



いそご区民活動支援センター情報紙

地域活動交流会 ~つながる、ひろがる~

日時：3/18(土) 14:00 ~ 16:00

場所：磯子公会堂集会室（磯子区役所 1階）

対象：登録グループ・団体、地域ボランティア講師、自治会町内会

申込：窓口・電話・メール・FAX

受付：2月13日(月)~ 定員：40人（先着）

ファシリテーター：安井 裕子氏

詳細は3Pをご確認ください



令和4年度 地域活動スキルアップ講座Ⅱ

~プロボノって何??~

「プロボノ入門講座」

プロボノしたい方 大歓迎!!

プロボノとは、“働きながら地域貢献したい”、“自分の関心のある分野で地域に役立ちたい”など、経験や専門知識を活かして地域活動の支援に取り組む無償ボランティアです。自分にも地域にも役立つプロボノについて学びます。新しい地域参加のヒントを見つけましょう。

【事例紹介】・活動運営のサポート(マニュアル作成、事務の効率化、経理業務の簡素化)等・チラシ作成、SNS活用、写真撮影、ウェブサイトの立ち上げ等

日時：令和5年2月25日(土) 13:00~15:00

場所：磯子区役所 7F 会議室

対象：プロボノ活動に興味のある方 40人(抽選)

持ち物：筆記用具

申込締切：令和5年2月10日(金)

窓口・電話・FAX・メールにて

講師：小林 智穂子氏 (認定NPO法人 サービスグラント 事務局長)

いそご区民活動支援センター 1day体験サロン

2月の1day体験サロン。HPでチェックしてみてください。

※1day体験サロンとは…地域ボランティア講師が区民の方に活動を広く知っていただくために体験講座を行っています。

☆紙芝居体験ワークショップ☆

6ページ参照

地球温暖化を救うために集まった勇者たちよ。隊長のたちつて☆トミーだ。よろしく！今こそ寒くてスベるダジャレで地球の温度を下げようではないか！真冬の日本の温度は現在 50 度。君の寒いダジャレで温度を下げてほしい！

日時：2023/2/26(日)13:30~15:30

参加費：300円

持ち物：筆記用具

対象：ダジャレが理解できる小学生以上の方

定員：10人 先着 申込受付中



申込み先・お問合せ：いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390 FAX 045-759-4116
E-mail: is-shienc@city.yokohama.jp



地域ボランティア講師&グループ・団体
登録数 (1月31日現在)
■地域ボランティア講師 219件
■グループ・団体 237件

2022年度 地域デビュー講座 報告

歩いて学んで磯子を知ろう！ ～私たちが住む街 磯子の魅力再発見～

4人の磯子区ボランティア応援隊のみなさまと、支援センターが協力して企画・実施する地域デビュー講座(全6回)を開催しました。地域で活動を始めたいと思っている方が、初めの一步を踏み出すための講座です。地域の魅力を楽しみながら学びます。20代から80代と年齢層も幅広く、17人の方に参加していただきました。

第1回はグループ対抗の“磯子クイズ”で盛り上がり、参加されたみなさまの距離が一気に縮まりました。その後3グループに分かれて、次回史跡散策に向けてのコース作りをしました。



第2回の葛城講師による「磯子の歴史」講座では、磯子区は横浜の発展の元になった素晴らしい土地だということを知りました。「自分の住んでいる磯子の歴史をもっと知りたくなった」「地名を知っているだけだったので、実際に歩いて見てみたくなった」などの感想があり、第3回の散策に向けて更に興味が沸いた様子でした。



第3回は朝から天気に恵まれ、3グループがそれぞれのコースを散策しました。

Aグループ「磯子歩こう会」は、三殿台～岡村天満宮～岡村公園、Bグループ「チームコスモス」は、なつかし公園～ヘルムドック～市電保存館、Cグループ「杉田グループ」は、東漸寺～熊野神社～杉田間宮陣屋跡～杉田八幡宮～妙法寺です。ヨコハマ歴史を歩く会の代表の石井さん、副代表の加藤さんにもアドバイザーとして参加していただきました。要所要所で由来や見どころを教えてください、新しい知識が増えて磯子の魅力を再発見することができました。「いそこの逸品」で紹介されている美味しいケーキ店や“ゆず”のゆかりの地、杉田の神社や寺院などを見て、一緒に歩くことによりメンバー同士のつながりが深まったように感じました。



岡村天満宮



三殿台



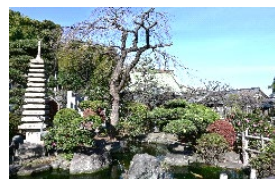
堀割川



なつかし公園



東漸寺



妙法寺

第4回は、2グループに分かれてそれぞれが磯子区の地域活動拠点へ行き、各地域で行っている活動内容の話を伺いました。1つは根岸橋にある「夢まる」で「堀割川魅力づくり実行委員会」の原会長と「NPO法人 夢・コミュニティ・ネットワーク」の坂本さんから、もう1つは杉田のYワイひろばで、「おもしろ科学たんけん工房」の杉山さんと屏風ヶ浦地域ケアプラザの関さんから地域住民に向けた活動の内容を伺うことができました。

「堀割川魅力づくり実行委員会」では、堀割川の美化運動や屋形船ツアーなどを行っているそうです。



原会長

受講者の方の感想は、「原会長の実直な人柄に引き込まれました。」「地域でいろいろな活動をされていて大変だと思いますが、楽しそうに話されているのが印象的でした。」「堀割川の歴史と土木遺産について聞き、とても勉強になりました。」とのことでした。「夢まる」(コミュニティステーション)では、坂本さんから、地域でのつながりづくり、街づくり、支援される人される人の垣根を越えて地域の課題を事業化していることを伺いました。「Yワイひろば」(コミュニティスペース)では「おもしろ科学たんけん工房」が地域の子どもの交流や高齢者にも夢を与えている様子がわかり、ボランティア活動の楽しさを知りました。屏風ヶ浦地域ケアプラザは積極的に地域活動をしていて心強いです、などの感想をいただきました。



坂本さん



夢まるの様子

第5回、6回では史跡散策や活動拠点で歩いた所を振り返り、3グループがパネルを作成し発表しました。3ページで紹介していますのでご覧ください。

今回の講座を通して、受講者のみなさまが磯子の魅力を再発見し、今後の地域活動を始めるきっかけづくりになることを期待します。



杉山さんと関さん



Yワイひろばの様子

地域活動 交流会 ～つながる、ひろがる～



3/18 (土) 14:00～16:00

磯子公会堂集会室（磯子区役所 1 階）
申込受付：2 月 13 日(月)～

楽しく知り合える
アイスブレイク
もあります！

活動を PR、情報
交換し、つなが
りができます！

直接話ができ
活動のヒントが
みつかります！

活動している方同士交流できる貴重な機会になります。地域活動のつながりをひろげて、楽しいひとときを一緒に過ごしましょう！



ファシリテーター：安井 裕子氏

市民の社会参加をコーディネートする NPO まちラボ理事、社会教育士、
つるみ MACHI 塾区民参加連続講座講師、金沢区主催事業講座講師 他多数

地域デビュー講座「歩いて学んで磯子を知ろう！」パネル紹介

磯子歴史マップをもとに歩いたコースや発見したことなどをグループごとにまとめました。また同じ地域で現在活動していること、新たに気づいたこともまとめました。区役所 7 階会議室横に掲示しています。ぜひご覧ください。

協力団体：ヨコハマ歴史を歩く会 石井さん・加藤さん
第 4 回協力

「夢まる」にて「堀割川魅力づくり実行委員会」原さん
「夢・コミュニティ・ネットワーク」坂本さん
「Yワイひろば」にて「おもしろ科学たんけん工房」杉山さん
「屏風ヶ浦地域ケアプラザ」関さん

A 磯子歩こう会

- 堀割川のいろいろなイベントをして大切に守ってくれる皆様に感謝です。
- 「夢まる」という場所が過ごしやすい地域になるのだと教えてくれました。



B チーム コスモス

- 原会長の顔マッサージの話が印象的でした。
- 坂本さんのビンゴのアイスブレイクが楽しかった。
- 地域の子ども達が理科好きになると良いですね。
- 「Yワイひろば」はアットホームで居心地が良かったです。



C 杉田グループ








地域デビュー講座「歩いて学んで磯子を知ろう！」講座終了後、受講生の中から 9 人の方が 1 月 10 日(火)に集まりました。今回の講座で他のグループが歩いたコースを歩きたいという声も出て、引き続き希望者で活動していくことになりました。まずは、2 月 14 日(火)10 時より、杉田の妙法寺へ梅を見に行きます。また、昨年地域デビュー講座「みんなで作って歩こう 磯子さんぽコース」後にできた「いそご散歩の会」も楽しく活動しているのでそちらに参加したり、今後も磯子の再発見をしながら楽しく活動を続けていただけたらと思います。



施設いちおしのイベント・講座情報

※施設の状況により、内容が中止・変更になる場合があります。詳細は各施設にお問い合わせください。

<p>磯子センター Tel 753-2861 Fax 753-2863 (休) 2/27 (月)</p> <p>絵本の部屋</p> <p>日時: 2/16(木)10:30~11:30 回数: 1回 対象: 未就学児と保護者 定員: 6組 費用: 無料 申込: ~2/16(木)当日まで(先着) 内容: 読み聞かせや手遊びをして楽しい時間を過ごしましょう</p> 	<p>根岸地区センター Tel 751-4777 Fax 751-4798 (休) 2/20 (月)</p> <p>育メンパパの ベビーマッサージ教室</p> <p>日時: 3/19(日) 10:00~12:00 回数: 1回 対象: 乳児と保護者 定員: 7組 費用: 500円 申込: 2/11(土)~(先着) 内容: 優しく触れて心と体がリラックス 赤ちゃんスヤスヤ パパも快眠 ママも楽ちん ママの参加も大歓迎</p> 	<p>杉田地区センター Tel 775-0541 Fax 775-0542 (休) 2/16 (木)</p> <p>石粉粘土でアロマストーンを作ろう①②</p> <p>日時: 3/5(日)①11:00~、②12:30~各1時間 回数: 2回 対象: 5歳~一般 5歳~小学3年生までは保護者とのペア 定員: 各回8人(組) 費用: 1,000円 申込: 2/5(日)~(先着) 内容: 石粉粘土を型抜きして、アロマストーンを作ります。乾かしてアロマオイルをつけますが、香りが飛んでしまっても、繰り返し使えます。</p> 
<p>上中里地区センター Tel 773-3929 Fax 773-3939 (休) 2/27 (月)</p> <p>認知症サポーター養成講座</p> <p>日時: 3/1(水)12:30~14:30 回数: 1回 対象: 一般 定員: 15人 費用: 無料 申込: 2/1~定員まで(先着) 内容: 「認知症」を身近なこととして理解を深めます。「そっと見守り、そっと手助け」できるあたたかな地域づくり、気づきが自分をも助けます。まずはご参加を!</p> 	<p>滝頭コミュニティハウス Tel 761-7928 Fax 754-4666 (休) 2/27 (月)</p> <p>整理収納・春 ~写真編~</p> <p>日時: 3/10(金)10:00~11:30 回数: 1回 対象: 一般 定員: 15人 費用: 500円 申込: 2/11(土)~(先着) 内容: たまってしまった写真の整理に困っていませんか。写真の整理は自分の人生と思い出に向き合う良いチャンスです。ぜひご参加ください。</p> 	<p>洋光台第三小学校コミュニティハウス Tel&Fax 832-8331 (休) 火・金</p> <p>ズンバゴールド ZUMBA GOLD</p> <p>日時: 2/19(日) 2/26(日)10:00~10:50 回数: 2回 対象: 一般 定員: 12人 費用: 1,200円 申込: 2/11(土)~(先着) 内容: ラテンや世界中の音楽とダンスを使ったフィットネスです。シニアやダンス初心者、リハビリ中の方などのためにデザインされたプログラムです。年齢や体力に関係なくどなたでも楽しめます。</p> 
<p>滝頭地域ケアプラザ Tel 750-5151 Fax 750-5155 (休) 2/19 (日)</p> <p>はじめてのちぎり絵講座</p> <p>日時: 2/26(日)13:30~15:30 回数: 1回 対象: 地域の方どなたでも 定員: 10人 費用: 600円 申込: 1/23(月)~(先着) 内容: ちぎり絵とは、色紙の上に和紙をちぎって貼り付けた作品です。和紙の優しい風合いを楽しみましょう。</p> 	<p>屏風ヶ浦地域ケアプラザ Tel 750-5411 Fax 751-2322 (休) 2/14 (火)</p> <p>オヤジの台所</p> <p>日時: 3/9(木)10:00~13:00 回数: 1回 対象: 概ね60歳以上の男性 定員: 4人 費用: 800円 申込: 2/9~(先着) 内容: 男性のための簡単料理教室です。健康に関する話を聞きながら楽しく料理しましょう!</p>	<p>区民文化センター杉田劇場 Tel 771-1212 Fax 770-5656 (休) 2/14・15(火・水)</p> <p>杉劇にこにこ冬まつりステージ 杉劇☆歌劇団 本公演2023『RUNWAY』</p> <p>日時: 2/12(日)①11:00~12:30 ②14:30~16:00 回数: 2回 対象: 制限なし 定員: 200名 費用: 【全席指定】一般1,000円 中学生以下・障がい者手帳をお持ちの方と同伴者500円 申込: チケット発売中 内容: 歌って、踊って、演技して、杉劇☆歌劇団。今回は磯子の空をテーマにした物語。</p> 

<p>区民文化センター杉田劇場 Tel 771-1212 Fax 770-5656 (休) 2/14・15(火・水)</p> <p>杉劇にこにこ冬まつりライブ2023</p> <p>日時: 2/5(日)15:00~17:00 回数: 1回 対象: 制限なし 定員: 200人 費用: 【全席指定】一般1,000円 中学生以下・障がい者手帳をお持ちの方と 同伴者500円</p> <p>申込: チケット発売中 内容: 障がいのあるなしにかかわらず、音楽 で、ダンスで、演劇で楽しむライブステ ージ!</p>  <p>©ヤナギヒロシ</p>	<p>磯子スポーツセンター Tel 771-8118 (休) 2/13 (月)</p> <p>出前教室①健康体操 出前教室②肩腰膝痛予防体操</p> <p>日時: ①2/27(月) 10:00~10:50 ②2/28(火) 13:00~13:50 会場: ①屏風ヶ浦地域ケアプラザ ②上笹下地域ケアプラザ 定員: 16歳以上 各20人 費用: 各500円 申込: 当日現地にて10分前から受付(先着順) 内容: 簡単な運動やストレッチを通して肩腰膝 の痛みの予防から健康・体力づくりを行 います。※室内シューズをお持ちくださ い。</p> 	<p>横浜市社会教育コーナー Tel&Fax 761-4321 (休) 2/6 (月)</p> <p>社会教育士をめざす人のための 基礎講座</p> <p>日時: 2/14、21、28、3/7(火) 18:30~20:30 回数: 4回 対象: 社会教育士をめざす人 定員: 20人 地域活動に関わる方 費用: 2,000円 申込: toiawase@yokohama-se.net 内容: 社会教育士とは、学びを社会の至るところに 仕掛け、豊かな地域づくりへの展開を支援す る専門人材です。本講座では、社会教育士に 求められる学習プログラム実施の基礎(企 画・立案からふりかえりまで)を学びます。</p>
<p>磯子図書館 Tel 753-2864 Fax 750-2528 (休) 2/20 (月)</p> <p>水道局パネル展</p> <p>日時: 2/1(水)~2/14(火) 回数: なし 対象: 一般 定員: なし 費用: なし 申込: なし 内容: 水道の仕組みや経営状況などを 紹介します。</p> 	<p>根岸なつかし公園 旧柳下邸 Tel&Fax 750-5022 (休) 2/14・28 (火)</p> <p>雛まつり</p> <p>日時: 2/12(日)~3/6(月) 10:00~16:00 対象: どなたでも 定員: なし 費用: 無料 申込: 不要 内容: 大正時代から現代までのお雛様を座敷に 飾ります。「おとなの塗り絵教室」や「雛の つるし飾り教室」参加者たちの作品も展 示。 ※1/30(月)~2/4(土)臨時休館。(公園は開園)</p> 	<p>磯子公会堂 Tel 750-2520 Fax 750-2521 (休) 2/27 (月)</p> <p>避難訓練コンサート 感染症拡大の状況により中止になる場合がございます</p> <p>日時: 2/18(土)13:30~15:30 定員: 300人(未就学児不可) 費用: 無料。入場券が必要です。 申込: 1/18(水)10:00~窓口配布(先着) ※当日券20枚は2/18、13:00~窓口配布 内容: 「もしもホールで地震が発生したら」を 想定し、災害時の心構え等を共に考 える機会としたいと思います。今回 は、感染症拡大防止のため避難は行 わず、座席でのレクチャーを行います。出 演: 東芝吹奏楽団 他</p> 

第32回 いそご芸術文化祭 ◆磯子文化協会◆

● 2月25日(土)

【邦舞部】邦舞部発表会

1年間の稽古の成果を発表する場として毎年
1回、邦舞部発表会を開催しております。

11:00~(受付10:30)

会場=磯子公会堂 入場無料

問合せ=Tel 045-731-3473(新川)

※留守番電話に要件を録音ください。

折り返しお電話いたします。

● 3月5日(日) 【謡曲部】謡曲と仕舞のつどい

能楽のシテ方4流派(観世流、宝生流、喜多流、金剛流)に属する7団体が謡曲と仕舞を
発表いたします。謡曲は能のセリフや歌唱を、楽器演奏なしで謡うものです。仕舞は能の
ハイライトの場面を舞うものです。日本の伝統芸能の一端をお楽しみいただければ幸いです。

10:00~16:00(予定)(受付時間9:30) 会場 久良岐能舞台 入場無料

問合せ Email: isogoyokyoku@gmail.com

● 3月2日(木)~3月6日(月)

【書道部】第32回書道部門作品展

磯子区を中心に活動している書の愛好者に
よる展覧会です。

10:00~17:00 3/6のみ10:00~16:00

会場=杉田劇場ギャラリー 観覧無料

問合せ=Tel/Fax 090-7412-8824(菅野)

※個人及び団体での当該作品展への出展

相談も承ります(出品料2,000円)。



磯子マジッククラブ



会員募集中です

いっしょにマジックを楽しみませんか！

- 対象：市内在住の 60 歳以上の方
- 例会：毎月第 1.3 土曜日 1 時～2 時半
- 問合せ：080-3533-9515
(会長：木村 信之)
- 講師：植木 将一（うえきまさかず）

磯子マジッククラブ

1983（昭 58）年 4 月 7 日創立
磯子センター喜楽荘趣味の教室修了生が
中心になって作ったクラブです。講師は
マジック歴 63 年で、講師歴 46 年、著作物
30 点弱 奇術会では知られた奇術家
奇楽会主宰 市内 3 クラブ専任講師



朝ボラけ



メンバー募集

楽しく練習を重ねています。南京玉すだれ
と共にマジックや民舞なども取り入れて、
高齢者ディナーサービスなどでボランティア活
動しています。

- 日時：第 2 火曜日・第 4 金曜日
9：00～12：00
- 場所：新杉田地域ケアプラザ
- 会費：無料（入会金 1,000 円）
※南京玉すだれを用意できる方



お問い合わせ：いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390

I am 地域ボランティア講師



オリジナル紙芝居を使って

- 1.笑うことの大切さ
- 2.考えることの大切さ
- 3.人を思いやることの大切さを
伝えていきます。

紙芝居作り一緒にやりましょう

ジャンル：紙芝居

氏 名：紙芝居救助隊隊長 たちつて☆トミー

資格など：2020 年より紙芝居



みんなで作る♪みんなで演じる♪

紙芝居体験ワークショップ



出来上がったらみんなで紙芝居師になって、寒くてスベる
ダジャレを演じて頂くワークショップイベントになります。

- 日 時：2 月 26 日（日） 13：30～15：30
- 場 所：いそご区民活動支援センター
- 参加費：300 円 ペアを組んで申込の場合 500 円
- 対 象：ダジャレが理解できる小学生以上の方
- 定 員：10 人（先着）
- 申込み：受付中 窓口・電話・メール
- 問合せ：いそご区民活動支援センター
電 話：754-2390 FAX：759-4116
メール：is-shienc@city.yokohama.jp

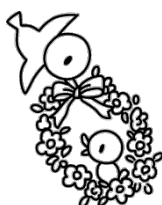
※地域ボランティア講師は、地域の各種施設、保育所・幼稚園、小・中学校、子ども会、親子サークル、
町内会、老人会、市民活動グループなどからの要請に応じて、講座、講演会、体験学習、芸術鑑賞などの講師や
実演者としてご紹介する“ボランティア人材登録制度”です。
詳しくは、いそご区民活動支援センターまでお問い合わせください。

子どもサポートセンター いそっこ

スタッフ募集

親子交流の場「いそっこひろば」や
乳幼児健診ボラをご一緒に!

- 日時: 第2水曜日(定例会)
磯子区社会福祉協議会
10:00~12:00
第4水曜日(いそっこひろば)
磯子センター
9:30~12:00
- 会費: 1,500円/年



お問合せ: いそご区民活動支援センター
TEL 045-754-2390



NPO法人 こどもりクラブ



◆DIY 女子会*mini*のご案内◆

キットを使った簡単工作をしたい方へお勧めです。お子さんの自由工作はもちろん、大人の方にも楽しんでいただける作品を多数ご用意してお待ちしています。お楽しみに~!!

- 開催日: 火曜日・木曜日
(完全予約制・1組定員3名まで)
- 時間: 10:30~12:00 (要相談)
- 場所: こどもりクラブ事務所
(横浜市磯子区田中2-1-2)
- 材料費: 500円~ (作品により異なります)
- 講師代: 500円
- 焼きペン・糸鋸の使用: 500円
- 申込: kanagawa@kodomoriclub.jp (メール)
✪その他の活動につきましては、こどもりクラブのブログをご覧ください

コラム 第一話

スマートシニアの夢とロマン「老年」

My column 日本健康心理学会員 川口 整



『執筆者の絵手紙作品2通』

早朝、「空っぽよ」とカミさんの声が聞こえました。床を上げ、歯を磨き、着替えやトイレで用を足している途中です。やかんで湯を沸かす『ながら作業』中に、記憶が蒸気とともに大気中へポット消えたのです。「僕の頭は、老いが明らかに忍び寄っています」。精神科医の和田秀樹は『85歳以上で脳にアルツハイマー型認知症の変性がない人はいない』と述べています。人は、遅かれ早かれ、認知症を患います。

フランスのジャンヌ・カルマンは、世界最長の122歳まで生きたとわれています。ほとんどの人は、100歳を待たずに、一生を終えています。人生百年時代を自分の想定通りに生きることができれば、幸せでしょう。

老いの賢い生活を「スマ楽」と言います。60代からの余生で、アクティブに明るく、地域へ交わり、生きる意志を表すことに尽くす方のことで『スマートシニアを楽しむ』の略です。

スマ楽で生きるための心掛は『家族や社会の負担を少なくして、ベッドに負ぶさる時間を短く』が、自分流で自立の生活を長くです。『健康寿命の延伸』と『認知症疾患の予防』講座・講演へつながり、共感を得ています。まず、スマ楽60代は、自分らしさを80%発揮することを目標にします。次に、70代は60%、80代は40%、90代は20%の自分らしさ発揮が目標です。自分らしく生きたいと夢見る老いには、ロマンを感じます。

老後の生活ではなく、「老い」の想定が大切なのです。「老い」には誰も立ちはだかることはできない。宮本武蔵曰く『我事において後悔をせず』です。老いて(までも!)、悔いを残すような生活はしたくない。「老い」は抗えない問題なのです。「このままだとどうなる」 つづく

2023年度

貸グループボックス利用団体・グループ募集

会員同士の連絡や備品の保管場所として『無料』で利用できます。

A4 サイズが収納可能 (小)48 個

【利用期間】2023年4月6日(木)~2024年3月31日(日)

(4月1日~5日までは入れ替え期間です)

【設置場所】いそご区民活動支援センター(磯子区役所7階)

【対象】磯子区を中心に活動している団体・グループ

【申込期間】2023年2月28日(火)締切

【申込方法】申込用紙(チラシ裏面)にご記入の上、窓口・FAX
またはEメールでいそご区民活動支援センターへ

※1団体・グループにつきグループボックスを1個貸し出します。

ご連絡がない場合には、ご一報ください。

※注意事項

FAX や郵便物の宛先にはお使いいただけません

危険物、食品などご利用いただけのないものがあります

貸グループボックスに入らないものをお預かりすることは、お断りさせていただきます

ロッカーは施錠できませんので、紛失などについては責任を負いかねます



A3 サイズが収納可能 (大)18 個



A3 サイズが横で収納可能 (特大)16 個



第8回

磯子区民輪投げ大会 参加者大募集

募集期間:令和5年1月20日(金)~
令和5年2月24日(金)まで

参加賞
あり

日時:令和5年3月5日(日)

9時30分~12時(9時15分受付)

場所:磯子地区センター
(磯子駅から徒歩12分)

定員:先着48名

持ち物:室内用シューズ

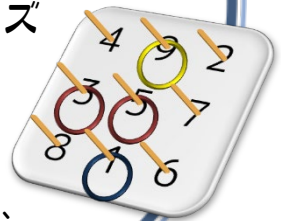
参加費:無料!!

(区内在住・在勤・在学)

投げる距離は

小学校4年生以下は2m、

それ以外の方は3mです。



申込方法:お名前・住所・TEL・メールアドレスをご記入の上、
郵送・FAX・メール等で事務局までお申し込みください。

※磯子区役所ホームページからもダウンロードできます。
(「磯子区スポーツ推進委員」で検索してください。)

☆事務局:磯子区スポーツ推進委員連絡協議会事務局

〒235-0016 磯子区磯子3-5-1 TEL:750-2393 FAX:750-2534

大人から子供まで個人でもグループでも申込可!こぞってご応募ください!!

※磯子区役所ホームページからもダウンロードできます。(「磯子区スポーツ推進委員」で検索してください。)

MAIL:is-sports@city.yokohama.jp

ホームページ: https://www.city.yokohama.lg.jp/isogo/kurashi/kyodo_manabi/manabi/sports/taishi.html

いそご区民活動支援センター情報紙「いそつな」

発行・問合せ/いそご区民活動支援センター
市民活動や生涯学習の相談に応じます。

〒235-0016 横浜市磯子区磯子3-5-1 (磯子区総合庁舎7階)

TEL 045-754-2390 FAX 045-759-4116

E-mail: is-shienc@city.yokohama.jp

ホームページは、こちらから↑



◆編集後記◆

いよいよ新年を迎えました。今年はうさぎのように軽やかに行動したいです。支援センターでも講座等たくさん企画しておりますのでお待ちしています

