～ 【内容】 ・中国クイズ ・ジェンズ(碁子)体験。足でけて遊ぶよ。 ・キーホルダーづくり	こどもの国際 理解展示室 (5階)	常設展示室観覧料 対象：こども5歳～ 定員：10名 申込：WEB予約制
2/23(日) 2/24(月祝)	14:00～ 15:00 ※13:50整理 券配布	【ピンゴラリー】 あーすぷらざの〇〇みっけ！ あーすぷらざにあるあんなものやこんなもの…館内をまわって見つけよう！ キミはいくつピンゴできるかな？！	【受付】 5階ロッカー 前	常設展示室観覧料 対象：どなたでも 定員：各日25名(当日 先着)

【定期開催イベント】（毎月定期的に開催しているイベントです）

日	時間	内容	場所	料金/対象/定員 他
2/6、13、 20、27 (木)	内容参照	【かながわこどもひろば おはなし会】 毎週木曜日、対象年齢に合わせたおはなし会を開催しています。 ①10:30～10:50 0～1歳の親子対象「わらべうたであそぼう」ワークショップルーム ②11:30～11:50 2～3歳の親子対象「わらべうたであそぼう」ワークショップルーム ③16:00～16:20 4歳くらい～大人対象「絵本の読み聞かせ」映像ライブラリー 【問合せ先】kanagawakodomohiroba2020@gmail.com(篠原優子)	午前の部 ワークショップ ルーム (1階) 午後の部 映像ライブラリー (2階)	無料 申込不要 対象：乳幼児～大人
2/16(日)	13:00～ 13:30	【絵本の読み聞かせ】 中国語であそぼう！ あーすぷらざがめざすテーマについて、絵本を通じて子どもたちに考えるきっかけをもってもらいます。	2F映像 ライブラリー こども コーナー	無料 先着20名程度 対象：どなたでも
2/19(水)、 25(火)	11:00～ 11:30	【WEB予約制】未就学児向けイベント パンくんシリーズ いろいろな年齢の子どもたちがプログラムを通して出会い、思いやりの気持ちを育みながら、表現することの楽しさを味わいます。小さいお子さんは、おうちの人といっしょに楽しんでください。これから保育園・幼稚園に入るお子様の練習にもどうぞ！ ※各日のプログラム内容はホームページをご覧ください。	こどもファン タジー展示室 (5階)	常設展示室観覧料 定員：未就学児8名 保護者付き添い必須

※1月21日現在の情報です。掲載内容は発行時のものであるため、内容が異なる場合があります。ご了承願います。

ご来館の際は、HP等ご確認の上ご来館をお願いいたします。

※各イベントのお申込み・お問い合わせ TEL: 045-896-2121 E-mail: gakushu@earthplaza.jp

※【休館日】祝日除く月曜（貸出施設、駐車場は月曜日も営業）年末年始（12/29～1/3）5階常設展示室施設点検（5月27-29日、12月9-11日）

2階映像ライブラリー蔵書点検（11月12-15日）

パネル展示

ユダヤ人を助けた救出者 諸国民の正義の人

Righteous Among The Nations

ナチス・ドイツが支配した12年間(1933-45)で、

“ユダヤ人として生まれた”

ただそれだけの理由で600万人の命が失われました。

当パネル展では、暗やみの中でさまよっていたユダヤ人に
希望の光を灯した、各国の救出者をご紹介します。

[パネル製作:ホロコースト記念館]

2025年

1月24日(金)～3月23日(日) 9:00 - 17:00

2階展示コーナー 入場無料

※内容変更や中止の場合は、あーすぷらざ HP でお知らせします。



神奈川県立地球市民かながわプラザ
あーすぷらざ

指定管理者: 公益社団法人 青年海外協力協会

☎ 247-0007 横浜市栄区小菅ヶ谷1-2-1

✉ gakushu@earthplaza.jp

☎ 045 896 2121

<問合せ時間> 9:00-17:00 ※祝日を除く月曜休館

HP・SNSで
最新情報を発信中

あーすぷらざ

検索

JR本郷台駅
徒歩3分



栄 地域安全情報

令和7年
1月号

これは危機的状況です！

サギの被害が止まらない！！

栄区内では、令和6年中**57件**（手集計）の特殊詐欺が発生しました。
しかも、令和5年より**+7件** 増えています。

皆さん、他人事ではありません！

【警察官などを騙る特殊詐欺に注意】

警察官や官公庁、金融機関職員などを騙って

- ・「あなたの口座が犯罪に使われている。」
- ・「あなたに逮捕状が出ている。保証金を払えば逮捕されない。」

などと言って、現金やキャッシュカードをだまし取る手口が増えています。

※ 警察官がお金を要求したり、カードを預かることはありません

【国際電話番号を使用した特殊詐欺に注意】

+1 や +44 など、+（プラス）から始まる番号には出ない・かけ直さないでください。

**実は
全部サギ！**

海外との電話が不要な方は、発信・着信を無償で休止できます。

《 国際電話不取扱受付センター 》

電話：0120-210-364（平日9:00～17:00）



不審な電話があったら…

家族に相談・警察へ通報してください！

栄警察署生活安全課
栄防犯協会

045(894)0110

第35回

栄区民ロードレース大会

開催日時

2025.3/30日

8:00~12:00

※雨天決行・荒天中止

コース：埋蔵文化財センター周辺（横浜市栄区野七里2-3-1）

栄区以外の方の
参加もお待ち
しています！



栄区いたち川マスコット
タッチーくん

参加者全員に
タッチーくん
オリジナルグッズを
プレゼント！



1.8kmコース

3.8kmコース

10kmコース

参加者募集！

12/17火
エントリー開始！

エントリー期間

2024年12/17火 ▶ 2025年2/23日

各種目の出場距離を完走できる方ならどなたでも
参加できます（居住地は問いません）。

エントリーはこちら▶



協賛

 住友電工
Connect with Innovation

株式会社信光社

 株式会社 浜 建
HAMAKEN
Hamaken Engineering

物品協賛

 石井造園株式会社

KIOXIA

 Daiwa House®

TATSUNO

宮古寿司

ユーコープ
上郷店

なにげない感動をずっと。
FANCL

 有限会社千田建設
ちとせけん

 株式会社 緑心園
RYOKUSHIN-EN

野天津元・たや
湯快爽快

栄区連合町内会

 横浜建設株式会社

日本キャドテック(株)

ワークマン
横浜上郷店

 ©1999 Y.F.SPORTS C.

 ©1992 Y.MARINOS

主催：栄区民ロードレース大会実行委員会、横浜市栄区 主管：栄区スポーツ協会、栄区スポーツ推進委員連絡協議会

協力：栄交通安全協会、栄交通安全母の会、栄区青少年指導員協議会、栄区子ども会連絡協議会、栄警察署、神奈川県立柏陽高等学校、栄共済病院、横浜市スポーツ協会

共催：横浜マラソン組織委員会

大会概要

日時 2025年3月30日(日) 8:00~12:00 コース 埋蔵文化財センター周辺(横浜市栄区野七里2-3-1)

種目
対象

- 各種目の出場距離を完走できる方ならどなたでも参加できます(居住地は問いません)。
- 1.8kmコースは、小学生単独で参加できます。保護者の参加は任意です(別途申込必要)。
- 10kmコースについては、80分以内を目途に完走できる方
(交通規制時間の関係上、関門を設け、11時20分までを目途にゴールが見込めない場合は途中棄権となります。)

コース	種目	定員	対象	参加費*
1.8kmコース 受付時間 8:00~8:40	小学5・6年生の部	250人	小学生5・6年生 参加者の保護者	1,500円
	小学3・4年生の部	250人	小学生3・4年生 参加者の保護者	
	小学1・2年生の部	250人	小学生1・2年生 参加者の保護者	
3.8kmコース 受付時間 8:00~9:25	中学生以上の部	100人	中学生以上	2,800円
			高校生以上	
10kmコース 受付時間 8:00~9:25	健脚の部	500人	高校生以上	
	シニアの部	50人	60歳以上(大会当日時点)	

※別途、申込手数料がかかります。

表彰
参加賞

各種目男女別1位~3位(計36人)へ表彰 ※1.8kmコースの保護者は対象外

- 参加者全員にタッチーくんオリジナルグッズをプレゼント
- 栄区在住・在勤・在学・在スポーツクラブの方のうち成績が上位の希望者に「横浜マラソンチャレンジ絆」付与(予定)
- 協賛企業からのプレゼントもあります!

ホームページに記載の「開催要項」及び「申込規約」をご確認いただいた上で、お申込みください。

栄区 ロードレース大会



注意事項

- ①ゼッケン、計測チップ、参加賞は、3月下旬に送付する参加通知ハガキと引換えに、当日受付にてお渡しします。今年度、事前発送はありません。
- ②大会当日はお申込みいただけません。必ず締切日までにお申込みください。
- ③申込締切日前であっても、定員になり次第締め切ります。

④会場には駐車場がありません。公共交通機関を利用してご参加ください。(大船駅発「上郷ネオポリス行」(神奈川中央交通)のバスが増便予定です。)

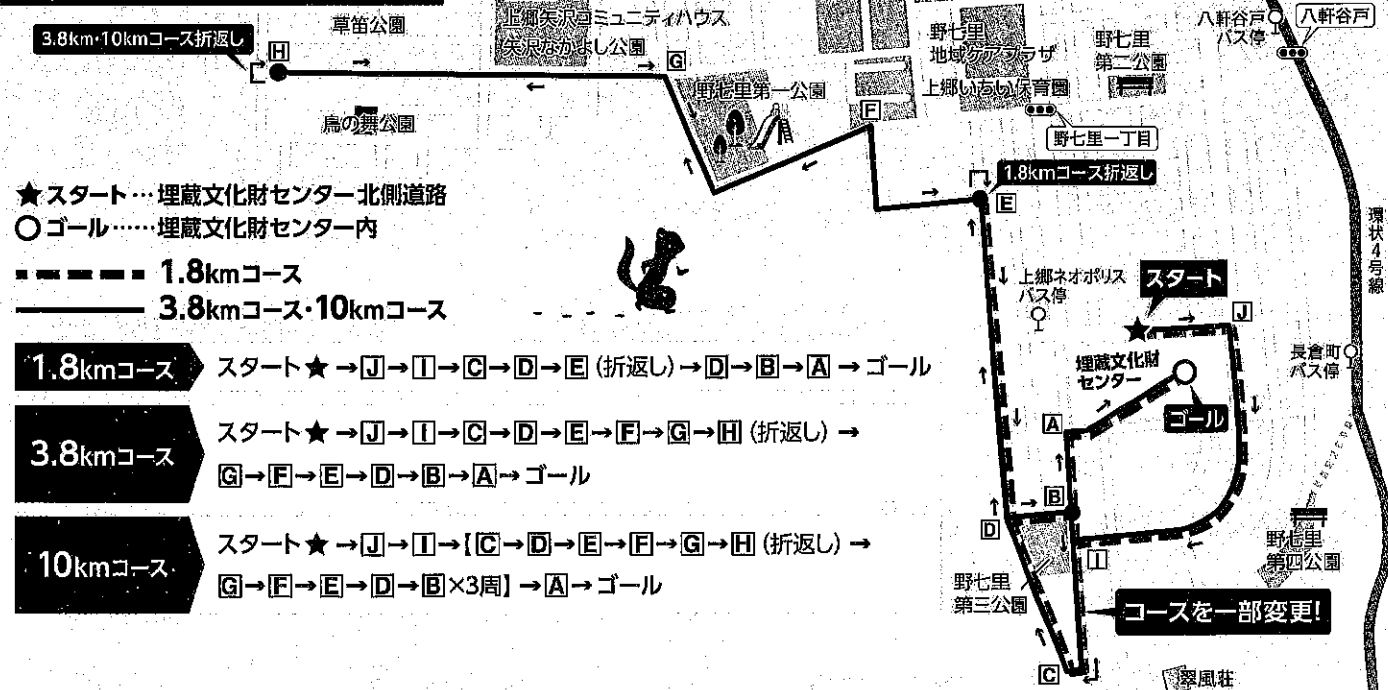
⑤近隣の路上や店舗駐車場には駐車しないでください。

⑥自転車でお越しの場合は、埋蔵文化財センター敷地内設置の臨時駐輪場をご利用ください。

⑦大会終了後、完走者にはWEB記録証を発行します。

コースマップ

コース全線「車両通行止め」で実施します



参加申込に関するお問い合わせ

RUNETサポートセンター

お問い合わせフォーム▶

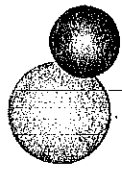


大会に関するお問い合わせ

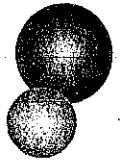
栄区民ロードレース大会 実行委員会事務局(栄区役所地域振興課内)

TEL/045-894-8395(平日8:45~17:00) FAX/045-894-3099

E-mail/sa-road@city.yokohama.lg.jp



第29回 さかえ春の文化祭



2025年2月22日(土)～3月24日(月)

イベント名／主管団体	日時／内容	会 場
第25回 栄区美術連盟展 栄区美術連盟 連絡先 大石喬也 ☎ 894-5733	2/22(土)～2/26(水) 10:00～16:00 (初日13:00～) 油彩画・水彩画等の展示	栄区民文化センター リリス/ギャラリー
第27回 栄区書道協会展 栄区書道協会 連絡先 柳田煌海 ☎ 892-7173	2/27(木)～3/3(月) 10:00～17:00 (初日13:00～・最終日16:00終了) 漢字・かな・漢字かな交じり文・ 篆刻の展示	栄区民文化センター リリス/ギャラリー 会議室
フォトSAKAE 写真展 フォトSAKAE 連絡先 野仲加津子 ☎ 892-6807	3/16(日)～3/20(祝) 10:00～17:00 (初日13:00～・最終日16:00終了)	栄区民文化センター リリス/ギャラリー
園芸展 栄区園芸協会 連絡先 植松一榮 ☎ 090-4748-0310	3/22(土)～3/24(月) 10:00～17:00 (最終日16:00終了) 盆栽・山野草・こけ玉の展示	栄区民文化センター リリス/ギャラリー
生け花展 栄区華道協会 連絡先 高橋理智 ☎ 891-7226	3/22(土)～3/24(月) 10:00～16:00 ～春の生け花～	栄区民文化センター リリス/会議室
お茶会 栄区茶道会 連絡先 池浦郁子 ☎ 892-8878	3/23(日) 10:00～15:00 美味しいお茶とお菓子を楽しんで いただきたくお待ちしております	栄公会堂和室 お茶席 300円
さかえ邦楽コンサート 栄区邦楽協会 連絡先 角田操子 ☎ 891-4636	3/2(日) 開場12:30 開演13:00 三曲・長唄・琵琶のコンサート	栄区民文化センター リリス/ホール 入場無料
春の音楽祭 栄区音楽協会 連絡先 由田順子 ☎ 892-0102	3/23(日) 開場13:30 開演14:00 春の音楽祭～春を呼ぶ ピアノ・サクソフォン・弦楽合奏のひとつき	栄公会堂講堂 入場無料

◆主催 栄区文化協会

◆後援 横浜市栄区／栄区連合町内会／栄区民文化センターリリス

賛助会員のご紹介

(令和6年4月1日現在)

<法人賛助会員 (順不同・敬称略)>

有限会社 みのくち	長瀬 安敏	上郷フィールドアスレチック	高橋 昭義
箏・三味線のぼる	根本 昌之	角田税務会計事務所	角田 晃孝
株式会社 タツノ	龍野 廣道	特養老人ホーム上郷苑	篠原 正治
有限会社 豊田印刷所	金子 健一	有限会社 ナカムラ生花店	吉田 敬
野村病院	野村 武	株式会社 宮古寿司本店	楠 明
横浜銀行本郷台支店		有限会社 深山そば	南條 信之
若竹クリニック	戸塚 武和	本郷台整形外科クリニック	田中堅一郎
有限会社 よろい寿司本店	近江 猛夫	米田クリニック	米田 陽一
池川造園	池川 元章	横浜市栄公会堂	松尾 洋輔
栄・上之歯科医院	須加 真明	なかたクリニック	中田 智大
かみごう医院	龍 雅峰	横浜建設 株式会社	須藤 剛
地球市民かながわプラザ	石井 範子	横浜さかえ内科	中田 靖
つちはら整形外科クリニック	土原 豊一	道下内科クリニック	道下 一朗

<地縁団体賛助会員 (順不同・敬称略)>

小菅ヶ谷連合町内会自治会長	田中 健次	小菅ヶ谷町内会長	斎藤 和則
---------------	-------	----------	-------

<個人賛助会員 (順不同・敬称略)>

小笹 慶資	風間 聰彦	西崎 進治
-------	-------	-------

栄区文化協会へのご支援ご協力ありがとうございます。

栄区文化協会では、賛助会員を募集しております。(賛助会費は一口5,000円より)

賛助会費は、栄区文化協会の運営費、各賛助会員の広告費及び栄区内の文化芸術活動団体への助成財源に有効に活用されています。

<問い合わせ先>

総務部 川井綾子 TEL 045-892-7111 (fax 同)

URL <https://sakaebunkyo.blog.jp>

市民公開講座

気になる病気と 健康を考える...

1. 「認知症への理解アップデート」

北村脳神経クリニック 院長 北村 高之先生

2.① 「えっ、がんって遺伝するの？」

知っておきたい乳がんと遺伝のお話」

横浜栄共済病院

乳腺センター

俵矢 香苗先生

② 「大腸がんの予防と治療」

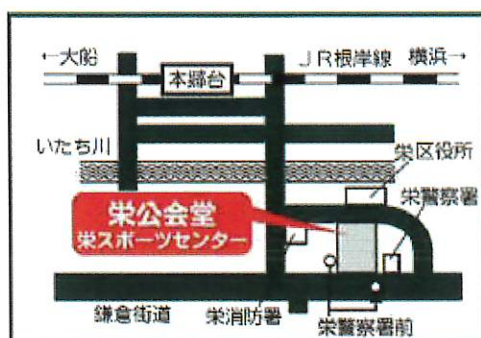
消化器内科部長

酒井 英嗣先生

日 時：令和7年2月27日（木）

午後2時～4時（開場1時30分）

場 所：栄公会堂



参加費
無料

2 / 27 (木)

14:00～16:00

ご来場の際は公共交通機関をご利用下さい

申込み：申込みは不要です 当日会場にお越し下さい

問合せ：横浜市栄区医師会 ☎893-2202

主 催：横浜栄共済病院・横浜市栄区医師会

後 援：横浜市病院協会

〈栄区連会承認第303号〉

楽しいイベント

栄区地域福祉保健計画

抽選会

さかえ つながるフォーラム

地域の取組や民生委員の活動を紹介!

令和7年

日時 2月15日(土)12時～

会場 栄公会堂

(たちーらんど)

横浜市栄区桂町279-29

ステージイベント(講堂) ～16時



昨年の様子

第1部 13時30分～

- 基調講演: 講師 豊田 宗裕 教授
(聖徳大学)

● 地区の取組発表

(笠間地区・本郷中央地区・本郷第三地区)

- 民生委員・児童委員の活動紹介



春日一番太鼓

第2部 15時15分頃～

● 和太鼓演奏

出演: 春日一番太鼓

● 来場者抽選会

タッチーくん
グッズ等が
当たる抽選会も!

※抽選券配布は14時まで

来場者に
タッチーくんクッキー
プレゼント!
(先着200人)

申込不要!
入場無料!
みんなで
遊びに来てね!



詳細はこちら

さかえつながるフォーラム

検索

その他の催し ～15時15分頃

1 階ホワイエ

● 障害福祉事業所による 物販コーナー

2 階会議室

- タッチーくんオリジナル巾着袋づくり (先着80人)

- カプセルトイ

- 地区の取組紹介等の 展示コーナー

- 乳がん触診モデル体験コーナー



【主催・問い合わせ】

栄区福祉保健課

TEL 045-894-6962 FAX 045-895-1759

栄区社会福祉協議会

TEL 045-894-8521 FAX 045-892-8974

※イベント内容は、予告なく当日変更となる場合がありますのでご了承ください。

※手話通訳をご希望される場合は2月6日(木)までに栄区福祉保健課までご連絡ください。

上映会 — リトル・ダンサー デジタルリマスター版

ぼくの名前はビリー・エリオット。夢はロンドンのロイヤル・バレエ団で踊ること！
1984年、イングランド北東部の炭鉱町。母を亡くした11歳の少年ビリーは、炭鉱労働者の父に言われ、ボクシング教室に通わされている。ある日、偶然目にしたバレエ教室のレッスンに興味を抱いたビリーは、女の子たちに混ざってこっそりレッスンに参加するようになる。そして彼はウィルキンソン先生によってバレエ・ダンサーとしての才能を見い出され、彼女の指導のもとでめきめきと上達していくが…。



僕がバレエ・ダンサーを夢見てはいけないの？

directed by Stephen Daldry

リトル・ダンサー

デジタルリマスター版

2000年、イギリス、英語・日本語字幕、111分、ドラマ



夢を持つ全ての人に贈る、勇気と感動の青春ドラマの大傑作
最高の1本！と言われた不朽の感動作が23年ぶりにスクリーンに蘇る

© 2000 Tiger Aspect Pictures (Billy Boy) Ltd. - All Rights Reserved

【2000年／イギリス／英語・日本語字幕／111分／ドラマ】

2025年

2月22日(土)

午前の部

10:00~12:00 (9:30開場)

午後の部

14:00~16:00 (13:30開場)

●一席500円 ●5F映像ホール ●WEB予約制 ●各回定員120名

WEB予約制

2月8日(土)0時
予約受付開始



※上映開始後は、ご入場いただけません。※内容変更や中止の場合はHPでお知らせします。また、中止の際は予約者へキャンセルメールをお送りします。

神奈川県立地球市民かながわプラザ

あーすぷらざ

指定管理者：公益社団法人 青年海外協力協会

☎ 247-0007 横浜市栄区小管ヶ谷1-2-1

✉ gakushu@earthplaza.jp

☎ 045 896 2121

<問合せ時間> 9:00-17:00 ※祝日を除く月曜休館

HP・SNSで
最新情報を発信中！

あーすぷらざ

検索

JR本郷台駅
徒歩3分



※イベント開始後のご入場はお断り場合がございます

上映会 — 奇跡の教室 受け継ぐ者たちへ

様々な人種の生徒たちが集まるパリ郊外のレオン・ブルム高校の落ちこぼれクラスに、厳格な歴史教師アンヌ・ゲゲンがやってくる。情熱的な彼女は、生徒たちを全国歴史コンクールに参加するように促すが、「アウシュビッツ」という難しいテーマに彼らは反発する。

ある日アンヌ先生は、強制収容所の生存者を授業に招待する。大量虐殺が行われた強制収容所から逃げ出すことができた数少ない生き証人の悲惨な状況を知った生徒たちは、この日を境に変わっていく。



奇跡の教室

受け継ぐ者たちへ

Once in A Lifetime

©2014 LOMA NASHA FILMS - VENDREDI FILM - TF1 DROITS AUDIOVISUELS - UGC IMAGES - FRANCE 2 CINÉMA - ORANGE STUDIO

【2014年/フランス/フランス語・日本語字幕/105分/ドラマ】

2025年

2月15日(土)

午前の部 10:00~11:50 (9:30開場)

午後の部 14:00~15:50 (13:30開場)

●一席500円 ●5F映像ホール ●WEB予約制 ●各回定員120名

WEB予約制

2月1日(土)0時
予約受付開始



※上映開始後は、ご入場いただけません。※内容変更や中止の場合はHPでお知らせします。また、中止の際は予約者へキャンセルメールをお送りします。

神奈川県立地球市民かながわプラザ

あーすぷらざ

指定管理者: 公益社団法人 百年海外協力協会

〒247-0007 横浜市栄区小管ヶ谷1-2-1

☒ gakushu@earthplaza.jp

☎ 045 896 2121

<問合せ時間> 9:00-17:00 ※祝日を除く月曜休館

HP・SNSで
最新情報を発信中

あーすぷらざ

検索

JR本郷台駅
徒歩3分



※イベント開始後のご入場はお断りする場合がございます