

第17号

さかえすた

SAKAESTA さかえすた
本郷地区センター・本郷台駅前地域ケアプラザ・さかえ区民活動センター



SAKAESTA News

発行日 令和8年4月1日

発行責任者 施設長 高橋 順一

区連会承認番号 417号

横浜市本郷地区センター
横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ
さかえ区民活動センター

あそびっこ

子育て支援者による遊びと相談の場
栄区こども家庭支援課事業
毎週(火)10:00~11:30
予約不要 入退室自由です!

キグちゃんの親子であそぼ!

『キグちゃん』こと木暮寿子さんと
親子で一緒に遊びながら学べる
講座です(要予約)
対象:0歳、1歳、2歳、パパ

子育て 支援事業

SAKAESTAでのあそびっこは
4月から**火曜日**になります



あそびっことキグちゃんの講座は
4月から3階多目的ホールで開催します!



さかえすたっきゅう

小・中学生のみんな!

放課後一緒に卓球をしよう!!

開催日は不定期です

※広報誌で確認してね!

15:15から30分ずつ交代制

(小学生は17時まで)

予約不要

☆室内履きか上履き持参



がくしゅう 楽習教室

ボランティアさんが学習の
サポートをしてくれます!

毎週(水)

15:00~17:30



おもちゃ病院

おもちゃの修理、ご相談
ください

毎月・第4(日)と
奇数月の第1(水)
10:00~11:30

フレイルーム

予約なしでどなたでも
ご利用いただけます
定員9組まで



2階の図書コーナーには児童書やコミック本もあります♪どうぞお立ち寄りください!
図書の貸し出しは、閉館30分前までです ※小学生だけの来館の場合、17時までの利用となります

包括 事業

家族介護者

のつどい

どなたでもお気軽に
ご参加ください

5/15(金)、7/15(水)、
10/15(木)、2/14(日)
10:00~11:30

ほほえみサロン

ルーテル保育園にて
高齢者のおしゃべりサロン

毎月第4(木)
10:00~11:30

介護予防講座

いつまでも元気で
暮らすための、健康
づくり・介護予防
教室や講座を
開催しています

◆お問い合わせ◆

電話: 045-392-5157

FAX: 045-392-5183

〒247-0007

横浜市栄区小菅ケ谷1-5-4

指定管理者 横浜市福祉サービス協会・
さかえ区民活動支援協会 グループ



さかえすたのHPです♪
イベント情報もここから

◆◆開館時間◆◆

月曜~土曜日 9:00~21:00
日曜日・祝日 9:00~17:00

◆◆休館日◆◆

毎月第3月曜日(施設点検日)
*月曜日が祝日・振替休日に
あたるときには その翌日
年末年始(12月29日~1月3日)



新着図書案内

図書の貸し出しは
閉館30分前までです

書籍名	著者	書籍名	著者
【芥川賞】 受賞作品 時の家	鳥山 まこと	サイレント・ブレス 看取りのカルテ	南 杏子
【芥川賞】 受賞作品 叫び	畠山 丑雄	風と共にゆとりぬ	朝井 リョウ
【直木賞】 受賞作品 カフェーの帰り道	嶋津 輝	一橋桐子(76)の犯罪日記	原田 ひ香
BOXBOXBOXBOX	坂本 湾	100年ひざ	巽 一郎
成瀬は都をかけぬける	宮島 未奈	糖質疲労	山田 悟
鎌倉茶藝館	伊吹 有喜	パンダのおさじと フライパンダ	柴田 ケイコ
隠匿捜査11 分水	今野 敏	パンダのおさじと ふりかけパンダ	柴田 ケイコ
百年の時効	伏尾 美紀	はるがきた! いいものいくつ?	おおたぐろ まり
あの冬の流星	朝倉 宏景		
ほどなく、お別れです —思い出の箱—	長月 天音		

自主事業報告

1月22日に開催しました 「お手軽パン講座」



料理講座でおなじみの吉川友子先生に、電子レンジ発酵を利用した「お手軽パン講座」を開いていただきました。今回は生地風の合いが異なるゴマチーズパンとシナモンロールの2種類です。出来上がったパンの実食もしました。

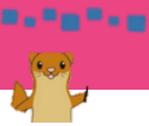
「パン作りのハードルが下がりました」
「家でもすぐ作ります」「わかりやすかった」
など、参加者のみなさんから喜びの声をたくさんいただくことができました。



団体登録更新のご案内

登録から3年が経過する団体・個人の方は更新手続きをお願いいたします。詳しくは窓口にお問い合わせください。

団体登録番号	更新のお手続き期間
100690~100703	令和8年4月から 令和8年5月まで
100704~100714	令和8年5月から 令和8年6月まで
100715~100734	令和8年6月から 令和8年7月まで



■活動団体の会員募集や人財バンク登録者の紹介を掲載しています。

活動団体紹介

栄区文化協会

「第九」合唱団員募集中

あなたも一緒に歌いましょう！



<公演概要>

公演名：栄区制40周年記念第九コンサート

公演日：2026年11月29日(日)

時間：14:00開演(13:15開場)

演奏曲：交響詩「栄区賛歌」
ベートーヴェン交響曲第9番「合唱付き」

場所：鎌倉芸術館大ホール

入場料：全席自由(2,000円)

チケット発売:2026年8月を予定

<応募方法>

詳細は募集チラシまたは
栄区文化協会のホームページから応募が可能です
<https://www.sakae-bunkakyoukai.com/choir-audition/>

募集期間：2026年2月1日～4月30日(必着)

参加費：一般 10,000円、学生 5,000円

※チケット協力あり

練習内容：栄公会堂などで7月3日より毎週金曜日
18:30～20:30(全22回程度)

お問い合わせ：

TEL 090-5803-7241(嶋田)

Email sakae.dai9@gmail.com



展示のご案内(今後のスケジュール)

◇SAKAESTAギャラリー

(さかえすた2階)

各月2日～展示

※1月の展示のみ6日～展示

- 4月 栄区書道協会→篆刻
 - 5月 本郷ふじやま公園→パネルや作品
 - 6月 パイスケクラブ→パイスケの展示
 - 7月 栄フォトクラブ→写真
 - 8月 フォトSAKAE→写真
 - 9月 元気発信・楽志俱の会→ハンドメイド
 - 10月 栄リフォームむつき会→洋裁・編み物
 - 11月 大槌を応援する会→デコ鮭
 - 12月 桂公田水墨会→水墨画
- 令和9年
- 1月 本郷台駅前リビング→イベント紹介
 - 2月 わ～くらぶ・さかえ
→編物・クロスステッチなど
 - 3月 横浜竹細工アート愛好会→竹細工

◇本郷台駅前駐輪場展示スポット

(R8年7月までの予定です)

- 4月4日～4月17日 書道サークルきらら
- 4月18日～5月1日 春日一番太鼓
- 5月2日～5月15日 本郷台駅前リビング
- 5月16日～5月29日 横浜竹細工アート愛好会
- 5月30日～6月12日 展示団体募集中
- 6月13日～6月26日 グループM
- 6月27日～7月10日 恒陽彩会



※駐輪場展示スポットは、期間により若干の空きがあります
展示を希望される団体は、お問い合わせください



横浜地域活動・ボランティア情報サイト

区民活動団体の活動紹介や
参加者の募集をしてみませんか？

自治会町内会やボランティア活動など、
地域で活動している団体のイベント情報や
ボランティア募集情報を集めたポータルサイトです



<よこむすびとは>

<申請>

★イベント周知

開催中



開催区 自治会町内会

どんど焼き

開催日：2026年1月10日(土) 雨天の場合は1/11(日)に順延

申込不要

いいね! 0

★参加者募集

開催中



開催区

子育て支援・青少年育成

環境・動物愛護

自治会町内会

ささぶねの道(緑道)
落ち葉清掃【地区外の方も参加OK】

開催日：2025年11月09日(日)

開催日：2025年12月14日(日)

開催日：2026年01月11日(日)

★団体紹介

開催中

英語サークル
メンバー募集
中級程度の英語を
読んで・聞いて・話して
スキルアップ

NAME: A N E C (アネック)
PLACE: アートフォーラムあざみ野
ZOOM MEETING (各2回ずつ)
DATE: 毎金曜日10時から12時
FEE: 200円/月
※見学可(要予約) 申込後、入会費は別途お申し込みください

開催区

国際交流・外国人支援

社会教育

英語学習ミーティング

開催日：第2金曜日、第4金曜日

申込不要

いいね! 18

地域ケアプラザのご案内

<所長>

●施設責任者

<事務>

●館内の施設設備管理 ●財務全般

<ケアマネジャー>

●介護保険の介護サービス計画（ケアプラン）の作成や、サービス事業所との連絡調整等を行います。

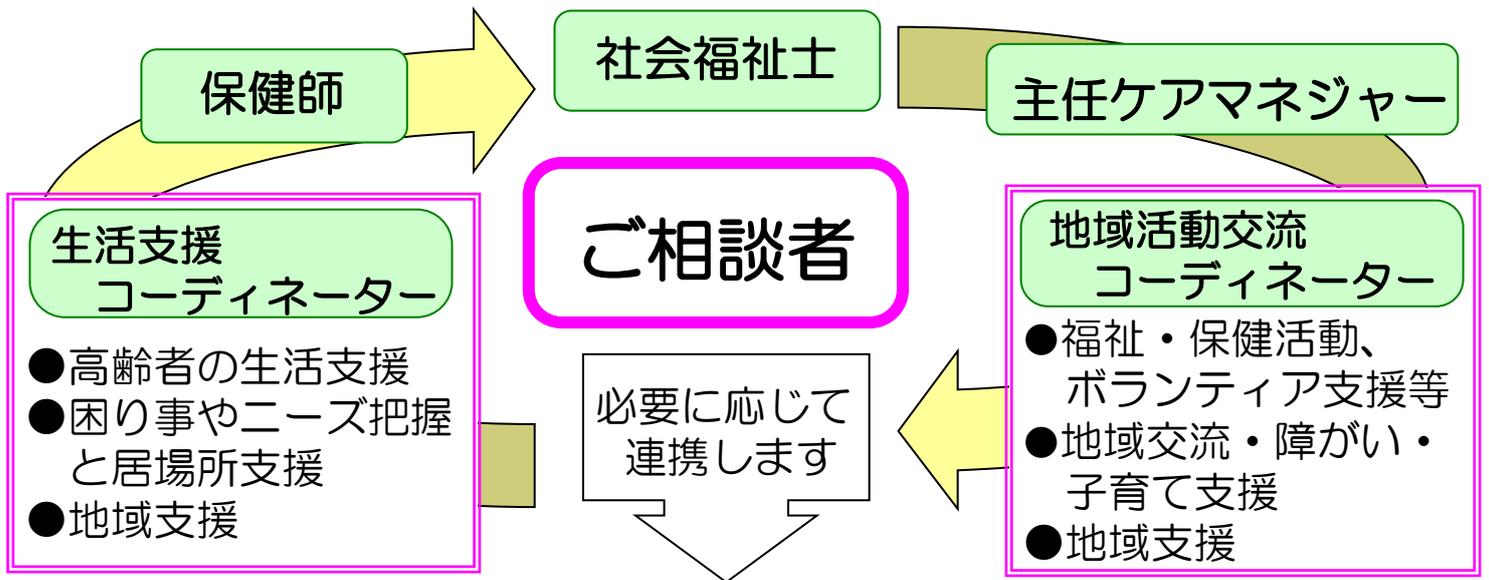


<地域包括支援センター>（福祉総合相談窓口）

●介護・健康・福祉などの生活に関する困りごとについて、専門職（保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー）が幅広く相談を受けます。

●担当相談エリア

桂町、公田町（公田町団地自治会、グリーンテラス本郷台自治会、桂台自治会を除く）、小菅ケ谷一丁目4～31番、小菅ケ谷二丁目12～44番、小菅ケ谷町（小菅ケ谷二丁目隣接）



民生委員・児童委員・担当ケアマネジャー・主治医・関係機関・区役所など

SAKAESTAは福祉避難所です

★福祉避難所とは？（QRコード参照）

大規模災害によって甚大な被害が発生し、自宅で生活できなくなってしまった場合、市内の小・中学校などの地域防災拠点で避難生活を送ることになりますが、地域防災拠点での避難生活が難しいと判断された方を受け入れるための二次的な避難所が「福祉避難所」です。市・区役所の専門職（保健師）などが、本人の状況や要介護認定の有無などを確認し、福祉避難所への避難の必要性を判断します。

SAKAESTAは区役所と協定を締結している社会福祉施設として、要援護者等の受入れのための福祉避難所を必要に応じて開設します。





おやこのための 春のおはなし会

- ◆日時：4/7 (火) ①10:30~11:00
②11:00~11:30
- ◆会場：2階 プレイルーム
- ◆定員：未就学児親子 9組
※定員を超えると入れない場合もあります
- ◆おはなし・おんがく：葉音Hanon(はのん)さん
- ◆申込み：不要 ※直接会場にお越しください



SAKAESTAスタイル
第1弾!

お手持ちのスカーフを 素敵に活用しましょう!!

- ◆日時：4/11 (土) 13:30~15:00
- ◆定員：24名【先着】
- ◆持ち物：・スクエアスカーフ(90cm×90cm程度)
・ロングスカーフ(45cm×160cm程度)
または薄手ストール
・卓上用の鏡
- ◆メイン講師：横浜繊維振興会 公認スカーフ講師
土谷 真由美 さん
- ◆申込み：受付中
栄区出身 スカーフ親善大使の
水木 香 さんご来館!

放課後一緒に
卓球しよう

さかえすたっきゅう ~みんなでピンポン~

NEW

- ◆日時：4/24 (金) 1回30分で交代
①15:15~ ②15:45~ ③16:15~
④16:45~ ⑤17:15~ (小学生は17時まで)
- ◆定員：小学生・中学生 各回8名
- ◆持ち物：運動できる室内履きか学校の上履き 飲み物
※ラケットとピンポン玉は貸出可
- ◆申込み：不要 たくさんいるときは順番で



親子で
実践しよう!

自転車整備の基本と 交通安全講座

NEW

- ◆日時：4/29 (水・祝) 10:00~11:00
- ◆定員：小学生親子10組【先着】
- ◆持ち物：お子さんの自転車、ヘルメット(ある人)
- ◆講師：**基本整備**
地元自転車店 関輪業 さん
交通安全
元保土ヶ谷警察署長 新井滋文 さん
- ◆申込み：受付中



栄区制40周年記念事業 オリーブオイル講座・食の安全と健康

- ◆日時：5/8 (金) 14:00~15:30
- ◆定員：40名【先着】
- ◆参加費：1,500円
- ◆講師：オリーブオイルジュニアソムリエ 久米小百合さん
- ◆申込み：4/11 (土) 10時~窓口 11時~電話
元・久保田早紀さん

大人気! 筋肉は裏切らない! 腹筋を徹底的に鍛える講座(全2回)

- ◆日時：5/11・25 (月) 13:30~14:30
- ◆定員：15名【先着】
- ◆参加費：500円 (2回分)
- ◆申込み：4/14 (火) 10時~ 電話・窓口

パソコン・スマホ無料相談会

- ◆日時：5/16 (土) 12:30~、13:00~、
13:30~、14:00~
- ◆定員：各回5名【先着】
- ◆申込み：4/17 (金) 10時~ 電話・窓口

はじめての介護保険

制度や利用方法について
わかりやすい入門講座です

- ◆日時：5/29 (金) 19:00~20:00
- ◆定員：40名【先着】
- ◆申込み：4/16 (木) 10時~ 電話・窓口

母の日に作って贈ろうデコペンシル花束 ~スイーツとカーネーションで飾りましょう~

- ◆日時：5/9 (土) 10:00~11:00
- ◆定員：小学生10名【先着】※1年生は要付添
- ◆参加費：500円
- ◆申込み：4/16 (木) 10時~ 電話・窓口

シニア世代の元気アップセミナー(全4回)

- ◆日時：5/14・28・6/11・25 (木)
10:00~11:30
- ◆定員：栄区にお住いの65歳以上30名【先着】
- ◆申込み：4/13 (月) 10時~ 電話・窓口

話題のシタグラフィー講座(全2回) ~おしゃれ手書き文字で彩る7タシ時間~

- ◆日時：5/16・6/6 (土) 13:00~14:30
- ◆定員：10名【先着】
- ◆参加費：1,000円 (2回分)
- ◆申込み：4/14 (火) 10時~ 電話・窓口

※講座は変更になることもあります。
※講座はSAKAESTAのホームページや
栄区の広報にも掲載されます。
※参加費の記載がないものは無料です



さかえすた 2026年 4月・5月・6月の予定

お子さんや子育て世代向けの方の講座

おおむね65歳以上の方の講座

どなたでもご参加いただける講座

日	月	火	水	木	金	土
			1 楽習教室	2	3 手しごとくらぶ	4
5 らくらく体操	6	7 春のおはなし会 栄区子育て支援 あそびっこ	8 楽習教室	9	10	11 スカーフ講座
12 わたしたちの 昭和歌謡	13 キグちゃんの親子 で遊ぼ(0歳児)	14 栄区子育て支援 あそびっこ	15 楽習教室 らくらく体操	16	17 手しごとくらぶ	18
19	20 休館日	21 栄区子育て支援 あそびっこ	22 楽習教室	23	24 さかえすたつきゅう	25
26 栄おもちゃ病院	27	28 栄区子育て支援 あそびっこ	29 自転車整備の基本 と交通安全講座	30 		

日	月	火	水	木	金	土
					1 手しごとくらぶ	2
3 	4	5 	6 栄おもちゃ病院	7	8 オリーブオイル 講座	9 母の日 プレゼント作り
10 わたしたちの 昭和歌謡	11 腹筋講座① キグちゃんの親子 で遊ぼ(1歳児)	12 栄区子育て支援 あそびっこ	13 楽習教室	14 元気アップ セミナー①	15 手しごと くらぶ 家族介護者 のつどい	16 パソコン スマホ 無料相談会 レタグラフィー講座①
17	18 休館日	19 栄区子育て支援 あそびっこ	20 楽習教室 らくらく体操	21 	22	23
24 栄おもちゃ病院	25 腹筋講座②	26 栄区子育て支援 あそびっこ	27 楽習教室	28 元気アップ セミナー②	29 はじめての 介護保険	30
31 らくらく体操						

日	月	火	水	木	金	土
						6 終活講座① レタグラフィー講座②
7 らくらく体操	8 キグちゃんの親子 で遊ぼ(2歳児)	9 栄区子育て支援 あそびっこ	10 楽習教室	11 元気アップ セミナー③	12 	13 キグちゃんとパパ の子育て大作戦
14 わたしたちの 昭和歌謡	15 休館日	16 栄区子育て支援 あそびっこ	17 楽習教室 らくらく体操	18	19 手しごとくらぶ	20 終活講座② 父の日 プレゼント作り
21	22	23 栄区子育て支援 あそびっこ	24 楽習教室	25 元気アップ セミナー④	26	27
28 栄おもちゃ病院	29 ひびけ歌声の丘	30 栄区子育て支援 あそびっこ	※講座は変更になることもあります。 ※講座はSAKAESTAのホームページや 栄区の広報にも掲載されます。			