



金沢区 STAY HOME おうちでエクササイズ!

新型コロナウイルス感染症の影響で
おうちで過ごす時間が増え、運動不足になっていませんか?
金沢区では、おうちでできる様々なエクササイズ動画を配信しています!
ご自身の年齢や目的に沿って、自分に合った動画を選んで、
おうちで身体を動かしてみませんか?

動画
閲覧方法

ホームページ [金沢区おうちでエクササイズ](#) 検索
または二次元コードから検索し、観たい動画をクリック!



老若男女問わずにできます～ストレッチ&体操～

自分の
目的に合った
動画を探そう!

「街の先生」
も登場!



美姿勢ストレッチ!

他にも様々な
おうちでできる
エクササイズ
動画を配信!

脂肪を燃やそう 🔥 有酸素運動



ボクシングでエクササイズ!

同時配信!

金沢区オンライン
動画を楽しもう!
～おうちで体験し
よう♪学ぼう♪～

検索

身近なものでできる筋トレ



ペットボトルを使った筋トレ!

新規登録

こぎん刺し「モドコの会」
(こぎん刺し)



こぎん刺し
の制作

☆街の先生 183 名
☆登録団体 180 件
※令和3年2月1日現在



問合せ先

金沢区役所地域振興課

TEL : 045-788-7805

メール: Kz-sports@city.yokohama.jp



イベント・講座のお知らせ

イベント

第24回 称名寺薪能 ^{かね さわ のう} 金澤能

能「土蜘蛛」櫻間右陣 狂言「口真似」野村萬斎

◇日時:5月3日(祝・月) ①14時開演(13時開場)

②18時開演(17時開場)

◇会場:金沢公会堂 (2021年は金沢公会堂にて開催)

チケット販売

◆全席指定 S席 7,000円 A席 6,500円【区役所での両日販売分に限り各券 500円割引】

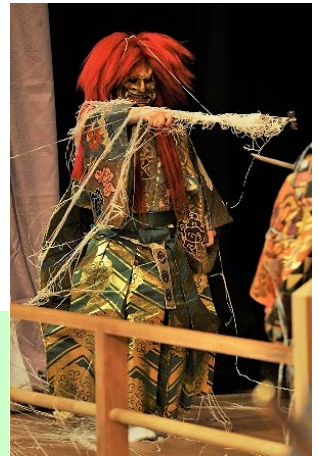
◆販売・金沢区役所1階エントランスホール 3/27(土)・28(日) 9時～16時 (一人6枚まで)

・チケットぴあ 3/27(土) 10時より Pコード:504-896

主催:「称名寺薪能」実行委員会 共催:金沢区役所

問合せ:「称名寺薪能」実行委員会 03-3556-6176(土日祝日を除く午前10時～午後5時)

2公演とも能および狂言の演目は同じです。



(撮影:三上 文規氏)

新型コロナウイルス感染症対策について

神奈川県および横浜市のガイドラインに則して対策を行います。状況によりやむを得ず内容変更や公演中止の可能性あります。

講座

2021年度 講座受講者募集

やまざくら～自然と歴史の会～

「やまざくら」は、金沢区や周辺の自然と歴史を学ぶグループです。一緒に学びませんか？(講師)

- 定員:60名(応募多数の場合、抽選)
- 年間会費:3,000円(初回に一括納入)
- 申込方法:通常はがきに「やまざくら受講希望」と記入の上、①郵便番号②住所③氏名(ふりがな)④年令⑤性別⑥電話番号を記入してお申込みください。
〒236-0046 金沢区釜利谷西 1-45-26
久保田方 やまざくら事務局まで
- 申込締切:2月28日(日)必着
- 問合せ:045-783-9314
(18時～21時 火木除く)
- ※詳細はチラシをご覧ください

①4/15(木)	<講義>金沢区内の寺と神社の歴史 Part2	歴史研究家 盛本 昌広氏
②6/17(木)	<講義>金沢文庫文書にみえる喫茶文化	関東学院大学 客員教授 永井 晋氏
③【仮】8/19(木)	<展示解説と観覧> 詳細が決まり次第講座でお知らせします	神奈川県立金沢文庫 学芸員
④9/3(金)	<講義>神奈川の仏像と神像 Part2	神奈川県立歴史博物館 館長 薄井 和男氏
⑤9/16(木)	<講義>金沢猫とその周辺	上智大学 特任教授 西岡 芳文氏
⑥10/22(金)	<講義>明治時代の六浦荘村—布川悦五郎日記から	横浜開港資料館 館長 西川 武臣氏
⑦11/18(木)	<講義>小田原北条氏時代の横浜地域	青山学院大学 非常勤講師 真鍋 淳哉氏

※会場:金沢地区センター 但し:③のみ神奈川県立金沢文庫 ※時間:9時30分から11時30分

※新型コロナウイルス感染症対策(マスク着用・手指消毒・人と人との距離確保・体調不良の方はご遠慮いただくなど)を講じて開催します。
☆緊急事態宣言がある場合、施設利用制限(定員など)ある場合は変更する可能性があります。

講座

歴史講座のご案内 (会員募集)

生涯学習「絆」～人と歴史をつなぐ～

あなたも参加しませんか？ 郷土金沢を中心に広く歴史を講座と探訪で、楽しく学んでいきます。
シリーズ講演は、単独でも完結して楽しめます。

(講師)

- 年会費:3,000円(初回講座時納入)
- 定員:80名(応募多数の場合、抽選)
- 申込方法:Eメール、FAXまたはハガキにて
- ①「絆」入会希望②住所③氏名(ふりがな)
- ④生年月日⑤TEL/FAX⑥Eメールアドレス
- ⑦紹介者名をご記入の上、事務局宛て申込ください。
- ※ご提供いただいた個人情報は「絆」の運営以外には使用しません。
- 申込締切:3月14日(日)当日消印有効
- 「絆」事務局
〒236-0046 金沢区釜利谷西 5-3-7
大橋 仁方
TEL/FAX:045-784-3544
Eメール:h2ox@nifty.com
- ※詳細はチラシをご覧ください

①4/28(水)	室町・戦国時代の六浦	NPO法人 横濱金澤シティガイド協会 松崎 寛氏
②4/28(水)	三浦一族最後の日、その時新井城では	三浦道寸研究家 アダチ クリスティ氏
③5/19(水)	【探訪】太平洋戦争の記憶～金沢区の戦跡を訪ねる ※京急金沢八景駅(改札口3階) 9時30分集合	「絆」運営委員会
④9/15(水)	横浜港湾史③ ～関東大震災後の横浜港の危機と復興	関東学院大学名誉教授 小林 照夫氏
⑤9/15(水)	戦国から天下泰平へ④ ～豊臣政権と近世社会の成立	青山学院大学講師 真鍋 淳哉氏
⑥10/20(水)	【探訪】街歩き:金沢発展の礎 泥亀新田の350年の歴史をひもとく※京急金沢八景駅(改札口3階) 9時30分集合	NPO法人横濱金澤シティガイド協会
⑦11/10(水)	横浜港湾史④～第二次世界大戦後の港都横浜	関東学院大学名誉教授 小林 照夫氏
⑧11/10(水)	戦国から天下泰平へ⑤～徳川家康と江戸幕府の成立	青山学院大学講師 真鍋 淳哉氏
⑨11/18(木)	【バス旅行】上総国里見所縁の姫たちの戦国	「絆」運営委員会

◆会場③⑥⑨以外は、金沢公会堂講堂 ◆時間 ①④⑦:9時30分～11時30分 ②⑤⑧:13時30分～15時30分

老人憩いの家「伝心寺」で行われたミニ体験講座の様子。
「遺言・相続の手続き」について分かりやすく説明していただきました。



※つながりステーション参加サロン

さくら茶屋にししば・ジュピのえんがわ・もりのお茶の間・リトルハウス
Welcafe・釜利谷ふれあいカフェ・みんなの居場所 結・ほっこり



情報共有・課題解決の場として連絡会を開いています。8サロンでリレー式にコラムをお届けします。今回は「ジュピのえんがわ」をご紹介します。

ほっこりと、お日さまのにおいがする・・・富岡サロン

ジュピのえんがわ

「ジュピのえんがわ」は横浜市金沢区富岡東にある古民家(空き家)をリニューアルして2016年3月7日にオープンした、地域の誰もが気軽に利用でき、子どもから大人まで多世代にわたって、日常の中で交流しあえる居場所として、有志やボランティアによって運営しているコミュニティサロンです。

オープン時間：11時～16時(毎週土曜日定休)
横浜市金沢区富岡東 3-14-47 ☎045-294-2947
E-mail●jupi_no_engawa@tc4.so-net.ne.jp
ブログ●jupino-engawa.jugem.jp
ホームページ●jupino-engawa.com

毎月最後の土曜日(11時～15時)は富岡会館でジュピの「つきいち」

令和2年7月から毎週土曜日、富岡第二地区社協のご厚意で、富岡会館の庭先をお借りして駄菓子コーナーの出張販売を始めましたが、都合により同年11月21日をもって一旦活動休止としました。多くの皆様の声援に後押しされ、令和3年から毎月最終土曜日をヨコハママナビの協力で、同じ富岡会館の庭先を借り、ジュピの「つきいち」として駄菓子コーナーの出張販売を再開しました。駄菓子やおもちゃの販売の他、「スーパーボールすくい」、「的当て」などのゲームやワークショップ、フリマなど、毎回趣向を凝らして開催しています。

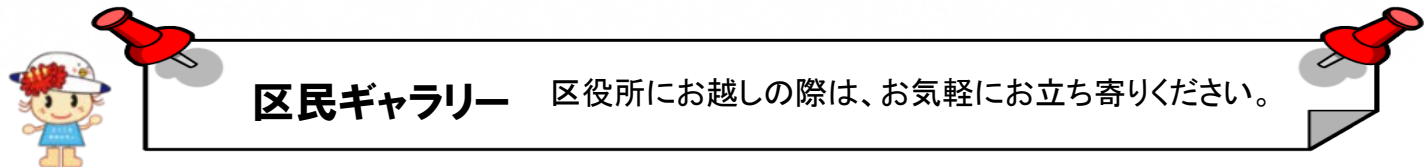


「ジュピのえんがわ」ではこんなことをやってます・・・

多世代交流の居場所を提供(ご利用には1回に付き300円の協力金を申し受けます。お礼に珈琲と駄菓子でおもてなし) **販売**●駄菓子・おもちゃ(常設)、新鮮野菜(毎週木曜)、パン(毎週月曜)、手作り品等 **教室**●自強術(毎週火・水曜)、えんがわdeつるし雛(第2月曜)、パソコン教室(毎週木曜)、ひだまり陶芸(第1土曜)、えんがわde作ってランチ(月1回金曜)など **定例イベント**●えんがわdeスリーA(第1、3月曜)、ケアプラの何でも相談室(第1、3月曜)、えんがわdeとことこ(第2金曜)、みんなでごはん(第2土曜)、仲良しカフェ(毎週日曜)、おはなし会(第2日曜)、えんがわde紙芝居(第3日曜)、眉カット(最終月曜)、えんがわギャラリー(毎月)など。他にも**特別イベント**としてお茶会やコンサート、こどもの日遊び、夏休みワークショップなどを開催しています。
◆新型コロナウイルス感染症の影響により、現在活動内容が変更になっている場合があります。



“ゆめかもん”からのお知らせ



区民ギャラリー 区役所にお越しの際は、お気軽にお立ち寄りください。



3月8日(月) ～13日(土)	並木水彩サークル展	並木水彩サークル
3月14日(日) ～20日(土)	『光と影』	フォト“わいわい”
3月21日(日) ～27日(土)	和紙ちぎり絵	金沢区「街の先生」 齋藤 由美子氏

※予定は変更になる可能性があります。詳細はお問い合わせください。



展示ケース



3月1日(月)～31日(水)
～春のお祝 ふろしきラッピング～
金沢区「街の先生」 本田 睦美氏

3月の休館日
7日(日)

発行: 金沢区民活動センター“ゆめかもん” 〒236-0021 金沢区泥亀2-9-1 金沢区役所2階
TEL: 788-7803 FAX: 789-2147 Email: kz-kumincenter@city.yokohama.jp 開館時間: 8時45分～17時

*この情報誌は金沢区内の地区センター、コミュニティハウス、ケアプラザ、図書館、金沢郵便局等に置いてあります。

*バックナンバーはHPからご覧いただけます。⇒ [かな・インフォメーション](#) [検索](#)