

牛久保東町内会

今年もやいます

ラジオ体操

とき

8月23日(火)~
26日(金) 6:30~

ところ

中川小学校 校庭
(雨天中止)



いつでも、どこでも、だれでも気軽に
できる優れた健康法として定着している
『ラジオ体操!』大人も子どもも、
健康づくりにご参加お待ちしております!
事前申し込みの必要はありませんので、
直接お越しください。

主催・運営

牛久保東町内会・
スポーツ推進委員
吉富・梶井

ついに開校!

つづきでつながる、

つながりから生まれる

まちの楽しみ方。



presentation



fieldwork



network

つづま

active



learning

creative
idea

つながり

issue



カレッジ



roll playing

communication

都筑での暮らしをもっと楽しみたい、
身近な気になる事を楽しく解決したい
入学生（20名）募集中！



応募期限

2016年9月9日（金）

17:00 メール必着



主催：都筑区・studio-L

● つづきつながりカレッジとは？

つづきつながりカレッジは、都筑区での暮らしをより楽しみたい、自分たちが暮らす地域をよくしたいと志を同じくする仲間とともに、暮らしを楽しく、地域を良くする主体的な活動を考え、実現させていくためのプラットフォームです。地域で何か新しいことを始めてみたい方、ご近所のつながりをつくりたい方などが集まり、これからの都筑の担い手として必要なスキルを学びながら、多様な人をつなぎ、＜地域が求めていること＞＜自分のやりたいこと＞＜自分ができること＞をうまく組み合わせながら、地域の課題を解決し、自らの力で暮らす地域をより豊かに、幸せにすることを目指します。



● 授業の特徴

つづきつながりカレッジの特徴は、学生みんなで学び、アイデアを考え、試してみる実践型プログラムです。参加者がそれぞれの得意なことや知識を持ち寄り、ともに学びながら活動を生み出していく、課題解決能力を養います。また、学生同士で意見交換を重ねながら進めるアクティブラーニングを行うことで、様々な人と関係性を築くコミュニケーション能力とアイデア発展力をつけます。カレッジ修了後は、アイデアをもとにチームで活動を実践していきます。そのため、区民と区職員がともに学んだり、実際に地域にでて課題を探ったりしながら授業を進めます。入学生のみなさんに必要なのは、「住んでいる地域をもっと楽しくしたい・良くしたい」という想いと、一歩を踏み出す勇気です。



● 授業スケジュール（予定）

第1回 入学式

日時：10月1日（土）13:00～17:00

場所：区役所6階会議室

「入学式・オリエンテーション」

授業の流れや学生同士の自己紹介など、今後授業を進めていくにあたってのオリエンテーションを行います。また、ゲスト講師による特別講義「まちでの暮らしを楽しむこと、自分たちで変えていくこと」も行います。



第2回

日時：10月15日（土）13:00～17:00

場所：つづきの丘小学校コミュニティハウス

「まちの課題と資源を深掘りし、関係性を探る」

まちの課題をみんなで出し合い、その関係性や根本的な原因を探ります。出てきた課題と資源から、特に気になるテーマを考えます。



第5回

日時：12月10日（土）15:30～17:00

場所：区役所1階研修室および区内

「課外授業：地域で実践！ヒアリングとフィールドワーク」

当日までに、チーム別にまちを探索したり、住民の方にお話を伺ったり、実際に地域にでてスキルを実践してみた後、そこから見えてきたことを共有、今後の取り組みアイデアの企画へとつなげます。



第6回

日時：1月14日（土）13:00～17:00

場所：加賀原地域ケアプラザ

「アイデアのブラッシュアップ」

チームを超えて意見を出し合ってアイデアをブラッシュアップし、地域で実践するためのお試し企画を考えます。





入学式 特別講義！

西川 義信

東京にしがわ大学学長
Chikaba オーナー

多摩 30 市町村をキャンパスに学びで人と地域をつなげる東京にしがわ大学をはじめ、仕事に従事する傍ら自身が住む地域をより楽しく豊かにする活動を実践している西川義信さんから、開講にあたり「まちでの暮らしを楽しむこと、自分たちで変えていくこと」についてお話しいたします。

1977 年に滋賀県甲賀市で生まれ育ち、国立市で妻と2歳の息子と暮らしている。IT 業界で様々な基幹システムの開発に携わる。現在は会社員として医療システムのディレクターを務めながら、「東京にしがわ大学」の学長、国立市でものづくりコミュニティと働き方の実験場である「Chika-ba [ちかば]」のオーナーなど、いくつかの草鞋を履く。明星大学、嘉悦大学、成蹊大学、イベントなどで様々なテーマで講演。裸で浜辺を駆けるそんな息子が愛おしい。



第 4 回目ゲスト講師

三浦 丈典

一級建築事務所
スターパイロット代表

様々な建築の設計に携わりながら、その空間をどのように使うか、まちでどんなく場が必要か、柔軟なアイデアと行動力で様々な企画に関わる「一級建築事務所スターパイロット」代表の三浦丈典さんから、「こっそり、ごっそりまちをかえる」アイデア発想の方法についてお話しいたします。

1974 年東京都生まれ。ロンドン大学バートレット校ディプロマコース修了、早稲田大学大学院博士過程満期修了。建築を学ぶ。2001 年～2006 年までナスカー一級建築事務所、2007 年設計事務所スターパイロット設立。大小さまざまな設計活動に関わる傍ら、最近ではキッズカフェや産後ケア院など新しい建築プログラムの企画にも関わる。「道の駅 FARMUS 木島平」で 2015 年グッドデザイン金賞受賞。著書に「起こらなかった世界についての物語」、「こっそりごっそりまちをかえよう。」など。

第 3 回

日時：11月5日（土）13:00～17:00

場所：区役所 1 階研修室・都筑図書館

「暮らしを楽しくし、まちの課題を解決するヒントを探す」

全国の先進的な事例を、図書館やインターネットを使って収集し、課題解決につながるヒントを探します。



第 4 回

日時：11月26日（土）13:00～17:00

場所：中川西地区センター

「こっそり、ごっそりまちを楽しむアイデアを考える」

ゲスト講師による「こっそり、ごっそりまちを変える」アイデアの発想方法についてお話しいたき、調べた事例や資源、課題をもとに楽しく課題を解決する取り組みのアイデアを、様々な手法で考えます。



第 7 回

日時：2月18日（土）13:00～17:00

場所：都筑地区センターおよび区内

「アイデアをお試ししてみよう！」

チームごとに、検討した取り組みアイデアのお試し企画を実践します。お試し企画をすることで、効果の検証や実現にむけてのハードル、継続性について考えます。



第 8 回 卒業式

日時：3月18日（土）13:00～15:30

場所：区役所 6 階会議室

「卒業プレゼンテーション・活動実現に向けて」

これまでの授業をもとに、地域で取り組みたいアイデアをプレゼンテーションします。また、次年度以降の活動について考えます。



なぜ今開校？



都筑区は、数年で転勤を繰り返す子育て世代が多い地区、自治会加入率が高いが高齢化による孤立や見守りが課題の地区、地域の住民のつながりが低い地区など、区内でも地区ごとに抱える課題や住民の特徴は様々です。そのような中で、自治会や地域活動団体、地区の公共施設等地域コミュニティと一緒に活動し、多様な主体をつなぎ課題解決していく力を持ったまちの担い手が求められています。そこで、平成28年度に開講するつづきつながりカレッジでは、地域で活動する新たな担い手づくりと、様々な団体や人、区の職員がともに学び、課題解決にむけて協働で取り組むプラットフォームづくりとして、全8回程度の授業を実施します。

カレッジ運営：studio-L（スタジオ・エル）

全国で地域に住む人が自分たちの力で課題解決をする力をデザインの力によって支援する「コミュニティデザイン」をフィールドとする会社。パークマネジメントや行政計画の策定、商店街のにぎわいづくりなどのほか、最近では医療、地域福祉、百貨店など、様々な分野に活動を広げている。

<http://www.studio-l.org/>

お申し込み方法：

以下の募集要項をお読みの上、応募方法に従ってご応募ください。
Eメールで都筑区地域振興課地域力推進担当までお申込ください。

募集要項

●入学対象者

- ①都筑区に在住・在勤・在学の方、または都筑区内で活動している方
- ②地域づくりに興味がある方、自分の住んでいる地域をよくしたいと思っている方
- ③メールでの連絡ができる方
- ④原則すべての授業に出席でき、修了後区内で活動してみたい方

●募集人数 20名（応募多数の場合は抽選）

●授業料 無料

●応募方法

以下の項目を記入し、Eメールで件名を【つづきつながりカレッジ】として、都筑区地域振興課地域力推進担当までお申込みください。

- ① 申込者氏名（ふりがな） ② 郵便番号・住所 ③ 年代 ④ 電話番号（平日の日中に連絡のとれる番号）
- ⑤ 所属団体名（何か活動に参加されている方のみ）
- ⑥ 保育（※）を希望の場合：お子さまの氏名（ふりがな）・講座開始時の年齢（当日は区役所から送付する「一時保育利用券」を必ずご持参ください。）・・・希望者多数の場合、抽選あり。
※保育は同室見守り保育です。施設内での講義時間内限定です。
- ⑦ 応募動機・入学に向けての想い（50～100文字程度、なぜ受講したいと思ったのか、これからやってみいたいことなどをお書きください）

注意：「@city.yokohama.jp」のドメイン指定受信設定をお願いします。区からの連絡は原則としてメールで行います。

●申込先 E-mail tz-chishin@city.yokohama.jp（都筑区地域振興課 地域力推進担当あて）

●申込締切 9月9日（金）17:00 まで必着

※ 9月15日（木）17:00 までに連絡がなければ全員受講できます

こうして気付く 身近な人のうつ

～うつサインに気づき、関わるために～

もしあなたのご家族、同僚がうつになったら……。横浜尾上町クリニックの山田院長をお招きして、うつのサインにどう気付くことができるか、どう接したらよいか、お話し頂きます。

日時： 平成 28 年 9 月 9 日（金）
午後 2 時～ ※開場：13 時 30 分～
会場： 都筑区役所 6 階大会議室 （都筑区茅ヶ崎中央 32-1）
（保育スペースはありません）
講師： 精神科 山田 和夫 先生 （横浜尾上町クリニック 院長）
定員： 100 名（事前申込み要）
定員になり次第、締め切りとさせていただきます。
入場料：無料

山田先生のご経歴

2000 年横浜市立大学医学部市民総合医療センター精神医療センター部長、横浜尾上町クリニック院長、東洋英和女学院大学人間科学部教授。日本うつ病学会監事、日本不安障害学会理事、日本外来臨床精神医療学会理事、日本病跡学会理事長など。

主な著書：「うつにならない、負けない生き方」サンマーク出版 2014 年
「図解やさしくわかる不安障害正しく理解し、治療する」ナツメ社 2014 年
「うつのすべてがよくわかる本予防・早期発見・治療」土屋出版 2013 年

申込・問い合わせ：お電話またはファックス
でお申込み下さい。申し込み時にお名前と連絡先を伺います。

都筑福祉保健センター
高齢・障害支援課 障害支援担当

TEL: (045) 948-2348

※当日は、公共交通機関をご利用ください

8号

きっかけマガジン
つづき

縁ジン

つづきえんじん

NEW「縁ジニアの広場」号です。

都筑の市民活動・地域活動情報を

ぎゅっ
と詰め込みました!



「きっかけマガジン・つづき縁ジン」の 紙面が変わりました!

都筑区民活動センターの事業報告が中心だった「縁ジニアの広場」をバージョンアップして、7月と来年1月に「縁ジニアの広場」号を発行します。都筑の市民活動・地域活動のレポートをはじめ、都筑の人や場所の魅力をもっともっと発信します。お楽しみに!

縁ジニアの 広場



生きがい・やりがい・楽しみを見つけ
地域でいきいきと活動する人を
「つづき縁ジニア」と呼びます!

今年も応援します!

平成 28 年度都筑区民活動補助金対象団体が決定しました

都筑区民活動補助金は、地域課題解決を目的として、市民活動団体が

自主的かつ主体的に行う、公益性の高い事業について、運営費の1/2を補助します。(上限は10万円)

応募団体のプレゼンテーション審査会が5月30日に実施されました。

審査の結果、平成28年度の交付団体が決定しました。

それぞれの団体の補助金対象事業の様子は今後の「縁ジン」でご案内します。

団体名	事業名
つづきナビ倶楽部	つづき発見講座パート5
つづきウォーキング & ストレッチクラブ	生涯学習事業一ウォーキングを通して 高齢者の健康維持をはかる
こどもみらいフェス ティバル実行委員会	こどもみらいフェスティバル
つづき図書館ファン 倶楽部	地域コミュニティのハブとして図書 館の魅力を高め、発信する連続講座

うごく

活動の成果を

報告しました!

平成 27 年度合同成果発表会開催

6月11日、区民活動補助金交付団体と、「大人の学級」受講者による事後グループ等が参加し、年間の活動とその成果について発表しました。

コメントターの竹迫和代さんからのアドバイスや、他団体の報告に熱心に耳を傾け、自分たちの活動を振り返る機会となりました。



竹迫さんからの確かなコメント



団体の報告を聞いて感想を伝え合います

【参加団体】

こどもみらいフェスティバル実行委員会・つづきウォーキング&ストレッチクラブ・つづきナビ倶楽部・なないろ・勇気の輪広がるママの会・育児ミュージカル実行委員会・つるっと仲町台運営委員会・孫まごしように運営委員会・畑をやってみよう運営委員会

おめでとうございます



都筑図書館が文部科学大臣賞を受賞!

市民活動団体との協働が高く評価されました

都筑図書館は今年度「子どもの読書活動優秀実践図書館」文部科学大臣賞を受賞しました。

子ども向け図書の貸出冊数の割合が全体の36.7%と高いこと、開館以来図書館に関わる市民グループの組織化を支援し誕生した「つづき図書館ファンクラブ」や「つづきこ読書応援団」などと協働して、おはなし会や読書推進フォーラムを開催したことなどが評価されました。協働した両団体の皆さんの、日頃の熱心な取組みが実を結びました。7月19日(火)には都筑で子どもの読書活動を実践している仲間たちと、受賞を祝う会を開催されます。

お問合せは

fukutomi@tk2.so-net.ne.jpまで(つづき図書館ファンクラブ福富さん)



図書館・ファンクラブ・応援団の代表の皆さん

おじゃましま〜す

vol.6

川和台子ども会で伝統芸能を披露……小泉行正さん

2016年5月15日訪問

川和台子ども会の「新入生を歓迎する会」を見学に行きました。子どもたちにはあまりなじみのない「どじょうすくい」を披露した小泉さん。魚籠(びく)からおもちゃの100万円札やカエル、蛇がでてきてみんな大喜びです。

「もっと見たかった!」「どじょうすくいを踊ってみたかった!」と子どもや大人たちの感想です。

伝統芸能を子どもたちに披露したり、体験してもらうことは、次世代の担い手づくりにつながりますね。



小泉さん(左)と小野さん
45年一緒に活動しています

あなたの活動を 「縁ジン」に!

募集や活動報告をこの広報紙に掲載しませんか?

次回は10月発行となります。記事を掲載したい団体は8月

10日までに区民活動センターまでお申込み下さい。

大人の学級通信



昨年開催したこの講座、課題解決に取り組んだ様子です。
(現在進行中！)

まねぶ

つるっと仲町台運営委員会の場合

地域の子育て支援に関心があり、何か手伝いたいと思っていたので、仲町台地区センターの大人の学級に参加する。

参加

都筑区で実際に子どもと関わる活動を実践している講師の話を聞いて、何が必要なのか、具体的なイメージがもてるようになる。

学習

みんなで共有した地域課題にどのようにアプローチすれば解決に向かうことが出来るか、意見を出しあう。自分たちに出来ることは何か、活動の方向性を決める。

参画と共感

今年度も開催！

9、10月から今年度の大人の学級が始まります。都筑地区センターでは、パラリンピックの種目でもある障がい者スポーツ「ボッチャ」を一般の方が体験する講座、中川西地区センターではボランティア養成講座を予定しています。詳細は広報よこはま8、9月号に掲載されます。お問合せは区民活動センターまで。

区役所や地区センターと協力して、放課後の小中学生と一緒に千羽鶴を折る取り組みを始める。地区センターに来る子どもたちと顔見知りになる。未就園児の親子連れや地元高校生も加わり、多世代交流が進む。みんなで折った千羽鶴を地元バスケットチームの横浜ビーコルセアーズに贈呈。仲間や子どもたちと達成感を味わった。

共有と実行



必勝祈願の千羽鶴を贈りました

大人の学級とは…

地域課題を解決するために地区センターが掲げたテーマの講座を受講することからはじまります。仲間と一緒に学んだあと、課題解決を目指す活動に取り組んでいきます。区役所と地区センターとの協働事業となり、活動補助金が交付されます。

都筑区では区内施設の連携をすすめています

区民利用施設の情報共有と学びの機会

6月20日には「来館者から参画者へ」をテーマに、studio-L 西上ありさ氏による講演ワークショップを開催しました。

秋には施設同士の連携を深めるため情報交換会を行う予定です。このような情報共有や顔の見える関係づくりに取り組むことで、区内の施設で様々な連携事業が生まれています。今年度も複数の施設が、自分たちの持ち味を生かして共催する自主事業を企画中です。どうぞお楽しみに！

「転勤妻のおしゃべりサロン」参加者に聞きました

転勤妻サロンに参加した動機は？

樋口さん：区役所主催の講座で誘われて。
吉田さん：広報よこはまを見て。
穂崎さん：イッツコムのコーナーをみて。



ママたちの応援をしたい！
樋口さん

サロンに参加してご自身に変化はありましたか？

穂崎：友人が出来て外出が増えました！都筑はファミリーが多いので、ひとりで出かけるのは気が重かった。

吉田：今は期限付きの転勤を、目いっぱい楽しもうと前向きな気持ちかな。

都筑の印象はどうでしたか？

樋口：もともと転入者が多かったため地域主催のイベントが多くなじみやすい。
吉田：スーパーが多い。ベビーカーが多い。運動している人が多い。(笑)
穂崎：車が無くて暮らせる便利な街！駅前ですべてそろってる！

地域デビューはすすんでいますか？

樋口：ヘルスメイトの講座を受講して、活動を始めるところ。緑道の保護活動の仲間入りも。
吉田：卓球サークルに入ったら、そこのメンバーから地域のカフェのボランティアに誘われたり。

皆さん着々と地域に溶け込んでいますね。これから都筑に転入してくる人(転勤妻たち)に向けて一言メッセージを。

吉田：転勤妻の肩書はすごく役得。年齢や家族構成が違ってても、悩みを共有できる友達を作れる。

穂崎：サロンに来て友達を作って、都筑の暮らしを楽しんでほしい。

樋口：子育て中、孤立してしまう転勤妻たちの力になりたい。地域のシニアの方と協力して、ママたちが自分の時間を持てるような場を提供したい。

転入してくる方にとって、心強いメッセージありがとうございました。



共感できる友達が大切 穂崎さん(左) 期間限定の暮らしを楽しんで 吉田さん

転勤妻のおしゃべりサロン



転勤で知らない土地に住むことになった転勤妻たちの居場所づくりとして、転勤妻同士の交流を図るサロンを開催中！毎月第3金曜10時～12時に開催中お問合せは区民活動センターまで。

つなげる

緑ジンミーティング お知らせ

7月19日(火) 開催します！(14:00～16:30)
都筑区民活動センターでは、緑ジンミーティング(利用者懇談会)を開催しています。今回は、横浜国立大学国際総合科学部准教授 三輪律江(のりえ)さんをお招きし、グループワークで日頃の活動を振り返り、ステップアップのために何が必要かを話いただきます。区民活動センターに登録している方はもちろん市民活動に興味がある方も参加できます。申込みは区民活動センターまで(メール・窓口)お願いします。たくさんのご参加をお待ちしています。

つづき交流ステーションだより

<http://www.city-yokohama-tsuzuki.net>

「つづきの魅力」

このコーナーでは、季節ごとの花や、知る人ぞ知る都筑の名所を、美しい写真とレポートで紹介しています。まだ知られざる名所がありましたらご一報ください。



info_tsuzuki@freeml.com

※1年間にわたってご紹介してきました「つづき交流ステーションだより」は、今回が最終回となります。つづき交流ステーションの皆さま、ご協力ありがとうございました！

4月

休館日 18、29 日



きっかけマガジン
「つづき緑」7号発行

●グループボックス抽選会

区民活動センターにある活動団体のボックス置き場の利用について、毎年抽選会を実施しています。

●区民活動補助金 受付開始

事業の資金総額の 1/2 まで活用していたいただける補助金です。事業計画についてプレゼンテーションによる審査があります。翌年度に事業報告と成果を発表していただきます。

5月

休館日 3、4、5、16 日

●輝く女性応援プロジェクト

「そろそろ本気の『わたし』始動」

新しく何かを始めるきっかけをつかみたい。本気の「わたし」のライフプランを考えたい女性のための講座です。

6月

休館日 20 日

●施設連携研修会

都筑区内の各施設が専門性や得意分野を活かしつつ、他の施設と連携して事業を行ったり情報交換を行うことが出来るよう、年に 2 回程度会議や勉強会をセッティングします。

7月

休館日 18 日



きっかけマガジン
「つづき緑」8号
「緑ジニアの広場」発行

●緑ジニアミーティング「利用者懇談会」

区民活動センターに登録している皆さんによる利用者懇談会です。区民活動センターの事業報告や、利用者の皆さんからご意見をいただく貴重な機会と同時に登録している皆さんの交流の場として、毎回グループワークを行っています。

9月

休館日 19、22 日

●輝く女性応援プロジェクト Part2

経験やスキルのある女性が地域で力を発揮できるよう、女性のニーズやアイデアをもとに検討し、活動につなげます。

※5 回連続講座

●大人の学級 @都筑地区センター

身近な課題の解決に向けた活動と、同じ思いの仲間づくり推進を目的に、地区センターが掲げたテーマで講座を実施。

パラリンピック種目であるボッチャを体験！

※詳細は広報よこはま 8 月号をご覧ください

10月

休館日 10、17 日



きっかけマガジン
「つづき緑」9号
「特集号」発行

●団体スキルアップ講座 1

団体運営の悩みを解決したい、もっと活動の質を高めたい、自分たちと同じような活動に取り組む人と出会いたいという方には、是非受講していただきたい講座です。

●大人の学級 @中川西地区センター

「学習支援にかかわるボランティア」を養成します。

●フェスタ募集開始

※詳細は広報よこはま 9 月号をご覧ください

8月

休館日 11、15 日

11月

休館日 3、21、23、27 日

●団体スキルアップ講座 2

●フェスタ募集締切

1月

休館日 年始休業、9、16 日



きっかけマガジン
「つづき緑」10号
「緑ジニアの広場」発行

●団体スキルアップ講座 4

3月

休館日 20 日

●区民活動補助金 説明会

次年度の活動補助金についての説明会を行います。

●フェスタ 2017

今年のフェスタは活動団体同士の「つながりづくり」を応援します。

12月

休館日 19、23 日、年末休業

●団体スキルアップ講座 3

●第 1 回フェスタ説明会

2月

休館日 11、20 日

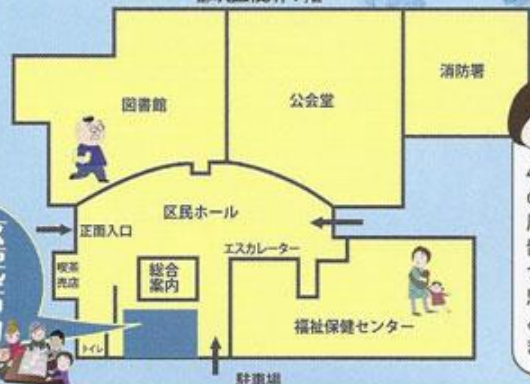
●団体スキルアップ講座 5

●輝く女性フェス

●第 2 回フェスタ説明会

※各事業について、変更になることがあります。

都筑区役所 1 階



新メンバー紹介

はじめまして！

4月から区民活動センターの相談員になりました、川島春子です。皆さまが活動しやすい環境づくりをしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

「チビ子さん」の本音レポート。
「都筑の夏がやってきた！」

チビ子さん

さあ、きょうはどこへ行くか！？
ログハウス！
地区センター！
民家園！
都筑の夏は自然がいっぱい！
遊ぶところいっぱい！



チビ子さんも、実は区民活動センターとして緑ジニアの編集に関わりながら都筑で子育てしている転勤妻のひとり。だんだん都筑ソウになっていく、たくましく育つサポーターさんです！

緑
つづき
緑
つづきえんじん

ひとりの力は小さいけれど、ひとりがひとりとながっていけば、やがて地域を動かすエンジンができます。
「つづき緑(えん)じん」は都筑の力を豊かにする、「人と人がつながる」きっかけづくりをしていきます。

きっかけマガジン「つづき緑(えん)じん」 2016 年 7 月 第 8 号

編集・企画：都筑区民活動センター アートプロデュース：柏崎久恵 (HITAZ)

発行：都筑区役所地域振興課

問合せ：都筑区民活動センター (横浜市都筑区茅ヶ崎中央 32-1 都筑区役所 1 階) 電話 045-948-2237 メール tz-katsudo@city.yokohama.jp



社会福祉協議会だより

中川地区 No.9

2016年6月



「なかなかサロン」へようこそーこれまでに 806 名が参加

地域の方々が気軽に集える場として、平成 26 年度から始まった「なかなかサロン」。以降、今年 5 月末で通算 63 回の開催となり、延べ 806 名が参加されました。身近でお茶とおしゃべりを楽しむ会です。会場は中川地域ケアプラザの他、フォレストパーク、センタープレイスへと広がっています。それぞれ特徴のあるサロンの様子をご紹介します。どなたでも参加できますので、皆さまのお越しをお待ちしております。

中川地域ケアプラザ

年数回開くランチ会が好評で、3 月の会には 33 名が参加しました。民生委員で元プロの料理人が腕を振るう今回のメニューは、ミネストローネ、ポークストロガノフ、デザート。美味しさで大満足の一時でした。



次回の予定は 9 月 28 日です。ご期待ください。

お申し込みは中川地域ケアプラザまで。



この他、港北ガーデンヒルズでは 14 年前からシルバーサロンを開催しており、月 2 回、樺の会と定例会を実施しています。今年 5 月で定例会は 146 回目となり、毎回 35 名前後の参加があります。落語やブコの二胡演奏などプログラムも充実してきています。

センタープレイス

当該マンションだけでなく、お隣の港北センターヒルズや中川中央町内会にも対象を広げています。参加者は 15 名ほどで、ケアプラザへの相談を主体としています。介護施設への関心が高いため、老人クラブ向けの 3 回の講座を企画し、これまでに 2 回開講しました。



フォレストパーク

毎回 10 数名が参加しています。閉会時に 30 分間、呼吸法からイメージを膨らませ、座ったまま行う気功体操が定着しています。



都筑区更生保護バザーで 1,025,935 円の収益

3月5日(土)に都筑区役所・区民ホールで第21回更生保護バザーが開催されました。毎年盛況で今年は400名以上の入場者があり、バザーの収益金は1,025,935円になりました。寄付品を提供してくださった方、購入された方など、多くのご支援に心よりお礼申し上げます。収益金は下記のように使用させていただきましたので、ご報告いたします。

神奈川県薬物乱用防止指導員協議会都筑支部：156,000円
善意銀行(都筑区社会福祉協議会)：200,000円
都筑保護司会：244,000円
都筑区更生保護女性会：289,077円
経費：136,858円



会食会にご参加を!



一人暮らしの高齢者を対象に年3回実施している会食会。2月29日に中川西地区センターで開かれた47回目の会食会には、スタッフを含め68名が参加しました。茶巾寿司弁当と毎回好評の手作り味噌汁をいただき、食後は華やかな淑女グループ「ハーモニーベル」が奏でるトーンチャイムのアトラクションを楽しみました。会食会の参加費は300円で、民生児童委員、保健活動推進員、友愛活動員で運営しています。参加を希望される方は最寄りの民生委員までお声掛けください。



更生保護バザー：都筑保護司会、都筑区更生保護女性会、都筑区連合町内会自治会が主催し、都筑区社会福祉協議会の後援で毎年実施しています。

保護司会は、犯罪の防止と罪を犯した人の更生の手助けなどの活動を行っています。

保護司は、無給の国家公務員で、保護観察官を補佐し、主に、対象者への保護観察や、仮釈放に向けての調整活動を担っています。

社協総会を開催

5月24日にセンター北のJAで中川地区社会福祉協議会の総会が開催され、地域での支えあい活動や福祉活動の充実を目指す28年度の事業計画が決定されました。

32年度までの目標として、①日頃からの関係づくり、②地域で子育てに関わる町づくり、③健康づくりと見守り、の3点を柱とする、中川地区での福祉保健計画の実現にも取り組んでいきます。

役員改選では、千葉征五郎事務局長の後任として佐藤一恵が選任されました。

中川中学校コミュニティハウスコミュニティハウスだより Vol.16-4(07, 20)

〒224-0027 横浜市都筑区大瀬町240 TEL&FAX:(045) 591-3131

ホームページ: つづき区民交流協会/中川中学校コミュニティハウスから、“なか中コミハ情報ページ”へ

今年の夏の思い出に、
ハワイアンで暑さをふきとばそう!!
ご家族やお友達をお誘いの上是非ご参加ください。

★日時: 8月28日(日)15時~16時40分

★場所: 中川中学校コミュニティハウス

★参加費 無料

(当日、ジュース類を販売します)

★募集人員: 50名

(8月1日より募集開始)



★出演者: ハワイアンバンド/Mahana Breeze

フラダンスサークル/ブア マエ オレ

★演奏予定曲:

演奏) マウイガール、鈴懸の径、南国の夜、オールオブミー、他

踊り) ケアラオカロゼ、ナビルビリ、カピリナ、他



先着応募30名様

コカコーラ特製
ボトルプレゼント!

新規購入図書のお知らせ

書名	著者	書名	著者
正義のセ 1	阿川 佐和子	名探偵コナン 89	青山 剛昌
羊と鋼の森	宮下 奈都	銀魂 52、53	空知 英秋
カエルの楽園	百田 尚樹	異常気象の サバイバル 2	ゴムドリ co.
私の消滅	中村 文則	弥生時代のサバイバル	チーム・ガリレオ
希望荘	宮部 みゆき	戦国時代のサバイバル	チーム・ガリレオ
ポイズンドーター・ ホーリーマザー	湊 かなえ	幕末時代のサバイバル	チーム・ガリレオ

NEW

中川中学校コミュニティハウスでは、ホームページから、図書室の蔵書一覧

施設の予約状況など、いろいろな情報が見られるようになりました。

つづき区民交流協会/中川中学校コミュニティハウスから、“なか中コミハ情報ページ”

<http://www.tsuzuki-koryu.org/institution010.html>

詳細裏面→



特定非営利活動法人つづき区民交流協会

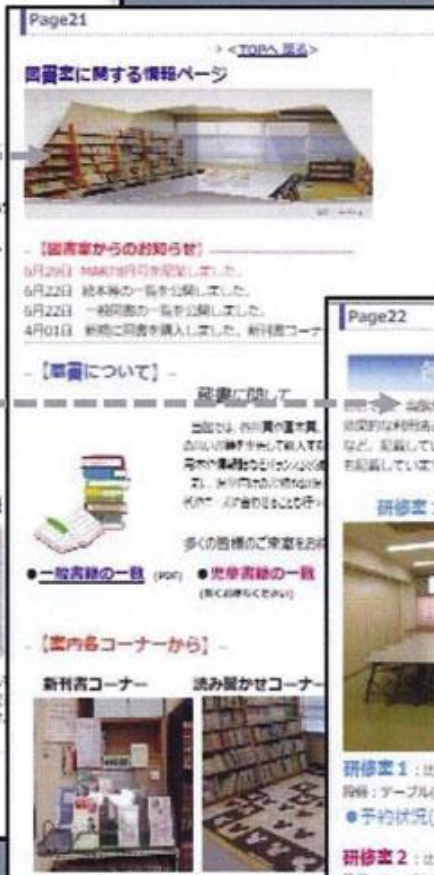
個人所有の図書は、貸出期間満了後、必ず返却してください。返却時には、破損の有無を確認させていただきます。破損した場合は、修理費を請求させていただきます。また、盗難や失窃の場合は、賠償責任を負っていただきます。ご了承ください。

中川中学校コミュニティハウス 情報ページのご案内 《PC、スマートフォン》

トップページ '中川中学校コミュニティハウス'で検索
(<http://www.tsuzuki-koryu.org/cgi-bin/ins010news/ins010news.cgi#39>)



①画面をクリック又はタップ



②画面をクリック又はタップ

③同操作

- ①ツイッター(中川中学校コミュニティハウス公式アカウント)にリンク
ここでは、コミハのイベントのみでなく、コミハに寄せられる豊富な地域のイベント他の情報を発信しています。
- ②図書室に関する情報ページにリンク
ここでは、新規購入はもとより、蔵書一覧(下図)など、図書室の利用に役立つ情報を掲載しています。
- ③施設の利用にあたってのページにリンク
ここでは、施設の紹介やそのかつように向けた情報、そして、各施設の予約状況(右図)が確認できます。



7月		研修室 1		
日付	曜日	午前(9:00~13:00)	午後(13:00~17:00)	夜間(17:00~21:00)
1	1金	休館日		
2	1土			
3	1日			
4	1月	バドエ		大器クラブ
5	1火	休館日		
6	1水	Mary's room		
7	1木		さつき会	
8	2金	休館日		
9	2土			
10	2日			
11	2月	バドエ	バドエ	大器クラブ

空白の時間帯が空いています

登録番号	著者名	書名	出版社	備考
929	村上春樹	アノ other stories	講談社	
2091	Jamais Jamsis	アノ 1 愛の目録の放物書	文芸春秋	
909	向田邦子	あーん	文芸春秋	
2166	宮田裕子	あーん、あーん	集英社文庫	文庫
450	阿川佐和子	あいつはこう行く	集英社	
514	阿川佐和子	あいつはこう行く	集英社	
186	大宮俊男	愛犬遊び方カラー図鑑	西京社	
1614	藤田宜永	愛さずにはいられない	集英社	
552	藤田宜永	あいさつ・スピーチと手紙の事典	講談社	
712	瀬戸内政経	愛読 下	講談社	
711	瀬戸内政経	愛読 上	講談社	
1155	桂木誠	愛読の町に暮らすのだ 上	新潮文庫	文庫
2766	平野レミ	愛読おかしな全集	講談社	
2172	向井愛紀	愛読おかしな全集	講談社	
913	村上春樹	愛と幻想のファシズム 上	講談社	
914	村上春樹	愛と幻想のファシズム 下	講談社	
406	辻仁成	愛の永遠の青い空	幻冬舎	
493	渡辺淳一	愛ふたたび	幻冬舎	
597	明野生	アウト・ロスト	講談社	

主な内容を上に記しましたが、その他、まだまだいろいろなコンテンツがたくさんあります。是非、ご自宅のパソコンから、またスマートフォンからご利用下さい。

問合せ: 中川中学校コミュニティハウス事務局 591-3131

中川地域ケアプラザ☆新聞

8月号

28年7月20日発行



知って安心講座 ～終活パート3～ 高齢期の住まいの選び方



日時：9月27日(火) 13時～16時30分

内容/場所：前半 講座「高齢期の住まいの選び方」

講師 介護施設研究所 齋藤 弘毅氏

中川地域ケアプラザ 多目的ホール

後半 施設見学「サービス付き高齢者住宅」

見学予定施設 ソンパナールたまプラーザ
(たまプラーザ駅から徒歩5分)

*前半のお話を聞いた後、電車で移動し施設見学をします。
見学後、現地で解散します。

定員：20名 *応募多数の場合、中川地域包括支援センター
一担当地区(※)の方を優先させていただきます。

※あゆみが丘・牛久保町・牛久保・牛久保西・牛久保東・大槻町・
大槻西・中川・中川中央

参加費：無料(交通費参加者負担)

申込み：8月16日(火) 10時より電話・窓口にて

横浜子育て サポートシステム

出張
入会説明会!

「子供を預かって欲しい人」と、「子供を預かれる人」
が会員として登録し、地域ぐるみで子育てを応援し
ています。

8月27日(土) 10:30～11:30

場所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

利用会員：横浜市内在住で、生後57日以上から小学校
6年生までのお子さんがある方

提供会員：横浜市内在住で、子育て支援に熱意と理解
があり安全に子どもを預かることができ
る満20歳以上の健康な方

主催：都筑区子育て支援センターポプラ

問い合わせ・申込み

横浜子育てサポートシステム都筑区支部
(都筑区子育て支援センターポプラ内)

TEL 045-912-5157

お気軽に



毎年恒例!夏の特別講座

笑って元気に夏を乗り越えよう



慶応義塾大学 落語研究会

慶応学生による落語です

日時：8月23日(火) 13時30分～15時

場所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費：無料 対象：地域の方ならどなたでも

申込み受付中!当日参加も大歓迎です!

健康麻雀初心者講座

日時：9/5(月)、9/14(水)、9/19(月)、
9/28(水) 10/3(月)、10/12(水)、
10/17(月)、10/26(水) 11/7(月)、
11/9(水)、11/21(月)、11/23(水)
10:00～12:00 全12回

場所：中川地域ケアプラザ 地域ケアルーム

募集人数：8名 参加費：¥200/1回

協力：子雀会・風の会有志

対象：・麻雀初心者で55歳以上の方
・中川地域ケアプラザ担当地域内在住の方
・全日程参加可能な方を優先
・独居の方を優先

(あゆみが丘・大槻町・大槻西・牛久保・牛久保町
牛久保西・牛久保東・中川・中川中央)

申込方法：8/10(水) 10:00より
来館または電話にて受付

★申込者多数が見込まれるため、後日当選
の方へこちらからご連絡いたします。

★お一人で複数の申し込みはご遠慮下さい。

★健康麻雀ボランティアが指導致しますので、
ご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。



＋ 救急法について、学びませんか?? ＋

9月10日(土) 13:00～14:30

場所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

参加費：無料 定員：先着30名

対象：救急法や応急処置に興味ある方

講師：長部照義氏(日赤 救急法指導員)

申込み：8月5日(金) 10時より電話か窓口

(社福)若竹大寿会 横浜市中川地域ケアプラザ

☎045(500)9321 地域包括支援センター衣袋・玉城・榎村/地域交流小西・代・宇賀神/生活支援井澤

HP：<http://www.nakagawa-c-waka.jp/>

休館日：毎月最後の日曜日(全館清掃点検日)

開館時間：9:00～21:00(日曜祝日：～17:00)

〒224-0001 都筑区中川 1-1-1

担当地区 大槻町・大槻西・牛久保東・牛久保西
牛久保・牛久保町・中川・中川中央・あゆみが丘

中川地域ケアプラザ イベントカレンダー

★地域 ◆高齢 ☆障がい ☆子育て 講座+ 受付日 申込 定員 参加費 対象 持ち物



日差しが暑いこの時期こそ、早起きをして子供たちと一緒にラジオ体操はいかがでしょう？
第1の体操は老若男女を問わず誰でもできることにポイントを置いた体操です。また、第2は
身体を鍛えた筋力を強化することにポイントをおいています。ぜひチャレンジしてみましょう！

月	火	水	木	金	土	日
1 貸館抽選日 9:30 	2 ★つるし雛を 作ってみませ んか？ 9:30~	3 ★HIPHOP ダン スを踊っちゃ おう10:00~ ★たこおじさ んの不思議な 工作「万華鏡」 14:00~	4 ★みんなで楽 しく絵を描こ う 9:30~	5 8/2~8/4 までは余暇 支援事業を 開催してい ます！！ 講座 申込 定員 対象 持ち物	6 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~ ★親子でスクラ ップブック 10:30~ 13:30~ 	7
8 申込 高齢期の 住まいの 選び方	9 申込 健康麻雀 初心者講 座申込開 始	10 ★なかなか サロン 13:00~ 参加	11 ★傾聴サロ ン You & Me 13:30~ 参加 対象	12 申込み先 こころ野 947 -0080	13 ★昔懐かし ラジオ体操 10:00~	14
15 	16 ★親子で楽 しむお話し会 10:30~ ★介護者の つどい 対象 13:30~	17 ★うたのWA 13:30~ 申込 定員 参加	18	19 申込み先 ポボラ 912 -5157	20 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	21
22	23 ★笑って元気 に(落語) 13:30~	24 ★なかなか サロン 13:00~ 参加	25 ◆健康麻雀 サロン 12:30~ 申込 定員 参加	26 ★ママと赤ちゃ んの健康講座 申込 定員	27 ★子育てサポ ートシステム 出張説明会	28 全館 清掃日
29	30 ★ママと赤ちゃ んの健康講座 申込 定員	31 				

情報ラウンジ作品展のご案内

8月2日(火)~8月20日(土)

水彩画サークル さくら草 作品展

地域の仲間と自由楽しく、感じたままに
描いた水彩画を展示いたします。
是非お立ち寄りください。



お問い合わせ・お申込み

☎045(500)9321



おはなし会にあそびにきてください！

8月のおはなし会は..

8月25日（木）

11:30～11:50



8月のおはなし会の流れ

大型絵本とリズム遊びを中心に
参加者のみなさんと楽しい時間
を過ごしたいと思います！

ぜひ遊びにきて下さいね！！

0さいのお子さんから楽しめますので
ぜひご参加下さい！！



おはなし会

毎月第四木曜日 11:30～11:50

対象：未就学児とご家族

社会福祉法人 同委会

つづき地域活動ホーム くさぶえ

〒224-0014 横浜市都筑区牛久保東1-33-1

電話 045-590-5778



からだにやさしい

温熱療法を体験しませんか？

8月28日（日）

場所 くさぶえ1F 地域交流室

イトオテルミー療法って？

ぬくもりと刺激を与えることで、
疲労回復・健康増進を図る温熱療法。
専用の冷温器で身体の表面を摩擦します。

※副作用がなく、医薬品との併用も差し支えありません

※薄手Tシャツ着用で温熱療法を受けていただきます

体験時間

- ① 13:30～14:00 2組
- ② 14:00～14:30 2組
- ③ 14:30～15:00 2組
- ④ 15:00～15:30 2組

*裏面に申込書があります

参加費200円

子どもは無料

お子さんと一緒でも、大人ひとりでもOK

保育者2名で対応します

助産師さんが出産の際にテルミーを
使用したりしています！

がんばっている自分に
プチごほうびとして、
リラックスしませんか？



締め切り

8月14日（日）まで

応募多数抽選

つづき地域活動ホーム くさぶえ

地域交流事業担当 今平・吉田・松元

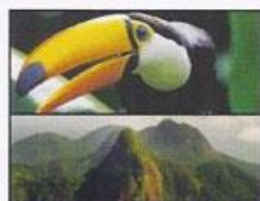
〒224-0014 横浜市都筑区牛久保東1-33-1

電話 045-590-5778 Fax 045-590-5779

かんきょう えい が じょう えい だい ぼう けん
 ☆ 環境映画上映 アマゾン大冒険
 ～世界最大のジャングルを探検しよう！～

～映画あらすじ～

ペットとして少女に飼われていたフサオマキザルの子猿“サイ”は、ある日ジャングル・アマゾンに迷い込んでしまう。果たしてサイは、ジャングルを無事生き抜き、飼い主の少女と再び出会うことができるのか！？



☆ 映画に関する環境講座

東京都市大学ISO学生委員会



せんせい こうざ
 ☆ らんま先生によるエコ講座

テレビでも活躍されている環境パフォーマー「らんま先生」による、地球(環境)科学へのメッセージを込めた知的体験型パフォーマンスをご覧ください！

かんぱつざい
 ☆ 間伐材のゆくえ

身近な存在、だけどあまり知られていない間伐材の秘密に迫ります！



東京都市大学
環境学部長
吉崎 真司教授



希少野生生物のパネル展示

提供:WWFジャパン



間伐材を使った
クラフト作成コーナー



都筑図書館で環境に関する本を展示します！

9月8日(木)から9月18日(日)

※くわしくは都筑区HPで！

つづき エコ活

検索

【日時】平成28年9月18日(日) 午後1時から午後4時(受付12時30分)

【場所】都筑区総合庁舎6階大会議室 ※参加費無料、事前申込み不要

○主催:都筑区役所区政推進課 ○協力:東京都市大学、横浜市温暖化対策統括本部

○後援:公益財団法人世界自然保護基金ジャパン(WWFジャパン)



お問合せ先: 都筑区区政推進課企画調整係 Tel045-948-2227/Fax045-948-2399

親子で楽しむ環境講座
 おやこ たのかんきょうこうざ

パソコンやスマホなど、 インターネット利用時のトラブルが多発!

アダルト情報サイトのワンクリック請求など、「デジタルコンテンツ」の相談は、高齢者も含めあらゆる世代で第1位、年々増加しています。

- パソコンでうっかりアダルト動画をクリックしたら、登録料を請求され画面から消えない。
- 「動画利用料金の未払いがあります。本日中に連絡がなければ、法的手続きに移行します」という身に覚えがないメールがスマートフォンに送られてきた。

架空請求メールはもちろん、登録の「承諾」確認をしていないサイトは、契約が成立していないので、料金を支払う必要はありません。

慌ててメールや電話をしてしまうと、個人情報を知らせてしまうことになるので、ご注意ください。



電車内等の痴漢に注意！

～ 許すな痴漢～

◎ 混んでいる電車に注意！

- ☆ 乗車位置に気をつけましょう。ホームでは階段付近、車内ではドア付近等、混雑するところは避けましょう。
- ☆ なるべく女性専用車両を利用するようにしましょう。



◎ 痴漢に遭ってしまったら

- ☆ カバン等でブロックする。
- ☆ 「やめて！」とはっきり意思表示をする。
- ☆ 防犯ブザーを鳴らすなど、周囲に助けを求める。
- ☆ 触っている手を捕まえる。

◎ 届出のポイント

- ☆ 何駅と何駅の間だったか？
- ☆ 何駅で乗った何時何分発
どこ行き電車か？
- ☆ 犯人の袖口の柄、時計の特徴は？
- ☆ 犯人の人相は？（誰かに似ているか？）
～落ち着いて可能な限り把握しておく～

我慢したり、対策をとらない
でいると…
どんどんエスカレートします！



◎ 盗撮されないために…ちょっと注意！

- ☆ 短いスカートをはいている時は、注意してください。
- ☆ 足元の不審なカバンなどに注意してください。
カバンや紙袋の中にビデオカメラ等を隠し、スカート内を盗撮するケースがあります。

被害に遭ってしまったら駅員、又は警察に届けましょう。

神奈川県警察



都筑女性安全ニュース

平成28年5月13日
都 筑 警 察 署
生 活 安 全 課

女性を狙ったわいせつ事案が発生！

～あなたも狙われています～



夜間、一人で歩いていた女性に対するわいせつ事案が発生しています。「自分は大丈夫！」という考えから被害に遭うことも少なくありません。わいせつ事案から身を守るために、正しい防犯知識を身につけましょう。

◎ 防 犯 の ポ イ ン ト ◎

- ☆ 帰宅するときは、明るく人通りの多い道を通り、後をつけてくる不審な人はいないか注意を払いましょう。
- ☆ 深夜に帰宅する場合は、家の人に迎えに来てもらうなど、一人歩きはできるだけ避けましょう。
- ☆ 音楽を聴いたり、携帯電話機で通話やメールをしながら歩くことは、周囲への警戒心が薄れるのでやめましょう。
- ☆ いざという時のために、防犯ブザーを使える位置に付けましょう。



最近女性を狙った犯罪が増加傾向にあります。
上記のポイントを実践してください。
自分の身は自分で守ることが大事です！！



生活安全ニュース



振り込め詐欺被害が増加！

被害額 **19億円超え**

振り込め詐欺被害発生状況

(平成28年1月～6月30日まで)

神奈川県下発生状況

- ・発生件数 566件 (昨年 + 151件)
- ・被害額昨年比 + 約8億円

都筑区発生状況

- ・発生件数 1件
- (振り込め詐欺の電話は都筑区内も多くかかっています)

被害防止のポイント

犯人は、「息子、孫、銀行、役所、警察官」等々...
になりすまして様々な手口で電話を掛けてきます。

電話で**お金**の話が出たら、

それは**詐欺**です！

必ず、家族や親族に相談し、一人で判断しないこと！
そして警察に連絡をお願いします！

★ **地域のみなさんの目**が一番の**防犯**です！！ ★

都筑警察署 生活安全課 045-949-0110

生活安全ニュース



自転車盗難に注意！！

都筑区内の自転車盗発生状況（H28.6.30現在）

発生件数 167件（前年比＋6件）

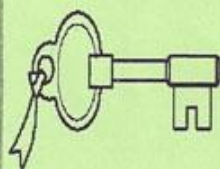
被害の半分以上が、鍵をかけずに駐輪し、盗難の被害に遭っています。

マンションや自宅敷地内であっても油断せず、自転車を駐輪する際は、短時間でも必ず鍵をかけましょう！

買い物時にも注意してください。

大事な自転車です。ご家庭でも、お子様には自転車に鍵をかける習慣を身につけるようご指導ご協力をお願いします。

どんな時でも**カギを（ダブルロック！）**
駐輪場でも**カギを（ダブルロック！）**



自転車泥棒は犯罪です！



★地域のみなさんの目が一番の**防犯**です！！★

不審な人物や車両を見かけたら警察へ連絡をお願い致します。

都筑警察署 生活安全課 045-949-0110