



瀬谷区マスコットせやまる、このは

瀬谷 **区** 民 **活** 動センター情報紙

# せやまる通信

季刊  
第36号

初春号

第6回

## 輝く！せや！ひと！フェスタ

瀬谷区で活動し、区民活動センターに登録しているグループによる作品展示・体験コーナー、ステージパフォーマンス、特別企画のクラシックコンサートをどうぞお楽しみください。

日時 2月16日(日) 11時30分～16時30分

会場 瀬谷公会堂

入場無料

特別企画

若きヴァイオリニスト 飯塚 歩夢と  
オーケストラによるクラシックコンサート



### 飯塚 歩夢氏 プロフィール

瀬谷区生まれ。瀬谷区在住。  
第35回全日本ジュニアクラシック音楽コンクール大学生の部第1位、  
第11回国際ジュニア音楽コンクールヴァイオリンF部門第1位。  
宗次エンジェル基金奨学生。  
現在桐朋学園大学に特待生として在学中。渡辺亜美、岩澤麻子、徳永二男の各氏に師事。



出演 飯塚 <sup>あゆむ</sup>歩夢/横浜フィルハーモニー管弦楽団

### 区民活動展示(ホワイエ)

〈11時30分～16時30分〉

区内で活動するグループによる  
作品展示・販売、活動紹介  
体験コーナー(一部有料):  
チョークアート、紙すきハガキ、  
折り紙、ストローとんぼ、縄編み



★福祉作業所によるパンやお菓子、手作り品の販売もあります。

### ステージ(講堂)

〈13時～16時〉

13時～13時30分

オープニングステージ

オキタマ太鼓による圧巻の和太鼓演奏

13時30分～15時 区民発表ステージ

区内で活動するグループによるステージ  
(三味線演奏、フラダンス、コーラス等)

15時20分～16時 特別企画 クラシックコンサート



### 地域活動見本市

～同時開催！～

13時～17時/区役所2階区民ホールにて開催します。

瀬谷区内を中心に活動している団体が、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。ぜひお立ち寄りください。



楽団ふたり



黒澤えみさん・小松八郎さん

フルート

×

クラリネット

のマッチングで  
コラボが実現!

1人で活動している人も、  
コラボできる人をお探しの方も、  
お声がけいただければマッチング  
いたします!

瀬谷区民活動センターに別々にボラン  
ティア人材登録をしていた黒澤さんと小松さん。パートナーを探していたお  
ふたりをマッチングしたところ意気投合  
されてコラボが実現しました。

楽団ふたりは、現在4人で活動して  
います。交代で平日の昼間に家事育児  
の合間で無理なく活動できるところが  
良いそうです。

クラシックから懐メロまでレパートリー  
も広く、施設への訪問演奏の場合には

独奏とは違い、小松さんが2人  
用に編曲した素敵な曲を存分に  
吹けるところが楽しいです。

クイズなども織り交ぜ、楽しい時間をお  
届けしています。

フルートとクラリネットは共にメロディー  
楽器(主役)です。普段は主役を争う2つ  
の楽器のかけあいにもご注目ください。

優れた奏者さんを引き合わせて  
もらいました。音楽の手法が一致し  
ていたため、初めて合わせたその  
日から最上の演奏ができました。



息の合った素敵な演奏とトークで観客を魅了

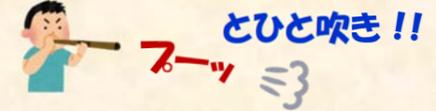
コーディネート  
マッチング  
紹介

瀬谷区民活動センターは人と人をつなぎます

★団体や施設から活動依頼があった時にボランティア人材をご紹介します。  
ご依頼は瀬谷区民活動センター(☎369-7081)まで

CoCo 横浜阿久和支部  
(スポーツ吹矢)

健康寿命を延ばしましょう!  
楽しく気軽に



スポーツ吹矢ってどんなスポーツ?

腹式呼吸、気功を取り入れたスポーツです。腹式呼  
吸を基本に、息をすれば誰でも出来ます。5~6mの  
距離から軽い矢を的に向かって一気に吹きます。「バシ  
ッ!」と真ん中に当たった時の快感!満足感が凄いです。

グループが発足したきっかけは?

阿久和地域ケアプラザの体験会よりサークルを立ち  
上げ、日本スポーツウェルネス吹矢協会公認指導員の  
指導を受けながら活動しています。今年で10周年とな  
ります。



【活動日】月3回(第2,3,4火曜日)  
12時30分~15時

【場所】阿久和地区センター(第3火曜日)  
阿久和地域ケアプラザ  
(第2,4火曜日)

【問い合わせ】中田 045-364-3752

※現在は13名の会員がおり、指導  
員以外は全員女性ですが、男性  
の方も歓迎です!!

活動をして良かったと思うことは?

楽しいサークル活動ができ、ストレス解消、元気  
な自分を実感できます!

アピールポイント

とにかく楽しくて、面白くて、「やったー!」という  
達成感が凄いです。吹矢の基本動作に気功も  
取り入れ、新陳代謝が盛んになり、呼吸や体質  
が改善されます。今後は上級者を目指すより、楽  
しい吹矢、健康で長生きを目指します。



話題のスポーツ  
サークル  
紹介

健康増進! あなたもやってみませんか?!

ジェリービーンズ  
(ウクレレ&フラ)



生徒さんたちが目を輝かせ  
て楽しそうにしている様子に、  
こちらもついつい一生懸命に  
なりました。先生方も子ども達  
に寄り添って一緒にのってくだ  
さって、楽しい時間を過ごさせ  
ました。また、ぜひ伺いたいと思  
います!

皆様の様々なご要望にお応えして、コーディネートいたします!  
今回は、学校の夏季活動の「鑑賞会」に、ボランティア人材登録  
しているジェリービーンズさんをコーディネートしました。

依頼者の声(特別支援学校)

ジェリービーンズの皆さんの明るく気さくな雰囲気での鑑賞会がスタート!  
ウクレレの音色に生徒の緊張もほぐれ、鈴やマラカスを鳴らして歌ったり、  
ノリノリで踊ったりと様々な表現で楽しんでいる様子が見られました。

踊りの意味を教えていただき、ウクレレに触らせていただくなど貴重な体  
験もできました。

あっという間に鑑賞の時間が終わってしまいましたが、「また来るね~」  
と優しく生徒たちに寄り添ってくださる姿がとても嬉しかったです。

ぜひまた来校していただきたいです!



瀬谷 T.B.G. 協会  
(ターゲット・バードゴルフ)



ターゲットバードゴルフってどんなスポーツ?

ルールはゴルフとほとんど変わりません。羽根の付  
いたボール(プラスチック製)、専用のマットとクラブ1  
本でゲームが楽しめ、健康な体力を維持できる手軽  
で安価なスポーツです。ゴルフの練習にもなります。

グループが発足したきっかけは?

会社を退職した60歳代の男女でミニゴルフ場に  
似た場所を借りて2000年12月に発足!

その後、練習の様子を見かけて仲間になったり、  
口コミで広がり、現在は男性41名、女性9名の会  
員がいます。最高齢の方は88歳です。

活動をして良かったと思うことは?

かごに入れるのが難しいけれど面白  
いスポーツです。

定年後の楽しみも見つけられ、プレー  
後の仲間との親睦会も楽しいです。



地域の仲間と手軽に楽しみ、  
健康維持にアプローチ!!

アピールポイント

県内唯一の芝生のフェアウェイを有する18ホール  
の常設コースがあり、コースづくりをする必要がなく、  
すぐプレー(ゲーム)できるところが魅力です。

【活動日】天気の良いは毎日、朝9時から午後5時まで、  
いつでもプレーできます。体験もできます!

【場所】相沢遊水池下池常設コース(細谷戸第5バス停より  
徒歩5分)

【問い合わせ】山崎 045-302-9018

メンバー募集中です。  
一緒にプレーしませんか?!



# 区活発！ みんなの立ち寄りイベント

## 昼ドキイベント・せや

入場無料

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

お子様連れも  
大歓迎！



★ 毎月1回開催している昼休みイベントです ★  
お昼のひとつきを音楽や伝統芸能などで、ぜひお楽しみください！

2月21日(金)

すまうじんく  
相撲甚句



出演 瀬谷相撲甚句会さん

3月13日(金)

リコーダー・アンサンブル



出演 カオス・リコーダー・  
アンサンブルさん

## 「瀬谷区団体・サークルガイド 2019」を2月に発行します！

瀬谷区内を中心に学習、文化、スポーツ、レクリエーションなどの活動を行っている団体・サークルの情報誌です。区民のみなさんに提供するために、各団体・サークルの協力を得て作成しています。

各地区センター、コミュニティ・スクール等で閲覧できるほか、瀬谷区民活動センターで配布します。



## 区活ミニギャラリー

令和2年1月4日(土)～3月21日(土)(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

作品展

★メイト登録している方の作品展です。ぜひ観にいらしてください★

水彩画

～日本と世界の街並み～



出展 杉田 浩一さん

木目込人形

～2020年日本の心・伝統工芸品～



出展 小笠原 登代子さん

工作・折り紙

～1月お正月飾り、2月おひなさま、3月春のおりがみ～



出展 またへ 亦部 隆子さん

## 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  
Eメール se-kukatsu@city.yokohama.jp  
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 三ツ境駅で下車 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

瀬谷区民活動センターの開館時間に変更になります。



### お知らせ

令和2年4月1日から瀬谷区民活動センターは、開館時間が全日午前10時～午後5時までに変更となります。

休館日の変更はありません。(毎月第3日曜日、及び、年末年始)