

SAKAESTA News



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

発行日 令和7年4月1日 発行責任者 館長 柴田 眞紀

第2回

活動・発見！ 地域の活動紹介コーナー ～素敵な活動がいっぱい～

〇 コミュニティスペースすまいる



高田代表
(ひまわりさん)

“ここ馴染み”という言葉をご存じですか？ “ここ馴染み”とは、ここ“すまいる”でできた馴染みの関係という意味の言葉で“すまいる”をいつも利用されている方から教えていただいた造語です。

そんな“ここ馴染み”ができる“コミュニティスペースすまいる”は、『昔の縁側のような、“つどい”“語らい”“ホッとひと息”“ホッとひと休み”できる笑顔（すまいる）になれる居場所を作りたい』という代表の高田さん（ニックネームひまわりさん）の想いが形となり、2023年8月に、旧高田ガラス店の一室でオープンしました。

すでに、子育て世代から高齢者の方まで幅広く利用され、人と人との繋がりが、情報が集まる地域に欠かせない福祉の拠点となっています。さかえすたの職員にとっても憩いの場です。まだ立ち寄ったことがない方は、ホッとひと息しに伺ってみてはいかがでしょうか。代表のひまわりさんをはじめスタッフの皆さんが、**すまいる（笑顔）**で迎えてくださいます。



“ここ馴染み”
の皆さん



【営業時間】

平日10:00～17:00
※ 土日祝日はお休み

【開催場所】

栄区桂町697
(天神橋バス停すぐ)

【メニュー】

飲み物と軽食合わせてワンコイン
500円で過ごせるメニューも有



◆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・振替休日にあたる際には その翌日
年末年始（12月29日から1月3日）

3月の新着図書



書籍名	著者
DTOPIA	安堂ホセ
ゲートはすべてを言った	鈴木結生
藍を継ぐ海	伊与原新
謎の香りはパン屋から	土屋うさぎ
家族解散まで千キロメートル	浅倉秋成
ようこそヒュナム洞書店へ	ファン・ボルム
きのう何食べた？ シロさんのかんたんレシピ～3巻	公式ガイド&レシピ
休日が楽しみになる昼ごはん	小田真規子
一日がしあわせになる朝ごはん	小田真規子
ツレがうつになりまして	細川貂々
今日はぐっすり眠りたい	細川貂々
ミステリという勿れ	田村由美
ミステリという勿れ②	田村由美
ミステリという勿れ③	田村由美
ミステリという勿れ④	田村由美
ミステリという勿れ⑤	田村由美

※新着図書の内容は変更になることがあります。新着本の貸出は一人1冊です。

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
100483～100503	令和7年 3月から令和7年4月まで
100504～100518	令和7年 4月から令和7年5月まで
100519～100539	令和7年 5月から 令和7年6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

はじめまして！

さかえPR局

「栄区のこと、もっと知ってもらいたい！知りたい！」

をモットーにSNS（Facebook、X・Twitterなど）
配信しているボランティア団体です。



Instagram 始めました！

栄区の魅力を積極的に
発信していきます！

お問い合わせは下記アドレスまで
info.sakaep@gmail.com

Instagramの登録、フォローをお願いします！

「はじめまして！さかえPR局」です

「栄区のこと、もっと知ってもらいたい！知りたい！」をモットーに、今はInstagramをメインに栄区の魅力をSNS配信をしております。

皆さま どうぞよろしくお願いいたします！

- ・活動場所：主な会議などは社会福祉協議会（ピアハッピー栄）の場を借りて、栄区の魅力を日々探求！
- ・メンバー数：11名
- ・参加費：有料会費制。詳細はお問合せください。

【会員募集】バルーンエルダリー

シニアソフトボール(スローピッチ)を始めませんか?!

- ・活動内容：シニアのソフトボールのチームです。スローピッチは山なりのボールを投げて打つので、年齢を重ねてもできるスポーツです。健康維持の為に、小菅ヶ谷グラウンドで和気あいあいと楽しく練習しています。いつでも見学大歓迎です！



- ・練習日：毎週水曜日10:00～12:00
(3月～11月の試合シーズン中は月1回の試合の可能性あり)
- ・場所：小菅ヶ谷グラウンド
(本郷台駅から徒歩5分)
- ・会費：500円/月
- ・対象：男性は65歳以上、女性は45歳以上
- ・問合せ：さかえすた
※練習日に直接 小菅ヶ谷グラウンドへいらしてください。



機材を「無料」で貸出します！

市民公益活動・生涯学習の目的に必要な機材を貸出します。館外への貸出も可能です（条件あり）

貸出機材一覧（抜粋）

- ・ポータブルワイレスアンプ
- ・プロジェクター
- ・プロジェクタースクリーン
- ・コードリール10M
- ・紙芝居舞台 など



イベント・講座等で使用OK！
気軽にお問合せください。

◎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 栄区フォトクラブ 写真
- 7月 書道サークルきらら 書道
- 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 横浜友の会 家計簿をつける有用性を伝える
- 11月 大槌を応援する会 デコ鮭
- 12月 【未定】



令和8年

- 1月 本郷台駅前リビング 活動の様子など
- 2月 わ～くらぶ・さかえ パステル画、押し花等
- 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

- ・4月5日～4月18日【書道サークルきらら】→書道
- ・4月19日～5月2日【折り紙手芸】→手芸
- ・5月3日～5月16日【春日一番太鼓】→手作り鯉のぼり
- ・5月17日～5月30日【横浜竹細工アート愛好会】
→竹細工
- ・5月31日～6月13日【グループM】→油彩画
- ・6月14日～6月27日【恒陽彩会】→スケッチ画
- ・6月28日～7月11日【本郷楽陶会】→陶芸



※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。

地域ケアプラザ サービスのご案内

<館長> 柴田 眞紀

●施設責任者

<事務> 早川 直子

- 館内の施設設備管理
- 財務全般

<ケアマネジャー>

川瀬 奈保子、藤本 香織、
非常勤：上村 喜美枝、入江 寿生



- 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)

保健師：横江 明子 社会福祉士：山口 真澄
主任ケアマネジャー：4月配置予定
予防プランナー：桑原 さつき、村田 昌子

- ご本人やご家族・知人等から、生活や介護に関わる相談をお受けします。必要に応じて、区役所・関係機関・主治医・担当ケアマネジャーなどと連携します。
- 高齢者の虐待防止、権利擁護、成年後見などの相談をお受けします。
- 介護予防教室や介護者のための講座を企画します。
- 介護保険の申請代行を行います。
- 要支援1又は2の介護認定を受けた方の予防プランを作成します。
- 支え合える地域づくりの支援をいたします。

<生活支援> コーディネーター
：田中 浩介

- 高齢者の生活支援・介護予防の基盤整備を目指して、民間サービスや地域活動が円滑に利用できるよう、多様な主体が連携・協力する地域づくりのお手伝いを致します。



<地域活動・交流> コーディネーター
：熊谷 昌子
サブコーディネーター：青木佳代子、
西川 美香子、根岸 亜希子

- 地域の皆様が福祉・保健に関する活動や交流の場として利用される貸室の管理を行っています。
- ボランティアの受け入れ、相談や育成・支援活動を行います。
- 地域・障がい・子育て支援の自主事業を開催し、地域で活動中の団体をご紹介します。

★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入れるための二次的な避難所が「福祉避難所」です。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。そのため対象と判断されない方は避難することはできません。

SAKAESTAは区役所と協定を締結している社会福祉施設として高齢者受け入れのための福祉避難所を、必要に応じて開設します。



4月イベントカレンダー

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	2 楽習教室	3 子育て相談	4	5
6	7	8 さかえすた ポッチャ部 春のおはなし会	9 楽習教室	10 子育て相談	11	12
13	14 キグちゃんの親子 で遊ぼう(0歳児)	15	16 楽習教室	17 子育て相談	18	19
20 昭和歌謡 デラックス	21 休館日	22 さかえすた ポッチャ部	23 楽習教室	24 子育て相談	25	26
27 栄おもちゃ 病院	28	29 住まいの修繕学校 ～基本工具で プランター作り～	30 楽習教室	※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。		

おすすめ講座

父の日のプレゼントを作ろう★ ～目の疲れをほぐす「アイピロー」～

- ◆日 時：6/8(日) 13時30分～15時
- ◆定 員：小学3年生以上10人(先着順)
- ◆参加費：500円
- ◆申込み：5/14(水) 10時～電話・窓口



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：5/12(月)、5/26(月) 13時～14時
- ◆定 員：15人(先着順)
- ◆参加費：500円(2回分)
- ◆申込み：4/15(火) 10時～電話・窓口



シニアライフノートを活用した終活講座(全3回) ノートに記入しながら「どう生きたいか」を整理して みましょう ※1回だけの参加も可能

- ◆日 時：5/27(火)、6/10(火)、6/24(火)
各13時～14時30分
- ◆定 員：各30人(先着順)
- ◆持ち物：筆記用具 ◆参加費：無料
- ◆申込み：4/17(木) 10時～電話・窓口



歴史教養講座「日本の開国裏話」(全3回) ～それは神奈川から始まった～

- ◆日 時：5/11(日)、6/8(日)、7/13(日)
各回13時～14時30分
- ◆定 員：15人(先着順)
- ◆参加費：1,000円(全3回分)
- ◆申込み：4/12(土) 10時～電話・窓口

地域包括講座 ～介護予防あれこれ講座～

- ◆日 時：5/20(火)、6/3・17(火)
各10時～11時30分
- ◆定 員：各30人(先着順) ◆参加費：無料
- ◆申込み：4/14(月) 10時～電話・窓口



おやこのための 春のおはなし会

2Fプレイルームで、春のおはなし会を開催します。
手遊びも楽しみましょう。

- ◆日 時：4/8(火) ①10時30分～11時
②11時～11時30分
- ◆定 員：未就園児親子9組ずつ(当日直接)
- ◆参加費：無料



※定員をこえる場合はお入りいただけない場合があります。

5月イベントカレンダー

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 子育て相談	2	3
4	5	6	7 楽習教室 栄おもちゃ病院	8 子育て相談	9	10 母の日 プレゼント作り
11 歴史教養講座① 昭和歌謡 デラックス	12 キグちゃんの親子 で遊ぼ(1歳児) 腹筋を鍛える講座①	13 新緑の季節の お菓子講座 さかえすた ポッチャ部	14 楽習教室	15 子育て相談	16	17 パソコン・スマホ 無料相談会
18	19 休館日	20 介護予防 あれこれ講座①	21 楽習教室	22 子育て相談	23	24
25 栄おもちゃ病院	26 腹筋を鍛える 講座②	27 さかえすた ポッチャ部 終活連続講座①	28 楽習教室	29 子育て相談	30	31

6月イベントカレンダー

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	2	3 介護予防 あれこれ講座②	4 楽習教室	5 子育て相談 ジューバ ワークショップ①	6	7
8 父の日 プレゼント 作り 歴史教養講座② 昭和歌謡 デラックス	9 キグちゃんの親子 で遊ぼ(2歳児)	10 さかえすた ポッチャ部 終活連続講座②	11 楽習教室	12 子育て相談 ジューバ ワークショップ②	13	14 キグちゃんとパパ の子育て大作戦
15	16 休館日	17 介護予防 あれこれ講座③	18 楽習教室	19 子育て相談	20	21
22 栄おもちゃ病院	23	24 さかえすた ポッチャ部 終活連続講座③	25 楽習教室	26 子育て相談 ジューバ ワークショップ③	27	28
29	30	※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。				