

# 『い(生・逝)きかた』は、 自分で決める ～私たちが行うACP～

もしものときのために、自ら望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みを「アドバンス・ケア・プランニング(ACP)」といい、「人生会議」の愛称で呼ばれています。

「生きかた」や「逝きかた」を自分で決めるにはどうしたらよいのでしょうか。

金子稚子氏は、夫である流通ジャーナリスト故金子哲雄氏の闘病を支え、患者とその家族でありながら、夫とともに医療現場や死の前後の実情を体験的に取材されています。

ぜひ、一緒に「い(生・逝)きかた」について考えてみましょう。



講師

金子稚子氏

終活ジャーナリスト

ライフ・ターミナル・  
ネットワーク代表

2020年

2月9日



13時30分～15時20分  
(開場 13時00分)

聴講無料

申込み制・定員140名

会場

都筑区役所6階大会議室

(都筑区茅ヶ崎中央32-1)

市営地下鉄「センター南駅」徒歩7分

都筑区総合庁舎の駐車場は  
有料です  
できるだけ公共交通機関を  
ご利用ください

<お問い合わせ先> 都筑区医師会地域多職種連携協議会 (受付担当: 都筑区在宅医療相談室)  
電話 045-910-6582

申込方法は裏面をご覧ください

# 申込締切 2020年1月28日(火)まで 先着140名

## 申込方法

お申込み後、2月4日(火)までに  
事務局から連絡がなければ全員聴講できます

①聴講希望者全員の氏名・フリガナ

②代表者の連絡先電話番号(日中に連絡がつく番号)

をご記入のうえ下記のいずれかの方法でお申込みください

いずれかの方法でお申込みください

はがき

〒224-0015 横浜市都筑区牛久保西1-23-4  
都筑区医師会地域多職種連携協議会 事務局 宛

メール

tsuzuki-ku@yokohama.kanagawa.med.or.jp

ホームページ

<http://www.tsuzuki-med.org>

FAX

この用紙の下部にご記入のうえ送信してください

お申込

# FAX 045-910-6506

### ▼聴講希望者(代表者)

フリガナ  
氏名

※日中に連絡がつく番号をお書きください

電話番号

### ▼代表者以外の聴講希望者

フリガナ  
氏名

フリガナ  
氏名

フリガナ  
氏名

フリガナ  
氏名

※医療・介護職の方は所属をご記入ください(所属)

くさぶえ

# おもちゃ文庫のおはなし会



1月はボランティアの方が紙芝居を読んでもくれます。

また、季節の歌や手遊びも行います。ぜひ遊びに来て下さいね。



日時 **1月23日(木)**

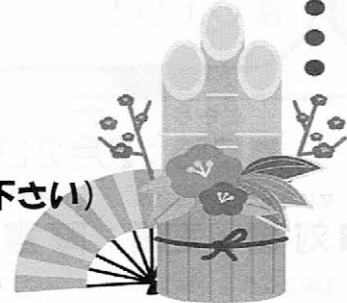
11:30~12:00

会場 つづき地域活動ホーム くさぶえ  
おもちゃ文庫

対象 未就学児とそのご家族

参加費 無料

(予約不要 直接会場へお越し下さい)



2月3日(月)に「豆まき」を行います。

節分にちなんだ工作・鬼登場でくさぶえの豆まきを楽しみませんか？

工作：10:30~13:00

豆まきの時間：11:30~12:00

毎月第4木曜日

11:30~12:00

次回は 2月27日(木)

3月26日(木)

4月23日(木)

開催予定です。ぜひご参加下さい。

おもちゃ文庫は親子で遊べる  
フリースペースです。

火・水…13:00~15:00 木・金…10:00~15:00

上記の時間は小学生低学年までの地域の子どもとご家族が利用できます。

その他の日時(10:00~17:00)は発達に不安のある子どもとご家族が利用できる時間になります。

おはなし会がない日もぜひ遊びに来て下さい！

社会福祉法人 同愛会 つづき地域活動ホーム くさぶえ

〒224-0014

横浜市都筑区牛久保東1-33-1 Tel 045-590-5778 Fax 045-590-5779



ホームページはこちら！

<http://www.e-kusabue.org/>

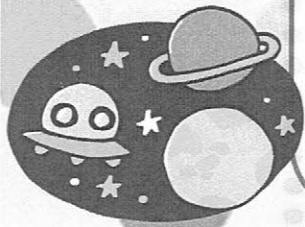


地図はうらを見てね♪

# たの かい お楽しみ会

こんかい よかかつどうしえんじぎょう たの かい きかく  
今回の余暇活動支援事業は、お楽しみ会を企画  
しています。

きせつ ぎょうじ まめ いくたりよくち  
みんなで季節の行事（豆まき）と生田緑地へ  
で きかく たの  
のお出かけ企画（プラネタリウム）を楽しみ  
ましょう！



にちじ がつ か にち  
■日時：2月2日（日）11：00～16：00

たいしょう ていいん しょうがい しょうがく ちゅうがく こうこうせい めい  
■対象・定員：障害のある小学・中学・高校生8名

しゅうごう かいさん かい  
■集合・解散：くさぶえ1階ホール

ひよう えん  
■費用：300円

も もの しょうがいしやてちょう べんとう すいとう  
■持ち物：障害者手帳・お弁当・水筒

こうこうせい かた しょうがいしやてちょう な ばあい  
※高校生の方で障害者手帳が無い場合は

りょうきん えんじっぴ  
プラネタリウム料金200円実費となります

ないよう まめ ひる はん かんしょう  
■内容：豆まき・ゲーム・お昼ご飯・プラネタリウム鑑賞

ほん さんか とうろく ひつよう  
※本イベントに参加するためにはくさぶえ登録が必要です

おうぼしめきり にち  
応募締切 1/19(日)17:45まで

おうぼたすう ばあい ちゅうせん  
※応募多数の場合は抽選となります。

よこはましつづきくうしくほひがし  
〒224-0014 横浜市都筑区牛久保東1-33-1

ちいきかつどう  
つづき地域活動ホーム くさぶえ

たんどう ごとう まつもと こんべい  
担当 後藤・松元・今平

TEL:045-590-5778 FAX:045-590-5779

新年あけましておめでとうございます。

2019年は天皇が新しく即位され元号が変わった節目の年となりました。ケアプラザも体制が変わりバタバタした1年ではありましたが、新たな取り組みが始まってきており、成長できた1年でもありました。2020年も地域の方々に、より多面的に活用していただけるケアプラザにしていくべく職員一同尽力して参りますのでよろしくお願ひ申し上げます。



所長：井澤 一成

### 介護者のつどい 新春落語会

日時：1月31日（金）13:30~15:00

場所：多目的ホール

定員：先着30名 費用：無料

申込：来館または電話にて受付中



※当日は、介護を受けられている方、車椅子の方もご利用いただけます。お気軽にお越しください。

### 司法書士巡回相談会

日時：1月18日（土）13:00~

場所：地域ケアルーム

内容：個別相談会（無料）

定員：4組（1組30分）

申込み：来館または電話にて受付中



### ゆるり体操 in 中川 **2日間コース**

歯科衛生士による「フレイル予防のための口腔・栄養講話」と、元タカラジェンヌによる「椅子に座ってできる！ロコモ予防体操」です。しなやかに心地よく身体を動かします。

日時 ①3月9日（月） ②3月30日（月）  
10:00~11:30

講師 健康運動指導士 宝塚歌劇団出身 あゆみ 彩景 じゅん先生

歯科衛生士 あゆみ 雅子先生

場所 多目的ホール

定員 先着25名 費用 無料

申込み 1月30日（木）10:00より

来館または電話にて受付開始



### 1日サークル体験シリーズ 男性の料理サークル

#### ダンディ男厨倶楽部

料理に興味のある男性！みんなで作って、楽しく歓談しながら試食します

日時：2月12日（水）10:00~14:00

メニュー：当日のお楽しみ！（3品予定）

場所：多目的ホール、調理室

定員：5名 参加費（材料費）：¥1000

申込：随時受付先着順定員になり次第締め切り



### しっかり食べて、健康寿命を延ばそう！

毎日しっかり食べて、やる気をアップ！

始めよう！ 10食品群チェックシート

日時：1月15日（水）10:00~11:30

定員：20名 参加費：¥100 **随時募集**

場所：中川地域ケアプラザ 多目的ホール

持ち物：筆記用具、靴下着用（タイツ不可）

内容：簡単な身体チェック、体組成計、血管年齢測定



### 春のメイクレッスン

ビューティーアドバイザーがあなたに合ったメイクをご提案！身だしなみを整え、いつまでも健康に！

日時 3月6日（金）13:30~14:30

場所 地域ケアルーム

講師 ポーラ ビューティーアドバイザー

定員 先着12名 費用 無料

申込み 1月28日（火）10:00より

来館または電話にて受付開始



### 職員着任の挨拶

11月16日より地域活動交流

コーディネーターとして着任しました。

藤本いずみと申します。中川地区の、より一層の魅力的な街づくりをサポートさせていただきます。どうぞよろしくお願い致します。



（社福）横浜市中川地域ケアプラザ

〒224-0001 都筑区中川 1-1-1

☎045(500)9321

地域包括支援センター / 地域活動交流 / 生活支援

HP：<http://www.nakagawa-c-waka.jp/>

休館日：毎月最後の日曜日（全館清掃点検日）

開館時間：9:00~21:00（日曜祝日：~17:00）

担当地区 大榎町・大榎西・牛久保東・牛久保西  
牛久保・牛久保町・中川・中川中央・あゆみが丘

# 中川地域ケアプラザ イベントカレンダー

★地域 ◆高齢 ✨障がい ☆子育て 講講座+ 受受付日 申申込 定定員 参参加費 対対象 持持ち物



【七草粥】1年の無病息災を願い、祝膳や祝酒で弱った胃を休める為とも言われています。  
 セリ、ナズナ、ゴ(オ)ギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの「七草」を細かくして  
 塩を入れて粥にします。七草粥は新年の季語ともされています。日本の行事食をぜひどうぞ♪

月	火	水	木	金	土	日
		1 休館日	2 休館日 	3 休館日	4 貸館抽選日 9:30~ ★囲碁・将棋 開放デー 9:30~	5
6	7 	8 ★なかなか サロン 13:00~ 参	9 ✿傾聴サロン You & Me 参 囲 13:30~ ◆Men's 倶楽部(麻雀) 12:30~	10 ★ほっとカフ エなかがわ 10:00~	11 ★昔懐かし ラチオ体操 10:00~ ★1日体験シ リーズ英会話 「ソネット」 15:30~	12
13 	14	15 ★うたのWA 13:30~ 定 参	16	17	18 ★司法書士 巡回相談会 13:00~ 申 定 ★囲碁・将棋 開放デー 9:30	19
20	21 ☆親子で楽し むお話したん ぼぼ 10:30~	22 ★なかなか サロン 13:00~ 参	23 ◆中川健康 麻雀サロン 12:30~ 定 参	24 	25	26 全館 清掃日
27★ほっと カフェなかが わ 10:00~	28 ★春のメイク レッスン 受	29 ★わが街の 博識者シリー ズ10:00~ 「受け皿、 問題発生」	30 ★ゆるリラ体操 in 中川 受	31 ★介護者のつ どい 新春落 語会 13:30 ~申 定 		

## 情報ラウンジ作品展のご案内

1月5日(日)~1月30日(木)まで

新春写真展・都筑の原風景  
 長澤 勇氏写真展

区制25周年を迎え、50年前の雰囲気が残っている風景をさがしてみました。

お問い合わせ・お申込み

☎045(500)9321

# 中川西地区センターだより

2020年  
冬号



横浜市中川西地区センター(指定管理者 認定特定非営利活動法人つづき区民交流協会)

〒224-0001 横浜市都筑区中川 2-8-1 ☎45-912-6973 fax045-912-6983 <http://www.tsuzuki-koryu.org/>

## ～新年あけましておめでとうございます～

昨年は体育室の工事で、ご不便をおかけ致しましたが、新年よりリニューアルされた体育室がご利用いただけるようになりました。子どもたちをはじめ多くの皆様の歓声が戻ってくるのが楽しみです。 本年もよろしくお願いいたします。

### ◇イベント紹介◇

18回

## 中川西地区センター寄席

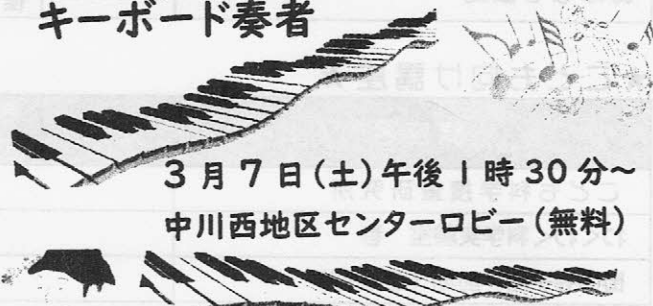


～笑って笑って医者要らず～  
2月15日(土)午後2時(開演)  
◆1月15日～申込開始(100名)  
\*窓口9時～ 電話 10時～

文吾さんのキレ味の良さを是非、御笑味あれ!

木戸銭  
500円

## Rakira (ラキラ) キーボード奏者



3月7日(土)午後1時30分～  
中川西地区センターロビー(無料)

癒しのひとときをお過ごしください

### いつ来るか分からない災害に日頃の備えを!

## ◇3月29日(日)は地区セン防災デー◇

全国各地が災害に見舞われた2019年でした。私たちの身を守るための備えを今一度確認し、災害に強い地域作りを進めましょう。皆様お誘いあわせの上是非ご参加下さい!

- ① 体験型運動教室「災害に負けない身体作り」  
新横浜脳神経病院理学療法士のお話と体操です。  
健康に関して学ぶ講座と実際に動く体操の2本立て。  
※9時30分～10時30分※シニア50名 ★要予約
- ② 災害食講座「元気になる災害食」  
講師・鈴木佳世子さんによる災害のお話と、とても役に立つ「美味しい」災害食講座です。アウトドアにも便利!  
※11時～12時30分 ※50名 ★要予約
- ③ 家族みんなで学べる「防災人生ゲーム」  
大人も子供も家族みんなで学ぶ被災時の知恵を授けます。終了後はあなたも「防災マスター」に!  
※13時30分～15時 ★どなたでも自由参加

《詳しくは2月広報をご覧ください》

### ◇来年度からの体育室各種講座◇

やっと体育室での講座が再開したところですが、来年度(4月～)の各種フィットネス講座の申込みが始まります。お忘れないようにお申し込みください。

- ◆「ひらり健康体操」→ 2/1～ はがきにて申込
- ◆「中高年のためのストレッチ前期」  
「らくらくエアロピクス前期」  
→ 2/12～窓口にて申込用紙記入(電話不可)
- ◆「やさしいヨガ前期」  
「やさしいパワーYOGA 前期」  
→ 2/17～ 窓口にて申込用紙記入(電話不可)
- ◆「親子体操1期」「みんなの卓球前期」  
→ 3月広報に掲載致します。開催日1ヶ月前～

《詳しくは2月・3月の広報をご覧ください》



今年もイベントへのたくさんの参加  
お待ちしております。



募集予定の講座(1月~3月)

★一般向け講座★

講座名	定員	参加対象	日程	時間	参加費	申込み方法
ワールドキッチン (5)日本(春の和菓子)	12人	一般	2/26(水)	9:40~12:30	1,500円	開催1カ月前 ~窓口か電話
ミモザのリースを作りましょう	18人	一般	2/27(木)	10:00~11:30	2,500円	開催1カ月前 ~窓口か電話
スマホ入門講座(同内容2回開催)	各12人	一般	2/17(月)	①9:30~11:30 ②12:30~14:30	300円	開催1カ月前 ~窓口か電話
知って応援! オリンピック・パラリンピック ②ポッチャー日体験	20人	どなた でも	2/20(木)	10:00~11:30	500円	開催1カ月前 ~窓口か電話
眉を変えてなりたい自分になる メイク実践講座(同内容2回開催)	各6人	一般	2/28(金)	①9:30~11:30 ②12:30~14:30	600円	開催1カ月前 ~窓口か電話
和布で作る「鯉のぼり童子」 (全2回)	都筑区広報2月号掲載予定					

★子育て支援の講座★

講座名	定員	参加対象	日程	時間	参加費	申込み方法
おはなし広場	自由参加	幼児と 保護者	1/23, 2/27, 3/19	10:30~11:00	無料	当日直接

★こども向け講座★

講座名	定員	参加対象	日程	時間	参加費	申込み方法
こども科学捜査研究所	都筑区広報2月号掲載予定					
わくわく科学実験室 春	都筑区広報2月号掲載予定					
街の寺子屋 前期(全6回)	都筑区広報3月号掲載予定					
学習教室「葦の会」	都筑区広報3月号掲載予定					



図書コーナー 新刊書



一般書		児童書	
荒城に白百合ありて	須賀しのぶ	やぎのグッドウィン	ドン・フリーマン
風神雷神 上・下	原田マハ	わたしのわごむはわたさない	ヨシタケシンスケ
まち	小野寺史宣	どんぐりころころそのあとは	志村まゆみ
本意に非ず	上田秀人	ししにゃいとおしょうがつ	澤野秋文
間宵の母	歌野晶午	なかよしっぱな	福德秀介
自由は死せず	門井慶喜	はらぺこカマキリ	カマキリ先生
歩道橋シネマ	恩田陸	うさぎのマジック	せなけいこ
小箱	小川洋子	アニマルバスとよるのもり	こてらしほ
うそつき光秀	赤堀さとる	みえるとかみえないとか	ヨシタケシンスケ
ファーストクラッシュ	山田詠美	チリとチリリあめのひのおはなし	どいかや
ツナグ 想い人の心得	辻村美月	ジュニア空想科学読本 4~9	柳田理科雄
ハートドリブン	塩田元規	おしりたんていラッキーキャットは	トロル
ライオンのおやつ	小川糸	周期表完全版ゆかいな元素たち!	玉川大学出版
巡礼の家	天童荒太	アナと雪の女王2 それだあれ?	サリー・リトル



アンパンマンが少しきれいな本になりました





# 北山田地区センターたより



特定非営利活動法人 つづき区民交流協会 横浜市北山田地区センター URL//www.tsuzuki-koryu.org  
〒224-0021 横浜市都筑区北山田 2-25-1 ☎ 045-593-8200 Fax:045-593-8201 <2020.新春号>

< 休館日 >  
1/14.2/10.3/9  
毎月第2月曜：祝日は翌日

北山田地区センターは、施設ご利用の皆さま、地域の方、関連団体などの方に支えていただき、昨年もたくさんの方にご利用いただきました。

新たな年を迎え、皆様の活動が更に充実したものとなるようお手伝いさせていただきます。今年もどうぞよろしく願いいたします

## 今年は何か始めたい！という方、地区センターで探してみませんか

卓球、フラダンス、空手、バドミントンなどのスポーツや、コーラス、楽器、リトミック、外国語、絵手紙、和裁や料理等、約200のサークルが仲間を募集しています。ロビーではコーヒーを飲みながら、地域活動・ボランティア活動の打合せ、学生が勉強する姿などが見られ、自由に過ごせる場としてご利用いただいております。

ご利用については、施設に窓口かお電話でお問い合わせください。

TEL: 593-8200

## 講習会、イベントのお知らせ

事業名	内容	対象	日程	時間	費用	申込み
大災害！あなたの行動が生死を分ける 講演：防衛大准教授 加藤健氏	●まずは生き延びる！ そのために必要な知識を人間の習性、過去の災害事例から学びます。 ●都筑区の対策 ※手話通訳あり	どなたでも	2/29(土)	10:00~12:00	無料	申込不要 当日先着 300人
ミモザのハーブリース	春を感じる鮮やかなイエローリース作り。 2種類からお好きなタイプを選んで下さい。	一般	2/19(水)	10:00~11:30	2,500円	1/19 受付開始
源氏物語を学ぶ	王朝物語をコンパクトにやさしく学ぶ入門講座	一般	2/26,3/4, 11(水)	10:00~11:30	1,500円	1/26 受付開始
子どものアート	自然素材、身近な材料を使った造形	3歳~小	1/26,2/16, 3/15(日)	9:30~11:30	1,500円	受付中
① ヨガ入門 ② 燃焼系アクティブヨガ	① 体が硬い。運動苦手な方におすすめ ② 運動量多！代謝UP	一般	1/6~3/30 (月)全9回	①9:30~10:20 ②10:35~11:25	3,600円	受付中 1回のみ参加 可(500円)
① 初めてのピラティス ② 体幹・体軸ピラティス	① 自宅でも持続可能 ② 理想的な姿勢と動作	一般	1/8~3/25 (水)全10回	①9:30~10:20 ②10:45~11:35	3,000円	受付中 1回のみ参加 可(500円)

※内容は変更になる場合がございます。詳細はHP又は窓口にお問合せ下さい。

※お申込み、お問合せは、窓口か、お電話で TEL: 593-8200

定員になり次第締め切ります。

# 図書コーナーからのお知らせ

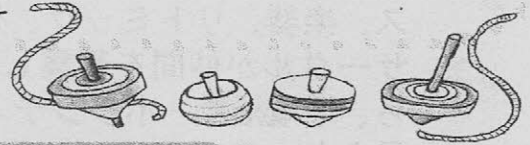
ドキドキワクワク『絵本のふくぶくろ』1月5日スタート!

子ども向けの本を2冊セットにした「本の福袋」を貸出します。  
対象年齢に合わせ、お勧めの本、絵本が入っています。  
どんな本が入っているかは、開けてからのお楽しみ!

先着20名!

## ■今月の新刊■

2030年の世界地図/落合陽一, 歩道橋シネマ/恩田陸, 約束された移動/小川洋子  
死ぬほど読めて忘れない高速読書/上岡正明, 一度読んだら絶対忘れない日本史の  
教科書/山崎圭一, 反日種族主義 日韓危機の根源/李栄薫, 織細さんの本/武田友  
紀, カエルの小指/道尾秀介, チンギス紀4遠雷/北方謙三, 夫のトリセツ/黒川  
伊保子, なんだろうなんだろう/ヨシタケシンスケ, こども六法/山崎総一郎,  
おもちさんがね・・・/とよたかずひこ, しろいしろいころわん/間所ひさこ 黒井健,  
いろいろバス/tupera tupera, チリとチリリ ゆきのひのおはなし/どいかや,  
ふしぎ駄菓子屋銭天堂 1巻/廣嶋玲子 など



## ♪ロビーコンサート

予約不要・参加費無料

### 『ピアノコンサート』

～和田英明氏～

2019年1月18日(土)

13:30~14:30



### 『ヴァイオリンと

ピアノのデュオⅢ』

～ラスルセス～

2019年2月15日(土)

13:30~14:30

抽選に外れた!  
予約を忘れた!  
お部屋が空いてない!

ご相談ください

3月31日までのトライアルとして・・・  
他のお部屋が空いていない場合、目的  
が調理以外でも料理室をご利用いた  
できます!

※例:会議、パソコン練習、語学、俳  
句、音の小さな楽器(18:00まで)、親睦  
会など。定員24人

<利用できる備品>ポット、茶器、  
ホワイトボード

<利用料金>2時間350円(当日空い  
ていれば延長可1時間につき175円)

<予約方法>

1か月前から電話もしくは窓口のみ

※詳細はお問合せ下さい。

北山田地区センター 電話 593-8200

# 中川中学校コミュニティハウス

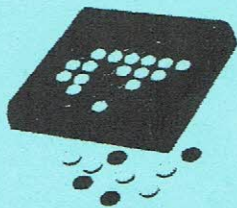
横浜市都筑区大榎町240  
045-591-3131  
<http://www.tsuzuki-koryu.org/nakagawachu/>

1月のおたより

## 1月18日(土)

14:00 ~ 16:00

都筑区小学生オセロ大会  
なか中コミハ予選



先着20名  
参加費200円

2月8日(土)  
チャンピオン大会

## 2月16日(日)

10:00 ~ 11:00

生きがいシニアライフ  
セミナー 無料 自由参加

健康で働く機会のアドバイス

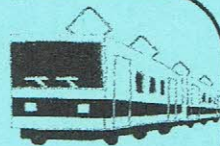


- ◆働きたいときに無理なく働ける
- ◆地域に貢献できる
- ◆人との交流が生まれる

横浜市シルバー人材センター

## 3月8日(日)

11:00 ~ 15:00



鉄道模型を 無料 自由参加  
運転してみよう!

神奈川工科大学鉄道研究部



### 新着図書 一般書

- ツナグ (辻村深月)  
ツナグ 想い人の心得 (辻村深月)  
ライオンのおやつ (小川糸)  
キラキラ共和国 (小川糸)  
屍人荘の殺人 (今村昌弘)  
裸一貫! つづ井さんI (つづ井)  
図説 都筑の歴史 (同編さん委員会)

### 一般書

- がん消滅の罫 (岩木一麻)  
時限感染 (岩木一麻)  
桜風堂ものがたり (村山早紀)  
葉桜の季節に君を想うということ (歌野晶午)

### 児童書・マンガ

- ざんねんないきもの事典 (今泉忠明)  
名探偵コナン97 (青山剛昌)



認定特定非営利活動法人 つづき区民交流協会  
<http://www.tsuzuki-koryu.org>

芥川賞・直木賞・本屋大賞など話題作がそれほど待たずに借りられます。購入希望や貸出予約も受け付けています。

# 都筑スポーツ推進委員通信



都筑区スポーツ推進委員連絡協議会  
都筑区茅ヶ崎中央 32-1  
都筑区役所地域振興課内  
電話 045-948-2235

## 第21回 都筑区グラウンドゴルフ大会 (令和元年6月16日)



スポーツ推進委員連絡協議会主催のグラウンドゴルフ大会が、JAきたグラウンドにて開催されました。

当初は、9日に開催される予定が、雨天の為16日に順延になりました。

16日の当日は前日の雨の影響もなく、15地区より41チーム、246名の老若男女が、日頃の成果を見せるべく競い合い、楽しい1日になりました。

大会の結果は、見花山GG.Aが243点の高得点にて優勝しました。個人賞については、男性は深澤 和明様、女性は中川 晴美様が見事優勝されました。誠にありがとうございます。

## 第25回 都筑区民まつり (令和元年11月3日)



### 令和元年度 都筑区スポーツ推進委員年間行事

- |    |                      |     |                      |
|----|----------------------|-----|----------------------|
| 5月 | 世界トライアスロンシリーズ横浜大会    | 11月 | 第25回都筑区民まつり (模擬店出店)  |
| 6月 | 第21回都筑区グラウンドゴルフ大会    | 11月 | 横浜マラソン2019           |
| 7月 | 北部4区グラウンドゴルフ大会       | 1月  | 横浜市スポーツ推進委員大会        |
| 9月 | 第10回横浜シーサイドトライアスロン大会 | 3月  | 都筑ふれあい健康マラソン大会【裏面参照】 |

# 15地区活動



## ① 東山田地区

東山田連合町内会納涼盆踊り大会が8月2日、3日に行われました。スポーツ推進委員は会場のパトロールを担当しました。子供から大人まで大勢の人で埋め尽くされ、盆踊りと東山田中学校ダンス部のダンスが場を盛り上げました。この盆踊り大会が子供達の心に残ることを願っています。



## ② 山田地区

5月26日神無公園にて、第43回山田地区グラウンドゴルフ大会を開催しました。11チーム61名の方が参加しました。天候にも恵まれ、皆さん明るく元気に熱戦を繰り広げていました。



## ③ 中川地区

7町会から9名のメンバーで、昨年より若干減りつつも過去と同じ質と内容の活動を尽力して続けています。

特に10月20日に牛久保公園グラウンドで主催実施した、中川地区連合グラウンドゴルフ大会は各地区代表が競い合いながらも楽しむ場としてご好評いただきました。



## ④ 勝田茅ヶ崎地区

9月22日に午前中は御殿場樹空の森パークゴルフ場にて、程よい気候下パークゴルフ大会を総数82名（内スタッフ15名）で行いました。

午後は畑毛温泉大仙家にて食事と大会の表彰式を行い、帰る迄の時間を温泉に入浴したりとのんびり過ごしました。



## ⑤ かちだ地区

8月2日、3日の2日間に渡り、勝田小学校にて盆踊り大会が行われ、暑い中多くの人でにぎわいました。各自治会では、いろいろな食べ物を販売しており、スポーツ推進委員もビールや子供用に飴のつかみ取りなどで参加し、沢山の子ども達で賑わいました。



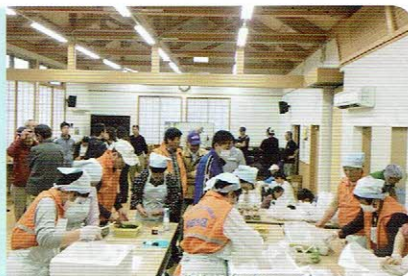
## ⑥ 新栄早渕地区

私たちは地域の皆さんや町内会・子供会・各委員と楽しみながら協力して活動しています。特に夏祭りの夕涼み会、秋のスポーツフェスタ、ケアプラザ祭り、グラウンドゴルフ大会など様々な楽しいイベントを開催しています。皆さんのご支援とご参加をお待ちしています。



## ⑦ 都田地区

私たちは、11名で活動しており各町内会の行事等を、微力ながらお手伝いしております。10月14日には初めて都田連合スポーツフェスティバルをJAグラウンドにて開催する予定でしたが残念ながら雨天の為中止…しかし各手配、準備は都田連合OneTeamで誇れるものでした。



## ⑧ 池辺地区

池辺連合9つの自治会、合計27チームによるグラウンドゴルフ大会を9月8日に開催しました。開催日には雨の心配もありましたが前日にグラウンドの整備を行ってもらい、当日は選手の皆様のご協力も頂きながら、スムーズな進行で無事に大会を終わることが出来ました。

永年勤続  
おめでとう

25年勤続

渡辺 清 (新栄早渕地区)

20年勤続

森 芳則 (荏田南地区)  
都筑区スポーツ推進委員連絡協議会  
会長

# 地区 紹介



続表彰  
ございます!

## 15年勤続

岩崎 誠司 (山田地区)  
齊藤 雅子 (勝田茅ヶ崎地区)  
豊田 昌也 (荏田南地区)

### ⑨ 佐江戸加賀原地区

町内会主催の夏祭りが8月3日に令和元年記念として行われました。ソーラン節、吹奏楽、お笑いプロレス、阿波踊り(写真)、和太鼓、お囃子、など各種団体からの催しで会場が盛り上がりました。スポーツ推進委員は、会場内の安全パトロールに貢献しました。



### ⑩ 川和地区

今年から新たにフォーチュンスクエア都筑中山自治会が加わり、恒例の「歩け歩け大会」が5月26日に開催されました。ウォーキング後には災害で動けなくなった車を想定し、小さな子供達が実際の車を簡単に移動する訓練を行いました。また、ゲームでは子供達が楽しそうに参加していました。



### ⑪ 荏田南地区

区内最大の「荏田南夏祭り」に、今年も参加しました。文字花火もあり8月24日、25日に、荏田南小学校にて盛大に開催されました。我々は青少年指導員と共に会場の設営・撤収・警備・模擬店に至るまで、フル活動です。写真は提灯列の準備風景ですが、梯子の上の者までスポーツ推進委員の自前なんですよ。



### ⑫ 渋沢地区

10月27日連合自治会主催による第26回レクリエーション大会が行われました。今年から名前を「渋沢フェス」と変更し午前中はミニ運動会、午後はステージパフォーマンスを楽しみました。午前中は参加者を4組に分け4色対抗戦、誰もが参加でき楽しめる競技で盛り上がりました。



### ⑬ 茅ヶ崎南MGCRS地区

茅ヶ崎南MGCRS連合自治会の夕涼み会が8月24日に開催され、ストラックアウトや的当てにはたくさんの子供達が参加し、大いに賑わいました。ボランティアで協力してくれた茅ヶ崎中学校の生徒達とも楽しく交流することができました。



### ⑭ ふれあいの丘地区

ふれあいの丘連合自治会主催による第12回「ふれあいの丘連合祭」を川和東小学校で10月20日に開催しました。6自治会がレクリエーションで競い合い、大人から子供まで、約1,500人の来場者に来ていただき、大いに盛り上がりました。総合優勝は富士見が丘自治会でした。



### ⑮ 柚木荏田南地区

私たちは区内最小の3人で活動しています。8月3日に折田不動公園で行われた夏祭りで「つづきマモル君焼き」を販売しました。列をなして買い求めてくださる皆様に感謝しながら良い汗を流しました。その他年始のどんと焼き等、地域活動に力を入れていきたいと思ひます。



第26回

# 都筑ふれあい健康マラソン大会



参加者募集

自然豊かな緑道コースを楽しく走ろう!

開催日

令和2年3月1日

荒天中止\*

\*荒天・コース状態の不良・災害等の場合には中止することもあります。大会中止の場合は、下記の方法で告知します。  
●大会ホームページ <http://tsuzuki-marathon.com> ●都筑ふれあい健康マラソン大会事務局 045-948-2235

会場

葛ヶ谷公園 多目的広場（及び周辺の緑道）

種目

ファミリー / 10km / 5km / 3km / 1.5km

申込み  
締切日

●郵便受付

令和元年12月12日迄

●インターネット

令和2年1月10日迄

●電話申込み

令和2年1月10日迄

大会ホームページ <http://tsuzuki-marathon.jp>

お申込みに関するお問い合わせ

都筑ふれあい健康マラソン大会エントリーセンター  
TEL. 048-778-5880 [平日10:00～17:00] ※12/28～1/6除く

大会に関するお問い合わせ

都筑ふれあい健康マラソン大会実行委員会事務局  
TEL. 045-948-2235 [平日8:45～17:15] ※12/29～1/5除く



平成31年 第25回 都筑ふれあい健康マラソン大会

優勝者一覧 (敬称略)

1.5 km ファミ リィ	(1年生男子)	戸高 尚志・秀和
	(1年生女子)	森田 有咲・浩之
	(2年生男子)	澄川 虎雅・文彦
	(2年生女子)	三尾 怜子・健介
	(3年生男子)	村田 光翼・貴則
	(3年生女子)	中村 真菜・公則

1.5 km	(4年生男子)	早坂 莉人
	(4年生女子)	安孫子天希
	(5年生男子)	米山 和磨
	(5年生女子)	近藤 蒼衣
	(6年生男子)	谷 大智
	(6年生女子)	石橋 友菜

3 km	(中学生男子)	菊地 恭太
	(中学生女子)	望月 愛海

5 km	(男子16歳～35歳)	山本 雄
	(女子16歳～35歳)	梨本 侑季
	(男子36歳～50歳)	三尾 健介
	(女子36歳～50歳)	藤井 一美
	(男子51歳以上)	上田 宏則
	(女子51歳以上)	佐藤 志保

10 km	(男子16歳～35歳)	シメケル・ヘンリック
	(女子16歳～35歳)	杉内 友紀
	(男子36歳～50歳)	夏目 浩大
	(女子36歳～50歳)	大塚 恭子
	(男子51歳以上)	井上 克己
	(女子51歳以上)	大西 登美子



令和元年度 広報委員会

委員長	佐藤 親志 (勝田茅ヶ崎)	三矢 高広 (新栄早洵)	中臣 克稔 (荏田南)
副委員長	中根 朋文 (中川)	石川 誠 (都田)	浅井 美樹 (渋沢)
	栗原 孝太郎 (東山田)	池 学 (池辺)	大重 秀将 (茅ヶ崎南MGCRS)
	清水 力 (山田)	細谷 祐之 (佐江戸加賀原)	志村 誠一郎 (ふれあいの丘)
	川口 義博 (かちだ)	田代 栄子 (川和)	天水 智恵 (柚木荏田南)

# あなたと街のかけはしになります

2020年1月 No.16

中川地区社会福祉協議会だより

第57回・第58回お楽しみ会食

令和元年7月3日(水)

◎ 57回お楽しみ会食会 ◎

会場：中川西地区センター



34名の参加者をお迎えし、お寿司・お味噌汁・お茶菓子でしばらくご歓談いただきました。親しいお友達とおしゃべりがはずむ方、初めての参加された方も席の近い方と打ち解けて笑顔…、それぞれに楽しんでおられるご様子でした。

今回のメインは「ジェイウェーブ」バンド演奏と唄。「横浜市歌」「アメイジンググレイス」から昭和の歌謡曲、その数17曲の歌詞をスクリーンに映し、参加者・スタッフ一同で声を合わせて合唱しました。体でリズムをとる方、ハモって歌われる方もおられ、蒸し暑い気を忘れさせる賑やかなひと時を過ごしました。

また、新しい詐欺の手口や防災のお話を紹介し、暮らしに役立つ話題を提供させていただきました。



令和元年10月3日(木)

◎ 第58回お楽しみ会食会 ◎

会場：中川西地区センター



30名の参加者をお迎えしました。

司会者お二人の巧みな進行のおかげで和やかな雰囲気の中で会食会が進みました。

会食が終わる頃、関 利治さんによる「マジック&トークショー」が始まりました。長年民生委員児童委員・社会福祉協議会で培ってきた経験値豊富な関さんです。本人曰く、話術は「きみまろ」マジックは「フロ」を目指しているそうですが、まだまだ発展途上…でもその懸命さ、サービス精神は間違いなく伝わってきました。

また、今では珍しい「黄土色」した昔懐かしい袋に詰めたお土産をいただき、さすが長年の福祉事業仕込みと感服しました。

更には前中川連合会長の井上さん(応援にいらしていただきました。)の締め言葉、「会食会に参加出来て本当に楽しかった…」は、今回の参加者を代表するお気持ちとして大変ありがたく受けとめさせていただきました。

※次回の「お楽しみ会食会」は、中川西地区センターで2月5日(水)の予定です。





## スポーツ交流会

令和元年 9月21日(土)

◎ 第2回スポーツ交流会 ◎

会場:牛久保西グラウンド



肌寒い朝に秋の気配を感じた当日。中川連合町内会、中川地区スポーツ推進委員の後援により、牛久保西グラウンドでスポーツ交流会を実施しました。

今年で2回目を迎える交流会ですが、今回は7町内会より9歳から87歳まで46名の選手が一堂に集まり、グラウンドゴルフを2ゲーム楽しみました。連合町内会の大会等、通常は町内会毎にチーム編成を行うところ、今回は地域や世代を超えた交流が目的のため、町内会が全員バラバラになるようにチーム編成を行いました。いつもと違うメンバーで最初は戸惑っていた参加者も、すぐに和気あいあいと楽しい会話が弾んでいました。

とはいえ、そこはグラウンドゴルフ。参加者全員、真剣な眼差しでボールと勝負の行方を追っていたのが印象的でした。終了後の表彰式では、それぞれの健闘をたたえ大きな拍手が沸くなど、大いに盛り上がるスポーツ交流の好日となりました。

## 施設見学研修会



令和元年 11月14日(木)~15日(金)

◎ 令和元年度施設見学研修会 ◎

見学施設:茨城県 水府学院:中等少年院

11月14日、15日の2日間、中川地区社協の施設研修が行われ23名が茨城県東茨城郡の水府学院(中等少年院)を視察しました。

少年院は、刑罰を与える場所ではなく、あくまで「教育を通じて矯正教育を行う場所」とのこと。そのせいか、水府学院には刑務所のような高い塀や鉄線はなく、一見、普通の学校と何ら変わらない印象でした。

水府学院次長佐藤さんの「子どもたちの話を聞いて欲しい。また、子どもたちに向かって、君たちのことを心配している。信用している。見守っている、という気持ちを伝えて欲しい。」という言葉には、様々な経緯の子どもたちと永年向き合ってきた実体験が込められており、その場にいた全員の胸に、何かが固く突き刺さったような気がしました。

中川地区社協の施設研修は、日常生活で触れることのない社会の一端を認知できる、とても貴重な機会です。今回も、年齢や性別の異なる同じ地区の住民が社会福祉や地域の未来を語り合い、顔の見える関係が穏やかにつくられていく、素晴らしい場となりました。

