

センターだより

新春号

令和7年1月発行
泉区地域振興課
いずみ区民活動支援センター



生涯学習講座開催案内

講義&調理実習

薬膳講師から学ぶ 食と健康

第1回 講義「食と健康 薬膳の基礎知識」

1/20(月)

会場: 泉区役所4階4AB 会議室

時間: 10:00~12:00

第2回 調理実習「季節の養生 春の薬膳料理」

3/4(火)

会場: 立場地区センター料理室

時間: 10:00~13:00

食材費: 1,000円



講座のページ

季節ごとや年齢を重ねるごとに、さまざまな体調不良や体の変化を感じることがあります。そんなとき薬膳では、その時、その人の体調に合わせた食材を取り入れて体の中から元気になることを目指します。薬膳の基礎と調理を学んで、健康のヒントを見つけましょう！

講師: ちゅうがんじ みゆき 氏

家族や自身の体調不良をきっかけに「薬膳」で生活養生を始め、食と健康の大切さに気づく。現在は和食に薬膳を取り入れた料理教室を開催し、講演、レシピ提供・監修などを行う。



マッチング支援講座開催案内

気象防災講座 ~あなたとあなたの大切な人を守るために~

2/19(水)

会場: いずみ野地域ケアプラザ

時間: 14:00~16:00



講座のページ

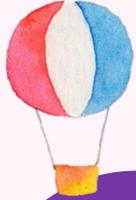
気象災害が多発している今、私たちが最も知っておきたい、気象が引き起こす災害と命を守るための行動について学びます。解説に加えて雲を作る、気圧を可視化するなどの実験も行い、気象や災害について理解を深めます。

講師: 気象予報士 ^{まきの つねあき} 牧野 恒明 氏

現在、気象庁気象科学館で解説員として館内の案内などを行っている。また、気象予報士会「サニーエンジェルス」などに所属し、気象実験や講演など幅広く活動中



泉区人財バンク趣味と活動PR展



イベントや行事などのパフォーマーや講師をお探しの方、趣味やサークルをお探しの方、必見！登録者の活動を紹介します！
なにか新しいことを始めてみませんか。★入場無料★



3/3(月)
12時から
3/7(金)
14時まで

会場

イトーヨーカドー立場店
1階駅側入り口
(市営地下鉄「立場」駅すぐ)

ポスター展示&チラシ配架

ポスター&チラシのジャンル一例

音楽、パフォーマンス、健康づくり、情報、歴史、
絵画、手芸、華道、子育て、仲間づくりなど

3/10(月)
10時から
3/14(金)
14時まで

会場

泉区役所
1階区民ホール

作品展示と
ポスター展示&チラシ配架

泉区役所会場ではポスター展示と持ち帰り
チラシに加えて作品も展示します！

作品のジャンル一例

アロマストーンサシェ、陶器、焼き絵、いけばな、
切り絵、手芸品、色鉛筆アートなど

変更や中止になる場合があります。ご来場の前に、ホームページをご確認いただくか、お問合せください。



泉区人財バンクとは…

過去の開催の様子

PR展のページ

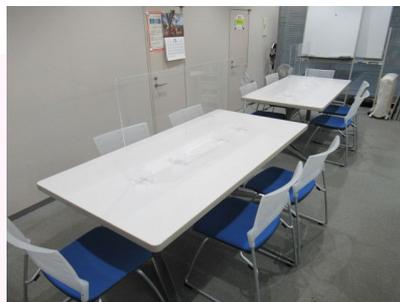
自分の知識や経験・特技を「誰かに伝えたい！地域に役立てたい！」と考えている地域のボランティア講師やパフォーマー・活動団体、「仲間を募集したい！」サークル・団体の登録制度です。

いずみ区民活動支援センター利用登録団体募集

いずみ区民活動支援センターに利用登録申込をすると、ミーティングルームとレターケースを無料で利用することができます。

- ミーティングルーム 勉強会、会議、打合せ、作業等に利用できます。
- レターケース 地域活動・学習活動団体内の活動資料・書類の保管、情報交換、連絡等に利用できます。

※登録は随時募集しています。



ミーティングルーム



レターケース

人財バンク登録グループの活動取材しました

ほっと♡カフェ

仲間を募集
しています

ドリップで丁寧に淹れたコーヒーでおもてなしをする活動をしています。子育てサロン、高齢者施設、障害者施設等からのご依頼をお待ちしています。

指導
披露します



訪問記

いずみメールクワイア



コーラスや音楽の魅力に対する熱い思いや、苦楽をともにして深まる仲間の絆についてのお話を伺いました。

随時団員募集中です！まずは、体験から始めてみませんか？



泉区人財バンク新規登録

KaoLingo(アロマ)

(指導します)

最近人気の日本のアロマやハーブを使い、どなたでも気軽に簡単に生活の中にとりいれられるものを作成します。

ルームスプレーや虫よけスプレー、ロールオン、ネイルオイル、アロマサシェ、手ごね石けん、ハンドクリームなど対象年齢、時間、予算等に合わせ対応します。



アロマ (石鹸)



アロマ (サシェ)

KaoLingo(ベビーマッサージ)

(指導します)

0歳児を対象 お洋服の上からでも行える内容にしています。その他保育園で人気のある簡単な触れあいあそび、絵本の読み聞かせもします。

(保育士資格有)



トーンチャイムサークル「チャムオケ！」

(指導します／仲間を募集しています)

指導の内容

- トーンチャイム基礎演奏体験(キラキラ星、アメージンググレイスなど)
- 色々な奏法での音の聴こえ方・音遊び
- トーンチャイム脳トレ演奏(一人三本担当し、途中で持ち替えなど)

団体紹介・PR

横浜市内でも数少ないトーンチャイム演奏体験ができるサークルです。一振りすれば、誰でもトーンチャイムのきれいな音が出せます。音楽未経験者も含めたメンバーで交流しながら毎月演奏を楽しんでいます。



演奏の様子

開催報告 「伝える！伝わる！広報講座」

日ごろ地域で活動やイベントなどを企画・広報している人を対象に、伝えたい人に効果的に届けるために「伝わる広報」のポイントを学ぶ、3回の講座を開催しました。



講座
イベント
情報

第1回基礎編 9月17日（火）開催

講師に認定特定非営利活動法人森ノオト理事長の北原まどか氏を迎え、情報を届けたい相手に対して確実に届ける広報手段を考えることの大切さを学びました。



講師の北原氏

第2回チラシ編 10月23日（水）開催

講師にNPO法人ジェンダー平等 Labota 理事の坂田静香氏を迎え、人が集まる催しにするには、まずは企画が重要であることを知り、どのような企画・チラシが集客できるかを学びました。



講師の坂田氏

第3回デジタル編 11月6日（水）開催

講師に株式会社 LOCAL JAPAN 代表取締役の頼栄明氏を迎え、「伝えたい内容」に合ったデジタルツールを選択することの必要性や、各発信方法のメリットと注意点を学び、LINE 公式アカウントの体験をしました。



講師の頼氏

いずみ多文化共生コーナーからのお知らせ

泉区役所 日本語教室



2024年10月から始まった第1期日本語教室は全9回の授業を開催し、楽しみながら日本語を学びました。

第2期日本語教室は、2025年1月16日（木）から始まります。

●第2期開催日

2025年1月16日から3月13日（全9回）毎週木曜日 午前10時から12時
電話、FAX、Eメールまたは窓口でお申込みいただけます。

いずみ多文化共生コーナー Izumi Multicultural Community Corner

多言語による情報提供、多文化に関する情報提供を行っています。

【窓口開設時間】月曜日・火曜日・木曜日 9:00~12:00、13:00~16:00 ※閉庁日をのぞきます。

【場所】区役所1階、いずみ区民活動支援センター内

【お問い合わせ先】電話番号：045-800-2487 FAX：045-800-2518

メール：iz-tabunka@city.yokohama.lg.jp

【対応言語】2024年度：日本語・英語



多文化共生コーナーのページ

発行

問合せ いずみ区民活動支援センター

所在地 泉区役所1階 104窓口

電話 045-800-2393 FAX 045-800-2518

メール iz-kuminkatsudou@city.yokohama.lg.jp

ホームページもご覧ください。

いずみ区民活動支援センター

検索

