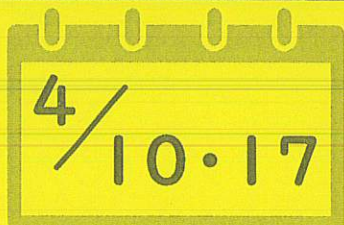


2025年度  
大人のための

Thursday Cinema

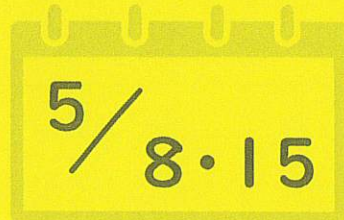
# 木曜上映会



## 「いわさきちひろ」

日本を代表する童画家の波瀾万丈の人生と、権利確立に尽力する生き様に迫る。

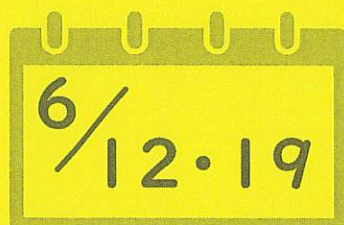
【2012年／日本／日本語／96分／ドキュメンタリー】



## 「バオバブの記憶」

セネガルの小さな村で、少年の生活を通して自然との共存を探る。

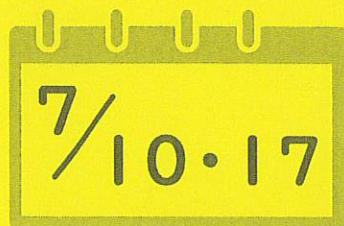
【2009年／日本／日本語字幕あり／100分／ドキュメンタリー】



## 「オロ」

6歳でチベットから亡命した少年が、生きる道を探し求める姿を追う。

【2012年／日本／日本語字幕あり／150分／ドキュメンタリー】



## 「ひろしま 石内都・遺されたものたち：things left behind」

広島を被爆をテーマにした写真展示会の準備の様や、観客の反応を一年以上にわたって追う。

【2012年／アメリカ／日本語／133分／ドキュメンタリー】



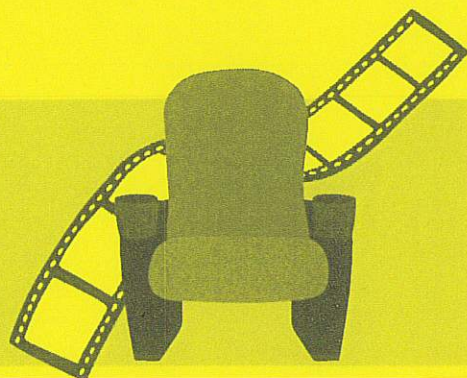
時間 13:30開場、14:00上映開始

会場 あーすぷらざ 5F映像ホール

定員 120名(当日先着順)

対象 どなたでも

参加費 無料



※1.上映作品は、映像ライブラリー所蔵の視聴用作品の為、キズ等により再生ができなくなった場合、予告なく上映作品を変更いたします。最新情報はHPでご確認ください。※2.上映開始後のご入場はお断りする場合がございます。



長谷川初範

朗読

Hatsunori  
Hasegawa



Photo: © Akira Muto

宮谷理香

ピアノ

Rika  
Miyatani

好評販売中!

手紙 ショパンからの

朗読とピアノによるノスタルジア

ピアノの詩人フレデリック・ショパンが  
仲間に向けて送った手紙。  
その手紙をもとに  
実力派俳優 長谷川初範と  
ピアニスト宮谷理香が紡ぎ出すショパンの生涯

Chopin

2025 5/31 [土] 14:00開演 (13:30開場) \*約2時間 (休憩あり)

出演 長谷川初範 (朗読)、宮谷理香 (ピアノ)

プログラム 「ショパンからの手紙」朗読 × ピアノ

ワルツ第13番Op.70-3、スケルツォ第1番Op.20、  
革命のエチュード、別れの曲、ピアノ協奏曲第1番、第2番より  
後半:スペシャルトークセッション 長谷川初範 × 宮谷理香

※プログラムは変更になる場合がございます。

料金 全席指定 4,000円

リリースLINEチケット



ご予約  
お問合せ 045-896-2000 (9:00 ~ 21:00)



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)



午後の音楽会

AFTERNOON CONCERT SERIES

Premium concert

No.175

好評販売中!

# 熊木夕菜

## ソプラノリサイタル



Photo: ©Goda

2025年5月21日[水] 14:00開演 13:30開場 \*約2時間(休憩あり)  
横浜市栄区民文化センター リリスホール (JR本郷台駅より徒歩3分)  
出演|熊木夕菜(ソプラノ)、増永弦(ピアノ)

曲目|ドビュッシー:月の光  
ドビュッシー:星の夜  
フォーレ:夢のあとに  
武満徹:Songsより「翼」「うたうだけ」「小さな空」  
ドニゼッティ:オペラ《連隊の娘》より「フランスに敬礼」  
トマ:オペラ《ハムレット》より「昨日からあなたの手は触れなくなった」 他

料金|全席指定2,500円



リリスLINEチケット

3/29(土)10:00~4/4(金)10:00 LINEチケット先行発売  
4/5(土) 10:00よりリリス窓口  
14:00より電話・リリスLINEチケット

午後の音楽会

AFTERNOON CONCERT SERIES

Premium concert

No.176

# 西澤安澄

## ピアノリサイタル

2025年6月12日[木] 14:00開演 13:30開場 \*約2時間(休憩あり)  
横浜市栄区民文化センター リリスホール (JR本郷台駅より徒歩3分)

出演|西澤安澄(ピアノ)

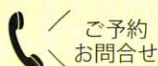
曲目|ファリャ:火祭りの踊り  
モンボウ:歌と踊り  
ドビュッシー:喜びの島 他 ※プログラムは変更になる場合がございます。

料金|2,500円(全席指定)

リリスLINEチケット



Photo: ©satoshi kuronuma [aosora]



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)

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)



# ＼やってみませんか？／ 民生委員・児童委員




地域の行事に出ている

仲間と一緒に活動する楽しさを感じる

よく人から相談を受ける

会社を退いたので地域に関わりたい

あなたならできる  
あなただからできる



人の話を聞くのが好き

ボランティアに興味がある

人の役に立ってみたい

自治会役員やPTAの経験がある

横浜市では、約4,400人の民生委員\*が地域を支えています  
\*主任児童委員も含む

## 民生委員ってどんなことをするの？

相談者の声を聞き  
福祉サービスにつなぎます




仲間と一緒に  
地域のゆるやかなつながりを育みます




経験者が感じた


## 民生委員のやりがい・活動で得たもの




活動そのものが楽しめた



福祉の仕組みに詳しくなれた



人や地域に貢献できたという充実感を得られた



仲の良い友達ができる





具体的には  
こんな感じです

見守り

相談・  
情報提供

交流の場  
づくり

つなぎ役

# ある1か月の活動例



## Q&A よくあるご質問



Q. 福祉の経験や知識が全くなく自分に務まるかとても不安です。



A. わからないことがあっても、周囲の先輩委員や会長がフォローします！決してひとりで活動するわけではありません。



Q. 仕事をしていますが、両立できますか？



A. 仕事や介護など様々な事情があっても、ご自身のできる範囲で無理なく活動いただければ大丈夫です。



Q. 困っている人は手助けしたいのですが、365日昼夜問わずに相談されたら大変です。



A. できる範囲での活動で問題ありません。深夜や早朝の対応や金銭管理など、できないことははっきり断れます。関係機関もサポートします。



Q. どういう身分ですか？報酬はありますか？



A. 厚生労働大臣から委嘱された地域福祉の増進を担うボランティアです。任期は3年です。報酬はありませんが、交通費等として通常年額 70,200 円の活動費の支給があります。



Q. 民生委員と主任児童委員の違いは何ですか？



A. 民生委員のうち、児童福祉に関する事項を専門的に担当するのが主任児童委員です。児童委員でもある民生委員と一体となって活動を行っています。

やってみようかな？と思ったら…

お住まいの地域の自治会町内会長、

または 栄区役所福祉保健課 (TEL 045-894-6924) へご相談ください。

令和7年1月発行



## パソコンがウイルスに感染? 偽の警告に注意!

ネットを利用中に突然「ウイルス感染、サポート窓口  
に連絡」と警告が出たので、慌てて電話すると「除去費用  
5万円を払うように」と言われた。

(相談者：70歳代 男性)

偽のサポート窓口に誘導し、サポート  
料金をプリペイド型電子マネーで、次々  
と支払わせる手口が増えています。

警告画面の電話番号には、慌てて  
連絡をしないでください。



### ⚠️ トラブル防止のポイント

- ✓ 警告の画面や音は、まず偽物か疑う!
- ✓ 警告が表示されても、慌てずにパソコンの電源を切る!
- ✓ 判断できなければ、周りに相談!





WEB  
予約制

映画上映会



(115分/2012年)  
《キネマ旬報文化映画  
ベストテン6位》

4/13日 ヒューマンドキュメンタリー映画  
「傍(かたわら)〜3月11日からの旅」

13:30~15:30 上映 ※開場13:00  
東日本大震災のちょっと私的なヒューマンドキュメンタリー。伊勢真一監督とスタッフが宮城県・亶理町に暮らす友人のミュージシャン・苜米地サトロク(『風のかたち』音楽)の安否を尋ねてはじまった旅・・・宮城から福島、そして宮城へ、被災地の被災者の傍での一年。それは、無慈悲な仕打ちを前にした「いのち」に寄り添うことでした。

「〜3.11を今、能登で活かす復興のカ〜」

15:30~16:30 アフタートーク  
災害支援や復興活動における実際の取り組みや、災害後のコミュニティの再生について深く掘り下げます。  
5F映像ホール/どなたでも/120名(WEB予約制)/無料

監督との楽しい座談会

16:30~17:30 アフターティータイム  
映画について感想を語り合しましょう。  
1F研修室B/どなたでも/20名(WEB予約制)/無料

日	時間	内容	場所	料金/対象/定員 他
3/22(土)~ 4/13(日) ※祝日除く月曜 休館	10:00~ 17:00(最終 入場16:30)	カナガワビエンナーレ国際児童画展 「せかいのあそび展」 世界ではどんな遊びをしているのかな?絵をみて体験してみよう! 「せかいのこどもの版画展」 カナガワビエンナーレ国際児童画展の過去応募作品から『版画』をテーマに作品を展示します。	企画展示室 (3階)	無料
4/9(水)~ 6/23(月)	9:00~17:00	東アフリカの布“カンガ”を知ろう!展 2025年8月20日から22日にかけて、横浜で第9回アフリカ開発会議(TICAD9)が開催されます。この会議に伴い、あーすびらざでは、東アフリカで使われている万能生活綿布「カンガ」を展示をします。カンガにはスワヒリ語のメッセージ(カンガセイイグ)が描かれており、アフリカの人々は、カンガをまったり贈ったりすることで、心の中にあるメッセージを伝えています。 カンガから、アフリカの暮らしを感じてみませんか。	展示コーナー (2階)	入場無料
4/19(土)	14:00~ 15:00 (開場 13:45)	ナミビアの小学生になろう!~話して、見つけて、あそんでみよう~ “ナミビアってどんな国?学校では何をするのか?ナミビアマスターの先生たちと一緒に、小学生の一日を体験してみよう” ▼こんなことをするよ! ・朝のくらしの様子紹介 ・ことばとあいさつ ・どうぶつかるた ・むかしあそび体験(例:ナミビアのケンケンバなど) ・ほうかこの様子紹介	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 定員:20名 申込:WEB予約制
4/27(日)	14:00~ 15:00 (開場 13:45)	うたって、あそぼう!気になるガーナ★ 【内容】 ■ ガーナ・クイズに挑戦 ■ みんなで歌をうたおう ■ ガーナのあそびをしよう	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:20名 申込:WEB予約制
4/29(祝火) ~7/6(日) ※祝日除く月曜 休館	10:00~ 17:00(最終 入場16:30)	企画展 戦後80年企画・春日明夫玩具コレクション展「昭和をめぐるおもちゃ旅行」 どの時代にも子どもたちの傍らにある玩具には、その時代の暮らしや文化が現れています。戦後80年・昭和100年を迎える本年に、玩具を中心に「子どもの暮らしや文化」の昭和史をめぐり、戦争の悲惨さや平和の尊さ、そして私たちの現在・未来の暮らしについて考えてみませんか?	企画展示室 (3階)	常設展示室観覧料

【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
4/3・10 17:24 (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
4/20(日)	13:00~ 13:30	【絵本の読み聞かせ&ブックトーク】スペイン語であそぼう! あーすび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
4/16(水) 22(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

※3月25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。ご了承ください。  
ご来館の際は、HP等ご確認の上ご来館をお願いします。  
※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



2025年は  
TICADの年  
アフリカ開発会議

# マダガスカル

入場  
無料

<日本語吹き替え版>



©2005 DreamWorks Animation LLC. All Rights Reserved.

[2005年/アメリカ/86分/ファミリー・アニメ]

都会育ちの動物たちが  
野生の島でサバイバル!  
勇気と友情の感動アドベンチャー!!  
3日間連続・バリアフリー上映\*にて開催します。

2025/  
5/ 3 土 ・ 4 日 ・ 5 月 祝

整理券配布 13:30~

上映開始 14:00~15:30

定員 当日先着100名  
13:30より整理券配布

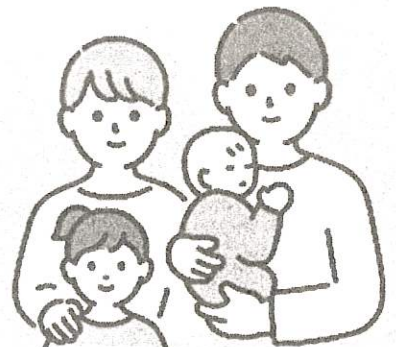
会場 5F映像ホール

## \*バリアフリー上映について

照明 明るめ / 音 小さめ / 途中入退場可  
ハイハイスペース・車いすスペースあり

※リクライニング車いすなど、大型の車いす場合は事前にご連絡ください。  
※内容変更や中止の場合はHPでお知らせします。

みんなで  
わいわい  
たのしもう!



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

☎ gaku@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

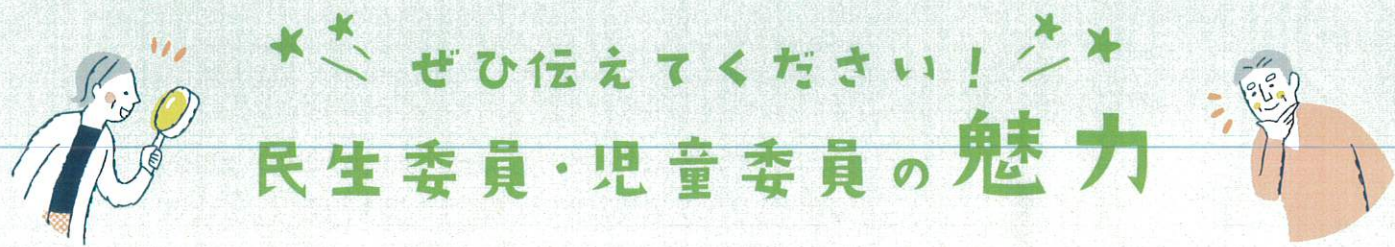
検索

JR本郷台駅  
徒歩3分



\*イベント開始後の入場はお断りする場合がございます





ぜひ伝えてください!  
民生委員・児童委員の魅力

民生委員・児童委員の候補者探しに携わるみなさま

ありがたい言葉がうれしい!

見守りを続けた方が転居される時、わざわざ家まで訪問していただき、「これまでありがとう。民生委員さんがいることで励まされました。」と書いていただきました。

民生委員・児童委員は、温もりのある地域のために欠かせぬ存在であると思います。



人生を豊かにしてくれました。

自治会長でもある学生時代の同級生から頼まれて、民生委員・児童委員になりました。民生委員・児童委員は民児協に所属するため、活動のなかで困りごとがあっても、相談する相手がいて安心できました。多くの仲間に支えられ、人生が豊かになったと感じています。



関係機関との連携が心強かった。

民生委員・児童委員になるまであまり地域との関わりがなく不安を感じていましたが、行政や社会福祉協議会、地域包括支援センターなどがさまざまな場面でバックアップをしてくれて安心しました。みんなで地域をつくるということを実感できました。



民生委員・児童委員候補者への説明時には、全国民生委員児童委員連合会(全民児連)が作成している各種パンフレット(有償頒布)もあわせて活用いただければ幸いです。

お問い合わせは下記まで

栄区福祉保健課運営企画係

TEL 045-894-6924 FAX 045-895-1759  
E-mail sa-minsei@city.yokohama.lg.jp

探してください!

地域の身近な相談相手

～民生委員・児童委員～



Q. 民生委員・児童委員とは

A. 地域を見守り、  
地域住民の立場にたって相談に応じる、  
「地域の身近な相談相手」です。

厚生労働大臣から委嘱される「民生委員」は、自らも地域住民の一員として、高齢者や障がいのある方の見守り、子どもたちへの声かけなどを行う社会福祉の増進に努める人たちで、「児童委員」を兼ねています。また、民生委員・児童委員は非常勤で特別職の地方公務員であり、生活上のさまざまな心配ごとの相談に応じ、その内容に合わせて必要な支援が受けられるよう地域の専門機関に“つなぐ”役割を担っています。ただし、「つなぎ役」であり、専門職ではありませんので、具体的な生活支援や金銭の取り扱いを伴う支援を行う立場にはありません。

Q. 主任児童委員とは

A. 子どもや子育てに関することを  
専門に担当する児童委員が  
主任児童委員です。

児童委員のなかでも、とくに子どもや子育て家庭に関することを専門に担当するのが主任児童委員です。担当区域をもたず、学校や児童委員と連携しながら子育て支援や、児童健全育成活動などに取り組んでいます。全国で約2万人が活動しています。なお、主任児童委員の「主任」は職位ではなく、子どもに関する支援を「主に任ずる」という意味があります。





# 探してください!

地域の身近な相談相手  
～民生委員・児童委員～

## 制度について

全国共通の制度として、すべての住民が民生委員・児童委員の相談や支援を受けられるよう、厚生労働大臣が定めた基準(一定の世帯数ごと)をふまえて、市町村(特別区を含む。以下同じ)ごとに定数が定められています。民生委員・児童委員は給与の支給はなく(無報酬)、ボランティアとして活動しています。ただし、委員活動に必要な費用(電話代や交通費など)の一部は、「活動費」として支給されます。

民生委員法に規定された要件を満たす人が、市町村に設置された民生委員推薦会によって都道府県知事に推薦され、都道府県知事は都道府県に設置された地方社会福祉審議会に意見を聴いた後に厚生労働大臣に推薦、厚生労働大臣が委嘱します。



## 守秘義務

民生委員・児童委員には、地域住民に安心して相談をしてもらえるよう、民生委員法第15条により「守秘義務」が課せられています。相談内容や個人情報、プライバシーに関することが他に漏れることはありません。なお、民生委員・児童委員(主任児童委員含む)は退任後も守秘義務を負います。



## 向いている方

- ✓人と関わることが好きな方
- ✓地域のために何かしたいと考えている方
- ✓委員活動を行うにあたって健康上支障のない方



活動している民生委員・児童委員の多くは、「自分が暮らす地域の力になりたい」「まちに恩返しをしたい」と思っています。地域のために、同じ志をもつ仲間と活動できる方をご紹介します。なお、候補者に関する要件等の詳細は、お住まいの自治体の担当者にご確認ください。

## 働きながら活動する方もたくさんいます!

働きながら活動する民生委員・児童委員は増加傾向にあります。

◎働きながら活動する委員の比率

区域担当委員  
35.3%

主任児童委員  
56.4%

(全民児連 平成28年「全国モニター調査」より)

民生委員・児童委員は活動日が決められているわけではありません。都合のつく範囲で無理のない活動ができるよう取り組んでいます。地域によりますが、たとえばこんな工夫をしています!

- ▶委員同士の連絡にSNSやメールを活用
- ▶民児協の定例会を午前や夜間、休日など参加しやすい時間に実施
- ▶困ったときは先輩委員や行政、社協に相談できる環境づくり



## ご紹介いただくうえでの留意点

民生委員・児童委員は、地域住民や関係機関の方がたと信頼関係を築くことが重要であるため、可能な限り継続的な活動をお願いしたいと考えています。候補者を探す際に知っておいていただきたい以下のことについてもご留意ください。

民生委員・児童委員の任期は1期3年です

任期途中で退任された方の後任は、前任者の任期を引き継ぎます。

活動内容は地域によってさまざまです

民生委員・児童委員活動は地域住民の見守りや民児協(同じ地域の民生委員・児童委員の組織)の定例会・研修会出席、自治会や社協などの関係機関・行政との連携などさまざまです。

継続した活動には周囲の理解が必要です

上記のとおり、民生委員・児童委員はさまざまな活動をしています。活動に際しては、ご家族をはじめ、自治会などの地域活動団体、働いている方は会社や上司等の理解が必要不可欠です。

現役の民生委員・児童委員と相談してください

地域で活動する民生委員・児童委員や民児協会長など、現役の民生委員・児童委員にも相談しながら候補者を探してください。

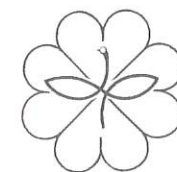
候補者探しに際してお困りの際は自治体へご連絡ください

地域によっては、行政機関として候補者を一緒に探したり、候補者への説明に同行したりといった場合もあります。候補者探しでお困りの際は、お住まいの自治体の民生委員・児童委員担当窓口にご相談ください。

## 民生委員・児童委員のマーク

現在のマークは1960(昭和35)年に公募で選ばれたものです。

幸せのめばえを示す四つ葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩をかたどって、愛情と奉仕を表しています。



民生委員・児童委員のマーク





# のしちいかレンダー

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 イージー体操 15:00~16:00	2 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	3 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	4 げんきっこひろば 10:00~12:00 和・もんぺっ!! 13:00~15:00	5
6	7	8 ステップ×2♪ 10:00~11:15 イージー体操 15:00~16:00	9	10 健康! ポールでGO♪ 10:00~12:00 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	11 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	12
13 	14 休館日	15 イージー体操 15:00~16:00	16 山野草とお花を 楽しむ会 10:00~14:00 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	17 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	18 げんきっこひろば 10:00~12:00 和・もんぺっ!! 13:00~15:00	19 行政書士相談 13:00~16:00
20 のしちり歌広場 14:00~15:00	21	22 イージー体操 15:00~16:00	23	24 健康! ポールでGO♪ 10:00~12:00 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	25 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み物広場 13:00~16:00	26
27	28 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	29	30 			



日	月	火	水	木	金	土
				1 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	2 げんきっこひろば 10:00~12:00 和・もんぺっ!! 13:00~15:00	3
4	5 	6 イージー体操 15:00~16:00	7 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	8 健康! ポールでGO♪ 10:00~12:00 脳トレ スリーA なすなの会 13:00~14:45	9 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	10
11 お花見散歩♪ ~お花を見ながら ゲームラリー~ 10:00~14:00	12 休館日	13 ステップ×2♪ 10:00~11:15 イージー体操 15:00~16:00	14	15 公園 de お気軽 健康体操 10:00~11:00	16 げんきっこひろば 10:00~12:00 和・もんぺっ!! 13:00~15:00	17 行政書士相談 13:00~16:00
18	19 のしちり散歩 ~第19歩~ 10:00~14:00	20 イージー体操 15:00~16:00	21 健康づくり体操 in 野七里 13:15~14:45	22 健康! ポールでGO♪ 10:00~12:00 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	23 げんきっこひろば 10:00~12:00 編み物広場 13:00~16:00	24
25	26 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	27 イージー体操 15:00~16:00	28	29 いきいき美容室 15:00~16:00	30 げんきっこひろば 10:00~12:00	31

令和7年4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/>

## 横浜市野七里地域ケアプラザ

# ほっこりだより



栄区連承認

317号

2025.4

### ありがとうございました

2月2日(日)、野七里地域ケアプラザ 15周年感謝祭を開催しました。大寒波で雨の降りしきる中、開場前からたくさんの方にお越しいただき寒い中お待たせしてしまいました事、改めてお詫び申し上げます。当日は職員の予想を超える方にお越しいただき、ケアプラザ開設以来の来館者数を記録いたしました。そのため、誘導等上手くいかず館内のあちらこちらでご迷惑をおかけいたしました申し訳ございませんでした。私達職員も皆さんと一緒に楽しもう!と企画段階では話をしていたのですが、全く余裕がなく、皆さんに感謝の気持ちを伝える事ができたか心配いたしております。また、開催にあたりご協力いただきました皆様、本当にありがとうございました。これからも、地域のみなさまが笑顔で過ごせる街づくりに、微力ながらお手伝いさせていただければと思っています。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

横浜市野七里地域ケアプラザ職員一同



← 感謝祭の様子はこちらからご覧になれます。

### お花見散歩♪ ~お花を見ながらゲームラリー



共催: 上郷地区センター・上郷矢沢コミュニティハウス  
協力: 野七里テラス・創テラス

栄区オープンガーデンにあわせて、ゲームラリーを開催します。スタートは上郷地区センター。各ポイントでゲームをしながらゴールの野七里地域ケアプラザをめざします。時間内にゴールして賞品をゲットしよう!



日時: 5月11日(日) 10:30~15:00(小雨決行)  
中止の場合上郷地区センターのホームページでお知らせします。  
会場: 上郷地区センターをスタートして野七里周辺。ゴールは野七里地域ケアプラザ  
定員: 小学生以上 50名(小学1・2年生は保護者同伴、3年生以上は2人以上のグループで参加)

### のしちりぶらっと茶々処

月に1回、ケアプラザでどなたでも立ち寄れるカフェをオープンしています。地域のボランティアさん達が淹れてくれた美味しいコーヒーを飲みながら、ゆったりと過ごしませんか? お友達と、ご家族と、もちろんお一人でもオープン中は好きな時間にお立ち寄りください。

日時: 毎月第4木曜日 10:00~12:00  
場所: 野七里地域ケアプラザ ボランティアルーム  
コーヒーとお菓子で1杯 100円をいただいています。



こののぼりが  
オープンの合図です。





# 今年度もよろしくお願いたします。～地域包括支援センター～



左より：看護師/紫竹恵子 社会福祉士/井川淳一  
主任ケアマネジャー/三枝容子 事務/二方留美

地域包括支援センターは、今年度も引き続き左の4名が地域の皆様の福祉・保健に関するご相談対応をさせていただきます。  
不安な事や、お困り事などがありましたらご連絡下さい。  
相談時間は、9:00～18:00(平日)・9:00～17:00(日・祝日)となります。  
尚、相談員が不在の場合もありますので、事前にご連絡をいただきますようお願いいたします。



## 行政書士無料個別相談会

成年後見・消費者被害・相続・遺言など、どこに・誰に相談すれば良いかわからない方。行政書士がご相談に応じます。

日時：毎月第3土曜日 13:00～16:00 **お一人30分(事前予約制)**

場所：野七里地域ケアプラザ

**必ず事前の予約をお願いいたします。 TEL:890-5331**



## 15バンド 感謝祭で演奏しました！

15周年感謝祭のために結成された「イチゴ(15)バンド」が、地域の皆様と共に奏でる演奏を披露しました。この日の為に何度も練習を重ね、本番を迎えた皆さんは終始笑顔で演奏を楽しんでいました。



演奏した曲は、思いを込めて

- ・「春よ来い」(皆さんに春を感じていただきたい)
- ・「ハナミズキ」(花ことばである感謝・幸福の気持ちが届くように)
- ・「上を向いて歩こう」(皆さんと一緒にうたいましょう)の3曲でした。

感謝祭で一旦イチゴバンドは終了となりましたが、音を合わせて奏でる音楽の喜びを地域にとどけたいとの思いで「**ICHIGO-BAND**」として再結成する事になりました!!



## 上郷東連合町会ホームページのご案内

地域の情報満載の、上郷東連合町会ホームページをご紹介します。  
地域のニュースや、イベント情報などお役立ち情報を簡単にご覧いただけます。  
野七里地域ケアプラザをはじめ、上郷地区センターなど地域の施設情報も同時にゲットできます。是非、右のQRコードからご覧ください!



上郷東連合町会  
ホームページ



# ケアプラザの定例事業をご紹介します

	事業名	開催日時	開催場所
健康づくり	イージー体操	毎週火曜日(5週目なし) 15:00～16:00	野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ
	健康づくり体操	① 第1・3水曜日 13:15～14:45 ② 第4月曜日 13:30～15:00	① 野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ ② 上之町会館
	公園 de お気軽健康体操	毎月第1・3木曜日 10:00～11:00	矢沢なかよし公園 8月はケアプラザ
	おとろえない身体作りで 脳プロブレム! ステップx2♪	毎月第2火曜日 10:00～11:15	野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ
	健康ポールでGo♪ ～ポールウォーキングで町探索～	第2・4木曜日 10:00～12:00	ケアプラザ出発して町 探索 お一人200円
	第4月曜日はポッチャの日	毎月第4月曜日 10:00～12:00	野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ
相談会	行政書士相談会	毎月第3土曜日 13:00～16:00	野七里地域ケアプラザ
趣味を活かして	編み物広場	毎月第2・4金曜日 13:00～16:00	野七里地域ケアプラザ ボランティアルーム
	のしちり歌広場	偶数月第3日曜日 14:00～15:00	野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ
居場所	のしちりぷらっと茶々処	毎月第4木曜日 10:00～12:00	野七里地域ケアプラザ ボランティアルーム
	げんきっこひろば	毎週金曜日(祝日はお休み) 10:00～12:00	野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ
勉強会	認知症にならない方法探究会	毎月第2金曜日 13:00～14:30	野七里地域ケアプラザ 多目的ホールⅡ

赤い文字の事業は、今年度スタートした事業です

## おいでよ!げんきっこひろば

「げんきっこひろば」は毎週金曜日 10:00～12:00 まで地域の未就学児とその保護者の居場所として開催しています。季節の行事を大切に子ども達が幼稚園や保育所に行く前に社会性を身につける場として、保護者の方達の情報交換の場として、出入り自由のゆったりとした雰囲気を楽しんでいます。是非お越しください!



「げんきっこひろば」は毎週金曜日 10:00～12:00 まで地域の未就学児とその保護者の居場所として開催しています。季節の行事を大切に子ども達が幼稚園や保育所に行く前に社会性を身につける場として、保護者の方達の情報交換の場として、出入り自由のゆったりとした雰囲気を楽しんでいます。是非お越しください!

**\*ボランティアさん募集中です**

## のしちり散歩～第19歩～ ひさびさの遠出編 鎌倉中央公園に行きましょう!!

日時：5月19日(月) 9:30～14:00

雨天中止

定員：地域の方 先着20名

持ち物：昼食・雨具・飲み物・交通費

集合：大船駅改札前(ルミネ側)

大船駅～北鎌倉駅～鎌倉中央公園～  
源氏山公園～鎌倉駅西口(解散)

**(約7kmコース)**

