

# OURS

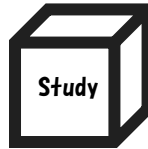
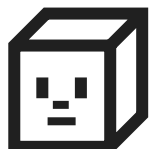
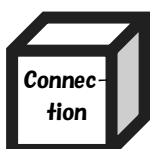
アワーズ

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 : toiwase@hodogaya-ours.jp



アイデア膨らむ!



～平成29年度フォローアップ講座～

のある会議のすすめかた

一緒に活動する仲間が増えない

そんな悩みを抱えている団体は多いと思います。

今いるメンバーは新しいことへチャレンジしようという意欲に溢れていますか?

いつの間にか恒例イベントを実施することが活動の目的に変わっていませんか?

そして——変化を恐れていませんか?

今回の講座では、メンバーの参加意欲を高め、新しいアイデアが生まれるような会議運営のコツを学びます。

メンバーの意識をNOからGOへ

メンバーのわくわくがたくさんの人に届くように

2月3日、10日、17日

※いずれも土曜日

13:30～16:30

ほどがや市民活動センター  
(アワーズ)

【講師】竹迫和代氏

(参画はぐくみ工房代表)

対象・定員:保土ヶ谷区内を拠点に活動している団体や自治会町内会の方 20名 ※応募者多数時抽選

申込/問合せ:1月22日(月)までに、活動団体名、参加者氏名、住所、電話番号、活動内容と課題に感じていることをアワーズ(電話:334-6306/FAX:339-5120/メール:[toiawase@hodogaya-ours.jp](mailto:toiawase@hodogaya-ours.jp))

または直接窓口へ(平日 9:00～21:00/日・祝 9:00～17:00 /第3月曜日休館)

## ★ほどがやサンタプロジェクト★

誰もが地域のサンタになれるボランティア  
一緒に参加しましょう!

## 食品寄付(フードドライブ)受付

12月9日(土)

13:00～15:00

相鉄線「和田町駅」駅前広場

広場で楽しい演奏やバルーンプレゼントもあるよ!



※バルーンのプレゼントは小学生以下が対象

★演奏:音一平、横浜サウンドストリーム

★バルーン:武藤昌代

赤い羽根募金や障害者週間のキャンペーンも!

【問合せ】☎045-341-9876(保土ヶ谷区社会福祉協議会)

【主催】ほどがやサンタプロジェクト実行委員会

【共催】保土ヶ谷区役所・ほどがや市民活動センター(アワーズ)

フードドライブとは家庭で余っている食べ物を経済的に困窮している方などへ提供する取り組みです。

寄付できる食品:レトルト食品、防災備蓄・缶詰(賞味期限が2か月以上ある・常温保存が可能で未開封なもの)



# 街の学習応援隊 ちょっと体験講座



特技や知識を活かしてボランティア活動をしている街の学習応援隊が、パッチワークやフラダンス、笑いヨガやミニコンサートなど、多彩な体験プログラムを実施します(都合により内容等変更の場合あり)。

詳細は、各公共施設で配架のチラシ(1月頃～)、アワーズホームページにてご確認ください。



メールは  
こちらから→

【申込】 2018年 1月16日(火)～ 先着順

電話 (334)6306 又はメール [toiawase@hodogaya-ours.jp](mailto:toiawase@hodogaya-ours.jp)

| 実施日時                      | 講座タイトル                                                       | 定員  | 参加費           | 持ち物                          | 担当応援隊名                                                                               | 会場                       |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------|-----|---------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 1/31 (水)<br>10:00～11:30   | 大人の紙工作<br>～船とうさぎ～                                            | 15名 | 無料            | あれば<br>木工用<br>ボンド            | ほくりょうかい<br>墨菱会                                                                       | 峯小学校<br>コミュニ<br>ティハウス    |
| 2/3 (土)<br>14:00～15:30    | 江戸に生きた人々の智慧を<br>今に活かす                                        | 20名 | 200円<br>(資料代) | なし                           | こうとまちしゅうしぐさしょう<br>江都町衆思草承<br><br>でんかい<br>伝会                                          |                          |
| 2/7 (水)<br>14:00～15:30    | 簡単コミュニケーション学<br>～ISD 個性心理学～                                  | 20名 | 300円<br>(資料代) | 筆記用具                         | ISD 個性心理学<br>インストラクター<br>わたなべ せいこ<br>渡邊勢子                                            |                          |
| 2/8 (木)<br>10:00～11:00    | フラダンス体験<br>(いすに座ってもできます)                                     | 15名 | 無料            | 足ふき用<br>タオル・<br>水分補給<br>の飲み物 | フラ・ハーウ・オ<br>・マカリカ                                                                    | 上菅田地域<br>ケアプラザ           |
| 2/11 (日・祝)<br>14:00～15:00 | 初めての笑いヨガ                                                     | 15名 | 100円<br>(資料代) | タオル・<br>水分補給<br>の飲み物         | 笑いヨガの<br>たいぺいさん                                                                      | 権太坂<br>コミュニ<br>ティハウス     |
| 2/14 (水)<br>10:00～11:30   | フェルトアクセサリー手作り体験                                              | 20名 | 300円<br>(材料代) | なし                           | むとう まさよ<br>武藤 昌代                                                                     | 上菅田地域<br>ケアプラザ           |
| 2/17 (土)<br>14:00～16:00   | 出会いのコンサート<br>①ギター弾き語り<br>②尺八と琴の演奏<br>③ミュージックベル&<br>トーンチャイム演奏 | 40名 | 無料            | なし                           | おといっぺい<br>①音一平のギター弾き語り♪<br>しみずほうざん しみずち かよ<br>②清水 蓬山・清水千佳代<br>ていすけ<br>③T.H's ファンタ sy | かながわ<br>アートホール<br>第1スタジオ |
| 2/22 (木)<br>13:00～14:30   | パッチワーク入門<br>～お花のコースター～                                       | 15名 | 500円<br>(材料代) | 裁縫道具<br>(針・糸・<br>ハサミ等)       | ジュン・パッチワーク                                                                           | 初音が丘地<br>区センター           |
| 2/25 (日)<br>13:00～14:30   | お伝えします！<br>健康に生活するための<br>ワンポイント                              | 20名 | 300円<br>(資料等) | 筆記用具                         | サクラの会<br>(健康料理)                                                                      | 初音が丘地<br>区センター           |
| 2/27 (火)<br>10:00～11:00   | みんなで歌おう！ミニコンサート<br>～エレクトーン生演奏～                               | 20名 | 100円<br>(資料等) | なし                           | リズム♪                                                                                 | 上菅田地域<br>ケアプラザ           |
| 3月上旬予定                    | 知っておきたい遺言と相続                                                 | 20名 | 無料            | 筆記用具                         | あらい かつみ<br>新井 克己                                                                     | 岩崎地域<br>ケアプラザ            |
| 3/10 (土)<br>17:30～18:30   | ビッグバンドを通じて<br>音楽を楽しもう！                                       | 40名 | 無料            | なし                           | かなっくジャズ<br>・オーケストラ                                                                   | ほどがや市民<br>活動センター<br>アワーズ |

## 講座・催し物情報

## ◆ 初めてのパソコン 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、あなたの世界をひろげませんか！

【日程】12月コース：1・5・8・13・15・19

1月コース：10・12・16・19・23・26

2月コース：6・9・13・16・20・23

【時間】9:30～12:30(1回3時間×6回)

【定員／参加費】各12名(先着順)／3,000円

【申込】往復ハガキに、氏名(ふりがな)・性別・年齢・〒住所・電話・希望コース・パソコンの有無を記入の上、〒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.12 「ほ도가やパソボラ」宛に。返信面に氏名・〒住所を。

【主催】ほ도가やパソボラ

【問合せ】Tel 090-4412-4078 青山

★講座のサポートをしていただける方も募集中です。



## ◆ ガイドと歩こう「神奈川宿」 雨天決行!!

日本橋から箱根まで宿場を中心に歩きます。1月は浦島などの伝説と開国にゆれた神奈川を歩きます。

【コース】長延寺跡～熊野神社～台町の茶屋(約6キロ)

【日程】①1/13(土)②1/18(木)

集合：京急神奈川新町駅中央口 9:00

解散：沢渡中央公園 12:00～13:00

【持ち物】飲料水、雨具

【参加費】500円(資料代など)

【申込】参加日・氏名(ふりがな)・〒住所・電話番号を明記の上、以下の方法でお申込みください。

HP: <https://www.tokaido-wg.com/>

又はEメール: [re@tokaido-wg.com](mailto:re@tokaido-wg.com) 宛

Fax: 050-5865-0662

(コンビニからの送信はセブンイレブンのみ可)

ハガキ: 〒233-0001 横浜市港南区上大岡1-11-22

神奈川東海道ウォークガイドの会

【申込締切】実施日の3日前まで

【主催】NPO 法人神奈川東海道ウォークガイドの会

【問合せ】Tel 050-5240-3217(吉見)

## ◆ 「発見ウォーク」参加者募集

クリスマスで華やぐ山手洋館巡り (12月)

12/17(日)JR 石川町元町口～海見える丘公園

新春の鎌倉を歩く (1月)

1/21(日)JR 鎌倉駅東口～鎌倉宮

森と田園と眺望を楽しむ (2月)

2/25(日)相鉄西谷駅～相鉄西谷駅

※最終出発時間 9:30/解散予定時間 12:30頃(全回)

【参加費】500円(資料代・傷害保険料等)

【申込】参加者全員の氏名・代表者の〒住所・電話番号(あればFAXも)を明記の上、ハガキ・Fax・ホームページで、ほ도가やガイドボランティアの会「〇月」係

ハガキ: 〒240-0006 保土ヶ谷区星川1-2-1

ほ도가や市民活動センター気付(レターケース No.2)

Fax: 045-339-5120

ホームページ <https://hodogaya-gaido.sakura.ne.jp/>

【主催】ほ도가やガイドボランティアの会

【問合せ】Tel 080-3697-8077 団体携帯

## ボランティア募集

## ◆ 港北病院

(新井町)

【内容】外来患者の余暇支援(初心者向け絵画指導)

【日時】週1～2回(木・祝日を除く)

(実費弁償1,000円位)

## ◆ ツクイサンシャイン保土ヶ谷

(狩場町)

(介護付き有料老人ホーム)

【内容】入所者の余暇支援

(陶芸・ちぎり絵・折り紙・絵手紙など)

【日時】14:00～15:00(火曜・第4水曜日を除く)

## ◆ ほ도가や地域活動ホーム ゆめ

(神戸町)

【内容】利用者の食事介助

【日時】11:30～13:00(曜日応相談)

(1回あたり500円のクオカードと昼食付)

※ 内容・活動時間は変更になることがあります。

## ◆ 保土ヶ谷区社会福祉協議会ボランティアセンター

認知症予防「ミュージック脳トレ」参加者募集

歌を唄いながら手や指を動かすリズム体操です。

【日時】12月5日(火)10:00～11:30(要申込)

【上記すべての問合せ】

横浜市保土ヶ谷区社会福祉協議会

保土ヶ谷区ボランティアセンター

Tel 045-332-2412

Fax 045-334-5805

Eメール [v@shakyohodogaya.jp](mailto:v@shakyohodogaya.jp)

## 不要になった毛糸集めています!!

アクリルたわし作りのため、不要になった毛糸(ウール、アクリル、ほどいた毛糸、綿糸)を集めています。集まった毛糸で高齢者の編み物ボランティアの方が、座布団や帽子、ペットボトルカバー、靴下などを編んで販売し、アクリル毛糸を買う資金にしています。

アクリルたわしは、洗剤不要のエコなたわしで、途上国に運んでもらい衛生環境の改善に役立っています。

アワーズの集荷コーナーにご持参ください。

【問合せ】アミアミクラブ保土ヶ谷

代表 小西 045-333-2358

## みなさんの活動PRにお役立てください!

講座・イベント、ボランティア募集など

## 情報受付 スケジュール

●情報紙アワーズ…5・8・11・2月の5日頃まで

●センターでのチラシ配架・掲示…常時

●ホームページ…常時 ●メールマガジン…

掲載希望月の前月末まで



アクセスは  
こちらから



登録は  
こちらから

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



## 地域の活動紹介！

“自分たちが楽しむだけではなく、地域や高齢者・子どもたちの役に立ちたい”と思って活動を始めました。

今回はアワーズ利用登録団体「将棋を楽しむ会」のボランティア活動を見学に、介護老人福祉施設「よつば苑」と、横浜市立星川小学校の「星の子まつり」ふれあい教室(将棋)の2か所に伺いました。



<対局は楽しいのが一番！>



<駒の動かし方は？>

☆ 権太坂上にある「よつば苑」での活動は週1回ロビーの一角で、利用者さんの相手をして過ごします。

施設職員の声掛けで男性が座られると、メンバーは、笑顔で「将棋はずっとなさっていましたか？」等ゆったりとした口調の会話と共に対局を進めます。最初は緊張気味だった男性の背中がスーッと取れていくように感じました。将棋を通じて和みの空間が醸し出されます。

「自分たちが将棋を楽しむのではなく、相手が時間を楽しみ、喜んで帰って頂くのをモットーにしています」「施設職員の方も本当に穏やかで良い雰囲気なので活動もし易くて感謝しています」と受入側との信頼関係が伝わってきました。

対局した方々に感想を伺うと「頭の体操になって、楽しかった」「ゆっくり楽しめるし、間違えたところを教えてもらえた」と満足げな笑顔で答えて頂きました。

☆ 星川小学校のふれあい教室は、全学年の生徒が12講座(囲碁・将棋・けん玉・紙飛行機等々)から選択し、ボランティアの講師から指導を受ける体験教室です。将棋が一番人気でした。

初心者には手作りの将棋盤を用意し駒の動かし方をレクチャー、経験者は生徒同士で対局です。経験者の生徒に将棋の魅力を尋ねると「詰みを読んでいる時が楽しい」「攻めるときのワクワク感」「頭を使うから面白い」等々、生きいきとした顔で答えてくれました。

「将棋を楽しむ会」は普段は地域の将棋グループと一緒に活動し、16人のメンバー全員が集まる機会は、月に1回の将棋大会のみです。その時は、思い切り勝負師の顔になってお互いのレベル向上を目指すそうです。

「将棋はギャンブルではなく、年齢が異なっても楽しめる、相手と楽しい時間を共有できる。それがボランティアで役に立つなら嬉しいですよ」と代表の川端さんは、メンバーと話し合いながら笑顔で話してくださいました。

### 「将棋を楽しむ会」ボランティア活動状況

| シニア向け(高齢者福祉施設) |     | 子ども向け    |     |
|----------------|-----|----------|-----|
| よつば苑           | 月4回 | 矢部町内会館   | 月3回 |
| 川島ホーム          | 月4回 | 東品濃小学校   | 月2回 |
| かるがも           | 月3回 | 今井地区センター | 月2回 |
| 若草の丘           | 月2回 | 星川小学校    | 年1回 |
| くぬぎ台           | 月2回 | 藤塚小学校    | 年1回 |



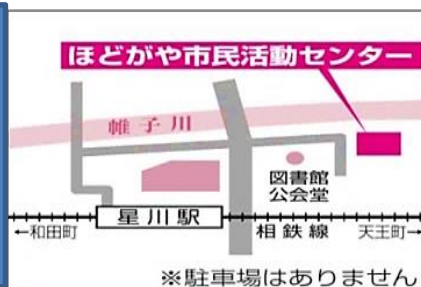
ふれあい教室用に  
手作りされた将棋盤



〈問合せは〉  
ほどがや市民活動センター  
(アワーズ)へ  
☎ 045-334-6306

### 編集発行

ほどがや市民活動センター(アワーズ)  
〒240-0006 横浜市保土ケ谷区星川 1-2-1  
TEL 045-334-6306 / FAX 045-339-5120  
Web Site: <http://hodogaya-ours.jp>  
E-mail: [toiawase@hodogaya-ours.jp](mailto:toiawase@hodogaya-ours.jp)



### \* 休館日のお知らせ \*

12月20日(月)  
1月15日(月)  
2月19日(月)

### \* 年末年始休館 \*

12月29日(金)  
~1月3日(水)

情報紙アワーズは次の場所においてあります。

保土ケ谷区役所、保土ケ谷区内の地区センター・コミュニティハウス・地域ケアプラザ、保土ケ谷区社会福祉協議会、地域子育て支援拠点こころ、保土ケ谷図書館、保土ケ谷公会堂、保土ケ谷スポーツセンター、横浜市内各区の市民活動センター(一部閲覧のみ)、横浜市社会教育コーナー、保土ケ谷国際交流ラウンジ、WEショップ星川店・天王町店、美容室カノン、ハピースクエア、ふれあいショップクレヨン、かたぴら・スペース・しばた、偕恵いわまワークス、星川郵便局、イオン天王町店、カフェ&ブローローズマリー、コミュニティショップ井戸ばた、相鉄線(保土ケ谷区内の駅)、旭区社会福祉協議会、旭区民文化センター サンハート、旭区市沢地区センター、ナイス住まいるCafe星川、NPO 法人ぎんがむら、かながわアートホール、特別養護老人ホームかわしまホーム(順不同)