



アクセスみなみ

2013南区

街の先生 一日体験講座

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジとなつてまる2年が過ぎ、外国人の「街の先生」の登録も増えてきました。今回は韓国・ペルー・イランの方々による講座もあり、日本の文化紹介などお互いに多文化を学びあえるといいなと思います。皆様の参加をお待ちしています。

《講座一覧》

7月26日(金)	
豆色紙に作品づくり 毛筆で好きな字と書体で色紙に書きます 10:00~12:00 成人 500円 10人 筆ペンか小筆	及川重雄
ペットボトル体操で体を楽に 色々動きながら首・肩・腰のコリを楽にしていきます 10:00~11:30 無料 一般・どなたでも 20人 タオル 水	島村啓子
スペイン語・初級編 スペイン語のほか、出身国ペルーの文化も話します 10:00~12:00 中学生以上 100円 12人 筆記用具	カーリーナ
エクセル活用術 分かりやすい税務申告・家計簿管理などの実例を紹介 13:00~14:00 パソコン中級以上 100円 5人 パソコン	高川敏雄
アロマセラピーで認知症予防をしよう アロマ活用法とエアフレッシュナー作りをします 13:00~15:00 興味のある方 500円 12人	大原千恵子

7月27日(土)	
スポーツ吹き矢 一矢一息 気分爽快! 吹き矢の基本から、矢取り、ルールを学び実際に体験 10:00~12:00 どなたでも 無料 12人	安藤敏達
初めての絵手紙 和紙八ガキに季節の花や野菜などを描きます 10:00~12:00 小学生以上 300円 12人	後藤まゆみ
タブレットでできること、できないこと パソコンやスマートフォンとの違いを学びます 13:00~15:00 興味のある方 無料 5人 あればタブレット	高見知英
自然な韓国語を学ぼう ハングルの構成、初対面の人との自己紹介をします 14:00~15:30 どなたでも 100円 12人 筆記用具	朴賢姫

7月28日(日)	
デザインして遊ぼう 写真入りキーホルダー・ハガキアート作りをします 9:30~12:00 幼児~大人 キーホルダー500円 10人 ハガキアート 200円 30人	白岩秀勝
人間力のつく読書術 「知のマップ」や「三身一体思考」の説明をします 10:00~12:00 高校生以上 200円 12人	村上正
はじめての詩吟 発声・素読・呼吸法などを行い大きな声で歌ってみます 10:00~12:00 幼稚園児~無料 20人	小林雅鵬

7月29日(月)	
はじめてのオカリナ オカリナ演奏の基礎を学び、曲にもチャレンジします 10:00~12:00 どなたでも 500円(レンタル代)20人 筆記用具・アルトC管(持っている人)	小棚木恵美子
ミニ色紙で壁掛け飾り 漢字1文字を練習し、ミニ色紙に書いて作品を作ります 10:00~12:00 どなたでも 500円 10人 書道具一式	音田幸子
ベリーダンスでベリーエンジョイ 手・ステップ・腰・おなかなど基本的な動きから練習します 14:00~16:00 どなたでも 無料 10人 タオル・水	山本アイダ

会場: 申込み・問合せ

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ
〒232-0024 南区浦舟町 3-46 浦舟複合福祉施設 10階
電話 232-9544 FAX 242-0897
講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を葉書・電話・FAXで窓口に連絡
〆切 7月12日(金) 多数抽選
(個人情報本講座のみで使います)

「歩いてさがそう南区の魅力」 パート2が始まりました。

昨年度の講座受講生がまち歩きガイドを目指して学習する講座が4月より始まりました。

毎月1回は定例会。そのほかに自分たちでガイドを体験します。南区内の地区別5つ(A~E)のグループに分かれ、活動を始めています。

第1回4月4日:グループごとの自主歩きの発表。



皆さん、歩くだけでなく食べ物屋さんにも立ち寄って楽しみながら活動をしています。

第2回5月16日:南区を知ろう会の遠藤さんにガイドのノウハウの話を聞きました。10年間、南区をガイドしてこられた経験は大変貴重でした。



そして5月29日には六ツ川地区、6月6日には井土ヶ谷地区のグループが他のメンバーを対象に案内しました。何度も集まり、説明者を分担するなど和気あいあいに準備を進め、初めて人前でガイドするメンバーは緊張気味でしたが、大変好評でした。今年度中に区内で一般の方を対象にガイドデビューを目指します。



「南区 外国につながる中学生の学習支援教室」

昨年6月から始まった、みなみラウンジでの17時からの教室。来日したばかりで日本語を勉強する生徒、基礎でつまづいてしまった数学や英語を勉強し直したい生徒がボランティアの力を借りて、懸命に学んでいます。

昨年は、南区内の5校の中学校に通う17名の生徒たちがこの教室に参加しました。



卒業しためぐちゃんの作品

子どもたちがボランティアのお誕生日に贈った寄せ書き



ボランティアの方々も日々の学習を欠かしません

3月に8人の卒業生を見送った後、「早く勉強を始めてほしい」という生徒の声で、新学期は4月6日から再開。少しずつメンバーが増え、現在12人の生徒が通っています。

いつも優しく、しかし、ある時は少し厳しく、ボランティアさんとの信頼関係の下、明日の日本を支える子どもたちがここでも頑張っています。



今年5月の教室風景

足つぼマッサージ & ヨガストレッチ

由本 和江さん



街の先生こんにちは

別所コミュニティハウスで行われたヨガにお邪魔しました。「足の裏にある3つのアーチが大切」との話から始まりました。指で行くと腱鞘炎になる可能性があるため、官足棒という棒を使用して足のつぼを押していきます。すべての足のつぼが脳・首・内臓とつながっているので、まずその位置を知ることが大切ですが、素人には見つけにくく、先生が一人ひとりを見て回ります。中まで効くように1点押しをしますが、先生が行くと「イテテ」と思わず声が出ます。残り30分はヨガのストレッチ。「大勢で動作する時は人と比較せず自分のペースで気持ちよく行るのが一番」という言葉が心に残りました。



先生よりひとこと

これからも高齢者の方が健康に過ごすお手伝いがしたいと思います

★第6回横浜シニアペタンク大会★

見に来ませんか？



開催日:7月7日(日)雨天決行
試合開始:9:15
会場:永田みなみ台公園
(横浜市南区永田みなみ台4)
主催:横浜市ペタンク協会
◀和歌山国体マスコット

ペタンクとは1910年に南フランスで生まれた球技で世界55カ国以上でペタンク競技が行われており、発祥国フランスでは、500万人がプレーを楽しんでいます。ペタンクが日本に紹介されたのは昭和40年代で子どもからお年寄りまで幅広く親しまれるようになっていきます。地面に描いたサークル(35cmから50cm)から目標球(ビュット)に金属製のボール(ブール)を投げて相手より目標球に近づけることで得点を競い合います

【競技方法】対戦方式～2対2(ダブルス)

【参加資格】60歳以上の横浜市ペタンク協会会員とペタンク愛好者

【参加費】横浜市ペタンク協会会員 1人1,000円
ペタンク愛好者 1人1,500円

【問合せ】みなみペタンククラブ 三浦(252)6535

【申込〆切】6月23日

南区の施設紹介

別所コミュニティハウス

皆様のご来館を
心からお待ちしています
スタッフ一同



南区内7か所目のコミュニティハウスとして2012年3月にオープンして丸1年を迎えた現在、地域に親しまれる施設として定着してきました。

団体利用(要登録・予約)の集会室3室と調理室、個人利用の談話室・キッズコーナーがあり、自治体・町内会などの集会や食事サービス・お年寄りのお茶会等、地域のコミュニティ活動に利用されています。又利用団体としてパソコン・エアロビ・日本舞踊・フラダンス・水彩画・手芸など100団体以上のグループが登録し活発に活動しています。

どの集会室も大きな窓を備え、明るく気持ちの良い施設です。特に集会室1には、壁面全体に鏡が備えつけられています。キッズコーナーには、カーテンで仕切ることが出来る授乳コーナーもあり、子育て世代のお母さんに好評を得ています。利用者の一人は「今まで弘明寺や蒔田まで行かなくては利用できませんでしたが、別所地域にこうした施設が出来て助かります」と話していました。

アクセス:バス「南が丘中学校前」下車徒歩2分

講演会&相談会「円満な相続のしかた」

開催日:7月17日(水)

13:30～15:00

講師:茂木一晃

(元横浜家庭裁判所 家事調停委員)

参加費:300円(資料代)

主催:(社)神奈川健生

横浜中央地区ネット



営々と築いた財産、せっかく残された財産がもとで親子、兄弟など親族間で争いが起こったら、悔やまれてなりません。昨今、財産の多い少ないにかかわらず、争いが増えているようです。今回は経験豊富な講師が、最近の相続事情から遺言書の作り方まで、分かりやすくお話し、皆さまの素朴な疑問お悩みにお応えします。

【問合せ】窓口担当 種田 070-5549-0494

【会場】みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ研修室

【後援】(社)神奈川健康生きがいつくりアドバイザー協議会

《申込み方法等、詳細は各地区センター、ケアプラザ等での配布チラシ、みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ(<http://tabunka.minamilounge.com/>)HPをご覧ください》

2013年度

支援者向けスキルアップ講座



連続講座ですが、

1講座のみの参加もOKです

- ①「対人援助者のためのコミュニティースキル」
9月27日(金) 14～16時 講師:山ノ内 尊雄
- ②「燃えつきないためのセルフケア」
10月25日(金) 14～16時 講師:山ノ内 尊雄
- ③「うつなどの精神疾患を抱えた親との関わり方」
11月22日(金) 14～16時 講師:ウイザルト千佳こ
- ④「発達障がいの子どもの対応」
2014年1月24日(金) 14～16時 講師:土山 由己
- ⑤「ラベルワークを学んで活動に活かそう!」
2014年2月18日(火)14～16時 講師:竹迫 和代
《講師敬称略》

◆参加費 1講座 ¥500

◆会場 みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ(予定)

◆問合せ/申込み ひだまりの森 子育て期の相談室

☎ 045-341-3607 月～金 10～16時

e-mail hidamarimori1154@sky.hi-ho.ne.jp

主催:ひだまりの森



市民活動登録団体紹介

目の不自由な人と一緒に
映画を見よう！

「ヨコハマらいぶシネマ（通称ハマらいぶ）」は、目の不自由な人たちと一緒に映画を楽しむために、横浜を拠点に活動しているボランティア団体です。失明前には映画が好きだった人、映画に興味はあるけれどあきらめてしまった人は、実は大勢います。「ハマらいぶ」では、映画の場面や人物の動き、情景などを言葉で説明する「音声ガイド」をつけることで、視覚障がい者が映画を楽しむためのサポートをしています。

活動のあゆみ

ハマらいぶは平成21年6月、みなとみらいでおこなわれた「横浜バリアフリー映画祭」に向けて、音声ガイド付き上映を行うために集まったメンバーを中心に発足しました。その後、活動の拠点を黄金町にある映画館「シネマ・ジャック&ベティ」に置き、毎月1本の映画を選び音声ガイド付き上映をしています。

その後、港北区民ミュージカルなど他団体の活動にもガイドをつけたり、横浜市立盲特別支援学校で体験上映会を開いて、目の不自由な子どもたちに楽しんでもらったりと、活動を広げてきました。これらの活動が認められて平成24年3月、かながわボランタリー奨励賞を受賞しました。

音声ガイド付き上映とは

ガイドは映写室やモニタールームから実際に映写されている映像を見ながら行きます。ガイドの音声はFM送信機で場内に送られ、ガイドを聞く方はラジオで受信しイヤホンで聞きながら映画を見ます。外国映画の時は複数のメンバーが分担して字幕を読み上げる「字幕朗読」も必要になります。映画を見た後はガイドのメンバーとお客様とを交えた「お茶会」があります。映画の感想や音声ガイドで伝わらなかったところの説明を聞きながら、しばし楽しいひと時をもっています。

主な活動

「シネマ ジャック&ベティ」での音声ガイドつき上映

毎月第1日曜日に音声ガイド付き映画上映をしています。また、月に一度のヒバリチャンネルや話題作などにも、随時音声ガイドをつけています。

音声ガイド勉強会

毎月第2日曜日に、視覚障がい者モニターと一緒に、よりよい音声ガイドをつけるための勉強会をみなみ市民活動・多文化共生ラウンジにて開いています。

メンバーを募集中

一緒に活動しませんか？まずは映画を見に来てください。ガイドだけではなく、駅からの誘導や映画の解説などいろいろなスタッフが必要です。映画が好きな方、人とかがわりたいという方大歓迎です。ぜひスタッフになって活動を支えてください。

<お知らせ>

『アクセスみなみ』に活動紹介や仲間募集を掲載しませんか？

利用登録団体は、各団体が行っている市民向け講座やイベント、活動などをPRすることができます。

次回原稿〆切 8月中旬(9月発行)

ヨコハマらいぶシネマ

代表 鳥居秀和
TEL : 045-243-9800
(シネマ・ジャック&ベティ内)

<http://www.koganecho.com/hamalive/>



今日もステキな映画を見ました



黒岩知事から表彰を受けました



映画を見ながらガイドの練習

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ

〒232-0024 南区浦舟町3丁目46番地 浦舟複合福祉施設10階

TEL 045- 232-9544、045-242-0888(外国語対応)

FAX 045-242-0897

<http://tabunka.minamilounge.com/>

相談時間：午前9時～午後5時

相談言語：日本語・中国語(毎日)、英語(水)、タイ語(木)、タガログ(金)

休館日：第3月曜日 および年末年始(12/29～1/3)