



瀬谷区民活動センター情報誌

# せやまる通信

季刊  
第32号  
初春号

## 瀬谷区制50周年記念イベント

# 輝く! せや! ひと! フェスタ

日時 2月17日(日)

会場 瀬谷公会堂  
(瀬谷区役所と同じ建物です)

入場無料

区民100人による、瀬谷区の民話合唱&ハレルヤコーラスの「区制50周年記念ステージ」

50th 区民合唱団『Harmonie SEYA』



15時20分に登場します!

瀬谷区で生き生きと活動している人が集結し、作品展示やクラフト体験、ステージパフォーマンスで、日頃の活動成果やグループの魅力を、地域に発信するイベントです。ぜひ、お楽しみください。

展示(ホワイエ)12時~15時/開場12時

### 区民活動展示会

区内で活動するグループによるクラフト体験(一部有料)  
や作品展示・活動紹介

【クラフト体験メニュー】 縄編み、折り紙、紙すきハガキ、  
版画刷り、和綴りメモ帳、ポチ袋

※ 詳細は、プログラム(区役所等で配布)をご覧ください。

ステージ(講堂)13時~16時/開場12時30分

13:00~13:30 オープニングイベント

オキタマ太鼓による勇壮でリズムカルな和太鼓演奏

13:30~15:00 区民発表ステージ

区内で活動するグループによる様々な分野のステージ  
パフォーマンス

15:20~15:50 区制50周年記念ステージ

地域活動見本市 12時~15時/区役所2階区民ホールにて同時開催!

瀬谷区内を中心に活動されている団体が活動内容を紹介するブースを出展します。

地域活動に関わるきっかけや、繋がる相手・仲間を探している皆様に、さらなる出会いと発見の場をご紹介します。自分がやりたいことが見つかるかもしれません。ぜひお立ち寄りください。





# 健康の秘訣は、呼吸法にあり!

わずか100年前、日本人の平均寿命は男女とも40歳でした。2015年のデータでは、現在の日本人の平均寿命は男性80.79歳、女性87.85歳で、人生100年時代になろうとしています。健康的に寿命を全うしたいのは、だれしも願うところです。健康法のひとつとして「呼吸法」があります。

今回は、活動に参加しているだけで呼吸法が自然に身に付いて、いつの間にか「健康長寿」に役買っているというサークルをご紹介します。

『思いついたが百日』とか・・・  
とりあえず始めてみるのが良いかもしれませんね。



毎週 月・水・木曜日 の午後又よ夜に、  
細谷戸又は瀬谷公会堂で活動。



## 瀬谷吟詠会

「40数年前、教室に通ううちに知り合った詩吟仲間6人で活動を始めました。徐々に仲間が増えて、現在に至っています。もっと若い人に参加してもらい、日本の伝統文化を受け継いで欲しいと、せつに願っています」と、代表の大江三好さん。

和歌や漢詩の調読を独特の節回しに大きな声で詠ずるので、腹式による呼吸が基本となり、それが健康増進につながっています。『へんせい〜〜しゅくしゅく〜〜』から始まる「川中島」が知られていますが、歴史好きな方に魅力的な会です。

毎月 第1・3金曜日 の午後、  
瀬谷地区センターで活動。



## ハーモニカ友の会

「活動を始めたきっかけは、仕事のリタイア後を考えるうちに、小学生のころ使っていたハーモニカは?…好きでよく奏でていたことを思い出し、どうせならハーモニカで仲間と楽しく過ごしたい」と、今も仲間づくりを大切に考える渡辺寿夫代表。

好きなことから始めて、仲間を募る。地道に練習を続けて、レベルを上げる。多くの人に成果を聴いてもらい、みんなの笑顔をもって、明日の元気につなげる。活動の基本の「き」は、一生涯を幸せに暮らすための処方箋といえそうですね。

# 瀬谷区庁舎の今昔

文 / 横浜・瀬谷地図くらぶ 田中常義

横浜市誕生後の1916(大正5)年、長天寺(図①)から瀬谷村役場は小島政五郎氏の寄付により瀬谷駅近くに新築した建物(図②)に移転しました。しかし、1923(大正12)年に起こった関東大震災で全壊。直ちに瀬谷小学校に臨時役場(図③)を設け、その2年後に元の位置に新築復興しました。

1939(昭和14)年、第6次市域拡張により、瀬谷村・中川村を含む鎌倉郡1町7村が横浜市へ編入となり、戸塚区瀬谷出張所(のちに支所)となります。1969(昭和44)年には戸塚区から分かれて瀬谷区が誕生。2年後の1971(昭和46)年6月、横浜市農業指導所跡地に瀬谷区総合庁舎(図④)が落成しました。その後、新耐震基準の施行に伴い、快適で安全な新総合庁舎への建て替えが必要となり、2012(平成24)年2月、二ツ橋公園の再整備とともに現庁舎が完成するので、詳しくは、今後の地図くらぶの公開講座でお話します。

瀬谷区制50周年の今年、瀬谷の庁舎の変遷を読み解きながら、講座や街歩きガイドを企画中です。その一部をご紹介します。

メイト発  
ただ今  
活動中



### ◆◆ 横浜・瀬谷地図くらぶ ◆◆

平成10年南瀬谷小学校コミュニティスクールで誕生。平成16年『地図で辿る瀬谷の移り変わり』を自費出版。瀬谷区制40周年に、「瀬谷区歴史地名ガイドマップ」作成。平成23年度から「かわら版」を発行。翌年度以降は「瀬谷区の埋もれた歴史をさぐる」講座・パネル展などを毎年開催しています。今後、瀬谷の庁舎の変遷を辿り、明治時代から現在に至る行政制度と市民生活との関わりなどを調べ、発表していきたいと活動しています。

地図・歴史好きな仲間を募集中です。<連絡先> ☎ 090-3814-2007 田中



地図の基点を求めて座間市へ

たくさんのご来場  
ありがとうございます

ふれあい祭り  
せやまる  
バルーンアート

つなぎ鶴

ランドセル  
ストラップ

フォトカレンダー

紙芝居

落語

フラスバンド

サンタに  
せやまるも登場

昨年12月1日に「心と年齢のバリアフリー♥異世代交流〜みんなでつなごう・あったかまつり〜」と題して、せやまる・ふれあい館6施設と多機能型拠点こまちが合同で開催しました。当日は好天に恵まれて、イベントや模擬店など大変な賑わいでした。瀬谷区民活動センターでは、マジックなどの上演と体験コーナーを実施しました。次回もまた来てくださいね。



# 昼ドキイベント・せや

入場無料・お子様連れも大歓迎！

時間：12時20分～12時50分（12時開場）

会場：瀬谷公会堂 2階 ホワイエ

毎月1回開催している昼休みイベント。  
ひとときを音楽やダンスなどで、ぜひお楽しみください。

## 2月15日(金)

### コーラス



**出演** コール・ヴィヴァーチェ

## 3月15日(金)

### 吟詠



**出演** 瀬谷吟詠会

## 大判 歴史 「瀬谷かるた」



おなじみの通常のかるたに加え、大判かるた(A4サイズ)ができました。広い部屋に大判かるたを並べて、あっちに行ったり、こっちに来たり、頭と体を同時に使う『かるた大会』を開催してみませんか？  
瀬谷の歴史を知ることができ「これはどこかな?」と思ったら野歩きにも出発です！

# 区活三ニギヤラリー

メイト登録をしている方の作品展です。

会期：2月1日(金)～3月21日(月)  
(火・金の午後と休館日を除く)  
会場：瀬谷区民活動センター  
ミーティングルーム1

◆日本の伝統的技法で甦る思い出の品

うるし  
**漆工芸**  
重田芳枝  
さんの作品

◆世界に1枚しかないハガキたち

す  
**紙漉きハガキ**  
ローズヒップ  
さんの作品

◆お気に入りの街並み風景画

**水彩画**  
杉田浩一  
さんの作品

## 瀬谷区民活動センター

### ● 施設情報 ●

〒246-0021  
横浜市瀬谷区二ツ橋町469 せやまる・ふれあい館2階  
TEL 045-369-7081/FAX 045-366-4670  
開館時間 10時～20時(日・祝17時)  
\*相談窓口は17時まで  
休館日 毎月第3日曜日  
年末年始(12月29日～1月3日)

### ● アクセス情報 ●

相鉄線 三ツ境駅下車 徒歩約12分 または、  
バスをご利用の方は三ツ境駅北口より  
相鉄バス【旭27】「南瀬谷小学校」行きや、  
【旭28】「ニュータウン南瀬谷」行き  
などに乗車し、「中丸」バス停で下車 徒歩約5分

