

# Ours アワーズ

発行：ほどがや市民活動センターアワーズ  
Tel 045-334-6306  
Fax 045-339-5120  
E-mail ours@xe.catv-yokohama.ne.jp

## アワーズ・冬の講座 & イベント紹介



Reporter

### 1 はぐくみ プロジェクト



### 「あなたも街のレポーター！」

～ほどがやのまち・人・活動の魅力を発信しよう～

1/9・16・23・  
30・2/13(金)  
10:00～12:00  
場所 アワーズ



あなたの文章で、写真で、活動やまちの魅力を伝えてみませんか。この講座では、広く発信していくために必要な、企画・取材・写真撮影・文章校正について学びます。

詳細/問合せ先：保土ヶ谷区地域振興課 [TEL:045-334-6308](tel:045-334-6308)

URL: <http://hodogaya-ours.jp/event/entry.php?no=1210>

### 2 はぐくみ プロジェクト



### 「コミュニティーカフェをやろう！」

～コミュニティーカフェを知りたい人、やってみたい人集まれ～♪

1/22・1/29・2/5・  
2/12・2/19・3/5(木)  
10:00～12:00  
場所：アワーズ /  
シェアリーカフェ (都筑区)

実際にコミュニティーカフェを立ち上げた方々を講師に招き、コミュニティーカフェを楽しく学べる講座です。最終日は「お試し 1day カフェ」を開催します♪

詳細/問合せ先：保土ヶ谷区地域振興課 [TEL:045-334-6308](tel:045-334-6308)

URL: <http://hodogaya-ours.jp/event/entry.php?no=1211>

### 3 子育て 応援講座

support



### 「できることからボランティア」

～ボランティア養成講座～

★1/28・2/4・25  
10:00～12:00  
場所：かるがも3階

★2/5～2/24(体験期間)  
2時間～3時間  
場所：あひるの会 他

発達の遅れや障がいのある子と、ご家族を、ボランティアを通じてサポートしませんか。障がいとは、どんなことだろう？どんなふうに対応できるかな？・・・ということをお勉強講座です。あなたの子育ての経験や、子どもとの遊びを楽しむ気持ちをボランティアにつなげてみませんか。詳細/問合せ先：12月20日より、保土ヶ谷区社会福祉協議会（中頁参照）

# 街

## の学習応援隊

### 新規登録者紹介

※ 街の学習応援隊とは、ボランティアとしてアワーズに登録されている方々です。  
街の学習応援隊ご依頼の際は、アワーズまでご相談下さい

#### フィーリングフラワー

プリザーブドフラワー・シルクフラワー・ビーズ・リボンなどを使ったアレンジメントをお教えます。家族や友人へのプレゼントに、ストレス解消に、楽しくフラワーアレンジしてみませんか？

#### キルトサークル 優

アワーズで月3～4回、明るい色柄の布を使って小物からタペストリーまで、楽しい作品作りをしています。成人・高齢の方々に優しく、わかりやすくご指導いたします。

#### 美容着付け

浴衣から訪問着まで、ご指導します。  
**ヘアアレンジメント**  
大人から子供まで着物と洋服に合わせたヘアアレンジ（七五三など）と、メイク（スキンケア）をご指導します。

#### 日本スポーツ吹矢協会 横浜支部

小学生から大人まで、高齢者、障がい者の方にも、年齢・男女の差別なくどなたも参加して頂けます。的・吹矢一式を持って伺います。

#### 中高年のらくらくピアノ

～中高年を対象に集い学び～  
楽譜が読めなくても、らくらくピアノが弾けるようになる、らくらくピアノのシステムをご紹介します。

#### らくちんヨガ

椅子に座って行ったり、畳の上で行ったり、身体の固い方でも出来るヨガのポーズを、呼吸と合わせて行います。いつでも手軽にできるポーズです。

#### 相浦 やよい

会場をミニスタジオに見立てて、曲当てイントロクイズ・ラジオの仕組みなど、様々なテーマでDJ風にお伝えします。「親業」の理論と方法論、自己成長とコミュニケーションのヒント「エニアグラム」の知恵をお伝えします。

#### ママクラシック・プロジェクト

泣いても大丈夫♪  
赤ちゃん連れのママのための本格的クラシックコンサートを企画・提供しています。日本・イタリアなどで活躍するプロのオペラ歌手などの音楽家で構成しています。

#### 四ツ葉書道会

筆で書くだけでなく、木に彫って看板の作成や、石に彫ってご自分の印を作成します。印は、プレゼントにしても喜ばれます。基本から展覧会に出品まで、ご指導致します。

#### セラピーアート

**パステルシャインアート**  
やわらかい色調を持つパステルを、コットンで伸ばしながら描いていく技法です。特別な才能や経験を必要としません。描くだけでもっと自分が好きになる不思議なアートを体験してみませんか？

#### メンタリスト アキラ

**マジック・メンタリズム・催眠術**  
心を読む、心を操る、体を操る、未来を知る、透視する、念力で金属を曲げるなど、超能力的なパフォーマンスを楽しくお見せいたします。少人数から大人数まで、屋内・屋外どちらでも演技いたします。

平成26年第2版ができあがりました

#### 「街の学習応援隊 第9期ガイドブック」

個性豊かなパフォーマンスや知識を携えて皆さんからのご依頼をお待ちしています。※詳細は、アワーズまでお気軽にお問合せください。

#### 「HODOGAYA・OURS サークルガイド」

音楽・舞踊・手工芸・語学・情報技術・まちづくりなど様々なジャンルのサークルが登録しています。見学・入会希望の方は、アワーズまでお問合せください。



# 協働運営会議 からのお知らせ

## 第12回 しゃべろうかい

「1964年 東京オリンピック  
あの頃の神奈川・横浜」

【登録団体対象】

1964年の東京オリンピックから50年。2020年の東京オリンピックも決定した今、当時の神奈川・横浜の様子を16mmフィルムで振り返ります。思い出を語り合い、未来に思いを寄せる、そんな時間を一緒に過ごしましょう。

■日時:平成27年1月17日(土)  
13:30~

■会場:ほどがや市民活動センター

■定員:30名

■参加費:無料

■問合せ:ほどがや市民活動センター  
TEL:334-6306

## 子育て応援講座

### できることからボランティア

発達の遅れや障がいのある子と、ご家族を、ボランティアを通じてサポートしませんか? (表紙参照)

■日程:1月28日、2月4日、25日、  
※2月5日~24日は、

うち1日ボランティア体験

■定員:15名(先着順)

■申込期間:1月15日~1月27日

■お問合せ:12月20日より

保土ヶ谷区社会福祉協議会

TEL:341-9876

## 登録団体メンバー募集

### 初音が丘 鶴の会

太極拳を始めませんか

楊名時健康太極拳です。無理せず各人に合った動きですので、年齢問わず楽しんでいます。

■日時:毎週月曜日(第三月曜を除く)

■場所:初音が丘地区センター

■参考:入会金なし、月謝2000円

## 登録団体の活動・イベント

### ほどがやガイドボランティアの会 発見ウォーク 参加者募集

|             |            |   |
|-------------|------------|---|
| 1/18<br>(日) | 横浜<br>三塔巡り | 集合9:00<br>JR 関内駅南口<br>解散12:00頃<br>JR 赤レンガ倉庫 |
| 2/22<br>(日) | 八王子往還      | 集合9:00<br>天王町駅前公園<br>解散12:30頃<br>西谷駅        |
| 3/29<br>(日) | 金沢道        | 集合9:00<br>JR保土ヶ谷西口<br>解散12:30頃<br>弘明寺       |

■申込:普通ハガキまたはFAXで。  
参加者全員の氏名、  
代表者の住所  
電話・FAX番号を明記

■宛先:〒240-0006 星川1-2-1  
ほどがや市民活動センター 気付  
(レターケース No.2)  
ほどがやガイドボランティアの会  
「〇月」係

■FAX:339-5120

■参加費:500円

## 初めてのパソコン

ほどがやパソコン

### ～受講生募集～

文字入力の基礎から始めます。Eメールの送受信やインターネットの検索を覚えて、あなたの世界を広げませんか!

全6回講座(別途補習講座有り)

※各回 9:30~12:30

【1月コース】 7. 9. 16. 20. 23. 27

【2月コース】 3. 6. 13. 17. 20. 25

■会場:保土ヶ谷区役所前「かるがも」

■対象:55歳以上の方、障がいのある方と団体活動に携わっている方(年齢不問)

■定員:各コース12名(先着順)

■締切:1月コース 12月15日  
2月コース 1月15日

■費用:3,000円(テキスト代含む)

■申込:往復はがきで

住所、氏名、電話、所属団体名、障がいのある方はその内容、希望するコース、持っているPCの種類とOSの種類を記入。

※返信面に「郵便番号・住所・氏名」をお忘れなく。

### ★パソコン指導者も 募集しています★

〒240-0001

保土ヶ谷区川辺町5-11「かるがも」3階  
保土ヶ谷区福祉保健活動拠点内  
メールボックス No.20

ほどがやパソコン 青山 暢孝 宛

■問合せ:☎090-4412-4078

## はぐくみプロジェクト

## 「あなたも街のレポーター」

### 講師紹介

#### 宮島 真希子 氏

NPO法人 横浜コミュニティデザインラボ 理事

NPO法人 シャーロックホームズ理事

横浜市出身。前職の神奈川新聞社には記者として22年在籍。退職後、地域情報化・当事者による発信支援を軸に、活動。先の横浜のNPO法人のほか、対話の場づくりを担う人材を育成するNPO法人「アイデア創発コミュニティ推進機構」の副理事も務める。神奈川県「NPOのための共感獲得実施セミナー」講師。

#### 川名 マッキー 氏

横浜市出身。

1964年生まれのグラフィックデザイナー&カメラマン。人を撮ること、ねこを撮ることが大好きなAB型。ポスター、広告、雑誌、CD&DVDジャケットなど、商業出版物の企画 デザイン、作成、撮影を幅広く手掛けている。2009年に家族写真の出張撮影『家族の肖像』プロジェクトをスタート。

初心者向け写真教室『趣味の写宿』主催



## 「 I B G 」

いつも活発なディスカッションと元気な笑い声に包まれている『IBG』さんです。所属するメンバーは、一般の主婦をはじめ、サラリーマン、OL、通訳・ガイド、オゾンの専門家など様々で、話題も豊富です。ただ今、新メンバーを募集中です。皆さんも、楽しくディスカッションしながら、英語とコミュニケーションのスキルを磨いてみませんか？

【先生：Renata Suzuki】

英国出身。言語取得修士の資格をもって、社会、経済、政治、国際関係など様々な分野に精通しています。多趣味で特に社交ダンスは本格的。イングリッシュセッターの保護犬三匹を飼って、英語でブログも書いています。

<http://gundogrescueclaire.blogspot.jp/>



## 「みろく山の会」

「生涯登山」を目標に、山の自然を保護し、オールラウンドな活動を目指します。月に50回以上の山行が計画され、街歩き、ハイキングから本格登山やスキー等が有ります。

毎月、新入会員登山教室が開かれ、初心者も安心です。また、突然のケガや事故に備えて、「救急訓練」もくり返し行い「救急車が来るまでに出ることを身に付けていきます。

ただ今会員募集中です。詳しくは下記URLまで。

<http://www.mirokuyamanokai.org/>



救急訓練の様子

## はぐくみプロジェクト

～はぐくみ塾発！区民企画型講座～

## 「コミュニティーカフェをやるう！」講座

### 講師紹介

：岩室 晶子氏 NPO 法人 | Love つづき理事長

シェアリーカフェ理事長、編曲家、テレワーク、横浜良品館、つづきジュニア編集局、にほんナポリタン学会などなど、多方面でご活躍されています。

：森 祐美子氏 NPO 法人 こまちぷらす代表

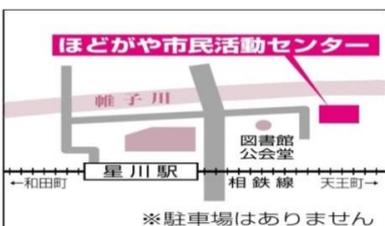
“子育てをまちにプラス”が合言葉、孤独な育児をなくしたい、笑顔のママがひとりでも増えるように。代表・森氏のそんな想いから「こまちぷらす」は始まったそうです。

日時：1/22・1/29・2/5・2/12・2/19・3/5 (木) 10:00～12:00

場所：アワーズ / シェアリーカフェ (都筑区)

主催：ねこのて企画・保土ヶ谷区

詳細：URL: <http://hodogaya-ours.jp/event/entry.php?no=1211>



### 編集発行

ほどがや市民活動センター アワーズ

〒240-0006 横浜市保土ヶ谷区星川 1-2-1

Tel : 334-6306 Fax : 339-5120

E-mail : [ours@xe.catv-yokohama.ne.jp](mailto:ours@xe.catv-yokohama.ne.jp)

Web Site : <http://hodogaya-ours.jp>

