

第11号

さかえすた

SAKAESTA さかえすた

本郷地区センター・本郷台駅前地域ケアプラザ



# SAKAESTA News

発行日 令和6年10月1日  
発行責任者 館長 柴田 眞紀

区連会承認番号 267号

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

## SAKAESTAフェスタ 2024

2024年11月17日(日) 10時~15時

工作・体験

飲食販売

作品展示

クイズラリー

ステージ

映画

詳細は  
館内のチラシや  
HPをご覧ください  
(10月頃掲載予定)



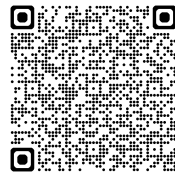
お子様から大人までお楽しみいただけます。  
ご来館お待ちしております。



### 栄区地域福祉保健計画「さかえ・つながるプラン」

「さかえ・つながるプラン」は、誰もが安心して自分らしく健やかに暮らせる地域社会の実現を目指し、地域住民、関係機関、事業者、公的機関等が福祉保健などの地域の課題解決に協働して取り組み、身近な地域の支え合いの仕組みづくりを進める計画です。

「地区別計画」は連合町内会7つの地区で策定しています。各地区が意見交換しながら、福祉保健の課題や目標を設定し、課題解決のために地域で取り組む内容をまとめました。右のQRコードで各地区のプラン動画をご覧ください。

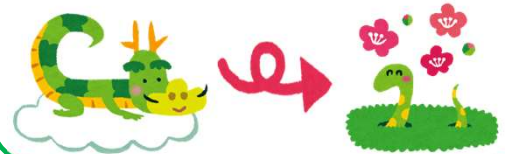


(横浜市ホームページより)

### 年末年始休館日

2024年12月29日(日)  
~2025年1月3日(金)

年始の追加申込抽選会は  
1月5日(日)です



#### ◆お問い合わせ◆

電話：045-392-5157  
FAX：045-392-5183

〒247-0007  
横浜市栄区小菅ヶ谷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・振替休日にあたるときには その翌日  
年末年始(12月29日から1月3日)



9月は世界アルツハイマー月間でした

驚かせない

否定しない

## 世界アルツハイマーデーをご存じですか？

～世界では、**9月21日**を《世界アルツハイマーデー》とし、この日を中心に **認知症の啓蒙活動**が行われています。～  
ケアプラザでも9月を認知症月間とし、認知症の理解を育む活動に取り組みました。



本郷台駅前地域ケアプラザでは、本郷地区センターご利用の方にも、認知症に関する情報発信できる取組みとして、図書スペースに認知症関連の書籍コーナーを作りました。この取組みは昨年度から実施しており、この1年で、多くの方に見ていただくことができました。

図書スペースに認知症関連のコーナーを設置

自尊心を傷つけない

急がせない

## 活動・発見！ 地域の活動紹介コーナー ～素敵な活動がいっぱい～ 第1回：桂公田おしゃべりサロン

「桂公田おしゃべりサロン」は、桂公田町会女性部の皆様が中心となり、「私たちの町にも、住み慣れた地域に、気軽に集える場を作りたい」という思いから、2003年にスタートし、昨年20周年を迎えた月1回開催されている「おしゃべりサロン」です。

毎回、約30名ほどの高齢者の方が集まり、体操やレクリエーションで身体を動かし、福笑い、クリスマス会など季節の行事を楽しみ、おしゃべりで笑顔になる素敵な活動です。桂公田町会と椎郷台自治会の会員の方で、まだ参加されていない方は、一度サロンをのぞいてみませんか？

気軽にご参加ください



- (開催日時) 毎月第3月曜日 10:00～12:00  
ただし、第3月曜日が祝日の場合は翌日
- (開催場所) 桂公田町会会館
- (参加費用) 100円 (お茶とお菓子費用)
- (対象) 桂公田町会・椎郷台自治会会員の方
- (その他) 申し込みは必要ありません。






# 10月イベントカレンダー

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







日	月	火	水	木	金	土
		<b>1</b> 楽しく作ろう バルーンアート みんなで地域デビュー	<b>2</b> 楽習教室	<b>3</b> 子育て相談 あそびっこ	<b>4</b> 手しごとクラブ	<b>5</b> パソコン活用講座
<b>6</b> 全身トレーニング で健康づくり 懐かしの昭和歌謡 青春の昭和歌謡	<b>7</b> 健康🏊ボール ウォーキング教室 (登録制) キグちゃんの親子で 遊ぼ(0歳児)	<b>8</b> 秋の夜長の アロマストレッチ	<b>9</b> 楽習教室	<b>10</b> 子育て相談 あそびっこ	<b>11</b> 	<b>12</b> 権利擁護相談会 パソコン活用講座
<b>13</b>	<b>14</b> 全身トレーニング で健康づくり	<b>15</b> 家族介護者 のつらい 楽しく作ろう バルーンアート みんなで地域デビュー	<b>16</b> 楽習教室	<b>17</b> 子育て相談 あそびっこ	<b>18</b> 手しごとクラブ	<b>19</b> キグちゃんとパパの 子育て大作戦
<b>20</b>	<b>21</b> 休館日	<b>22</b> 	<b>23</b> 子育て喫茶「げんき」 ハロウィンイベント 楽習教室	<b>24</b> 子育て相談 あそびっこ	<b>25</b>	<b>26</b>
<b>27</b> 栄おもちゃ 病院 団体交流会 区民活動センター 利用者説明会	<b>28</b>	<b>29</b> 楽しく作ろう バルーンアート みんなで地域デビュー	<b>30</b> 楽習教室	<b>31</b> 子育て相談 あそびっこ さかえすたハロウィン		さかえすたのHPです♪ イベント情報もここから 見られます!!

# 11月イベントカレンダー

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

日	月	火	水	木	金	土
※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。		11/1~12/6 栄区民利用施設スタンプラリー			<b>1</b> 手しごとクラブ	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>4</b> 健康🏊ボール ウォーキング教室 (登録制)	<b>5</b>	<b>6</b> 楽習教室	<b>7</b> 子育て相談 あそびっこ やってみようフレイル チェック(運動)	<b>8</b> 手しごとクラブ	<b>9</b>  パソコン・スマホ 無料相談会
<b>10</b> 懐かしの昭和歌謡 青春の昭和歌謡	<b>11</b> キグちゃんの親子で 遊ぼ(1歳児)	<b>12</b>  やってみようフレイル チェック(口腔)	<b>13</b> 楽習教室	<b>14</b>  子育て相談 あそびっこ	<b>15</b>	<b>16</b> フェスタ準備の ため貸室利用 できません
<b>17</b>  SAKAESTA フェスタ	<b>18</b> 休館日	<b>19</b>	<b>20</b> 楽習教室	<b>21</b> 子育て相談 あそびっこ	<b>22</b>	<b>23</b>
<b>24</b> 栄おもちゃ病院 住まいの修繕教室 ~包丁の研ぎ方~	<b>25</b> 	<b>26</b>	<b>27</b> 楽習教室	<b>28</b> 子育て相談 あそびっこ	<b>29</b> 	<b>30</b>

12月イベントカレンダー

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





日	月	火	水	木	金	土
1	2 健康🏃ポールウォーキング教室(登録制) 料理講座(クリスマス料理)	3 	4 楽習教室	5 子育て相談あそびっこ	6 手しごとクラブ	7
8	9 ひびけ! 歌声の丘 キグちゃんの親子で遊ぼ(2歳児)	10	11 楽習教室	12 子育て相談あそびっこ	13	14
15  クリスマスJAZZライブ	16 休館日	17	18 楽習教室	19 子育て相談あそびっこ	20 手しごとクラブ	21
22 栄おもちゃ病院	23	24 	25 子育て喫茶「げんき」クリスマスイベント 楽習教室	26 子育て相談あそびっこ	27	28
29 ←	30 12/29(日)~1/3(金)まで休館	31 ←				さかえすたのHPです♪ イベント情報もここから見られます!!

1月イベントカレンダー

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

日	月	火	水	木	金	土
※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。			1 ←	2 ←	3 ←	4 ←
5	6 健康🏃ポールウォーキング教室(登録制) キグちゃんの親子で遊ぼ(0歳児)	7	8 楽習教室	9 子育て相談あそびっこ	10 手しごとクラブ	11
12	13	14	15 楽習教室	16 子育て相談あそびっこ	17 	18 パソコン・スマホ無料相談会
19 懐かしの昭和歌謡 青春の昭和歌謡	20 休館日	21	22 楽習教室	23 子育て相談あそびっこ よこはまシニアボランティアポイント登録研修会	24 手しごとクラブ 【ブラッシュアップライブ講座】ファンケルによるハンドケア講座	25
26 栄おもちゃ病院	27 	28	29 楽習教室	30 子育て相談あそびっこ	31 【ブラッシュアップライブ講座】ロスフラワーを使った作品作り 	



## 10月の新着図書

※新着図書の内容は変更になる場合がございます。新着本は一人一冊です。

	書籍名	著者
1	白鳥とコウモリ 上	東野 圭吾
2	白鳥とコウモリ 下	東野 圭吾
3	夜明けのすべて	瀬尾 まいこ
4	成瀬は信じた道に行く	宮島 未奈
5	いいひとやめました	ふかわ りょう
6	競争の番人	新川 帆立
7	おうちで楽しむためのアフタヌーンティーLesson	安達 由香里
8	書いてはいけない	森永 卓郎
9	まず、ちゃんと聴く	櫻井 将
10	プロの手抜き和食 阿部ごはん	阿部司/著 効コカマ/料理
11	プロの手抜き和食 阿部ごはん2	阿部司/著 効コカマ/料理
12	あしたへのまわり道	梅田 俊作・梅田桂子/作
13	カイト	石川 えりこ
14	すこしとおくへ	おおちくにひろ/作 きくち ちき/絵
15	なすこちゃんとねずみくん	堀米 薫/作 こがしわ かおり/絵
16	ちきゅうのかいだん	松岡 たつひで
17	のせてくださいな	みやけ ゆま
18	おばけのかわをむいたら	たなか ひかる
19	しりながおばけ	たなか ひかる
20	イヌワシつかいのエルジャン	イチンノロブ・ガンバートル

## ☆☆☆☆☆☆☆☆ おすすめ講座 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

### SAKAESTAで合言葉は「ハッピー・ハロウィン」



仮装するとお楽しみが増えるかも？

- ◆日時：10月31日（木）  
10時00分～16時00分
- ◆定員：小学生まで（先着150人）
- ◆申込み：不要、直接さかえすたへ！！

### キグちゃんの親子で遊ぼう(1歳児)

木暮先生と遊びながら学びましょう！

- ◆日時：11月11日（月）  
10時30分～11時30分
- ◆定員：1歳児親子10組（先着順）
- ◆申込み：10/13(日)10時～電話・窓口

■活動団体の会員募集や人財バンク登録者の紹介等を掲載しています。

## 人財バンク登録団体紹介

## オカリナ アンサンブル おかいな・どるちえ



透明感のあるやさしい土笛の音色に魅せられ、2007年アンサンブルを結成した5人組です。今年で結成17年目を迎えました！音程を合わせるのが難しい楽器ですが、5人のハーモニーが響いた瞬間が最大の喜びですと話されました。

「人財バンク」にご登録頂き、地域の音楽祭や自治会サロン、様々な施設等の演奏ボランティアで活躍中です。

『リクエストにもできるだけ応えます！』と、懐メロや季節の歌も演奏してくれるホスピタリティあふれる素敵なグループです♪

「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。お気軽にお問い合わせください。

今年も出演予定です！  
11/10（日）  
栄区民芸術祭 器楽の祭典  
リスホールにて



## 【団体交流会のお知らせ】

スポーツ吹矢をとおして、楽しく交流しませんか？

栄区で活動中の団体の皆様にお集まりいただき、情報交換やつながりを深める交流の場を持ちたいと思います。皆様のご参加をお待ちしております！

- 協力団体：栄・すいふうの矢（人財バンク登録者）  
栄区内で活動するスポーツ吹矢団体です♪



- 日時：10月27日(日) 9時30分～11時30分
- 場所：SAKAESTA大会議室 参加費：無料
- 申込：9月19日(木)10時～電話・来館
- 対象：栄区で活動中の団体（1団体2名まで）
- 定員：先着18名

【令和7年度向け】

## さかえ区民活動センター 利用者説明会のお知らせ

区民活動センターの年間優先予約（会議室2）グループBOX、本郷台駅前駐輪場スポット、SAKAESTAギャラリーの申込方法等を説明いたします。

- 日時：10月27日(日) 11時30分  
(団体交流会終了後～)
- 場所：SAKAESTA大会議室
- 対象：さかえ区民活動センター登録団体
- 事前申込：不要
- 申込用紙一式は10月27日午後から、窓口でも配布予定



## ◆本郷台駅前駐輪場展示スポット

- 10月5日～18日【亜蒼会】タイルモザイク
- 10月19日～11月1日【大槌を応援する会】デコ鮭
- 11月2日～15日【本郷ふじやま公園】  
体験教室の作品・竹細工・絵手紙等
- 11月16日～29日【一水クラブ】水彩画
- 11月30日～12月13日【Yumeクロスステッチ】刺繍
- 12月14日～12月27日【irodorinote】  
ディンプルアート 等
- 12月28日～1月10日【栄区書道協会】新春書・篆刻

※都合により、展示団体が変わる場合があります。



## 栄区民利用施設スタンプラリー

～スタンプでつなぐ SAKAEる未来～  
充実した毎日を過ごすため、身近な施設に行ってみよう♪台紙を手に入れて、スタンプを集めると景品がもらえます！

実施期間：11月1日(金)～12月6日(金)  
スタンプ設置場所：区内11施設  
(さかえすた、栄図書館、栄公会堂、  
地区センター、コミュニティハウス 等)

スタンプラリーの詳細は10月下旬頃から  
区民利用施設で配布するチラシをご覧ください。

