

ナカログ



2013 Vol.37

2
・
3
P

講座・イベントレポート（事業報告）

なかくコミュニケーション術講座～”気づいて、築く”楽しい人間関係～

（平成24年度「なかく街の先生」講座・交流会）

中区多文化体験講座「やさしい English でインド YOGA を体験しよう！」

4
・
5
P

がらがら学・楽・学・楽ぽんっ！きっかけフリートーク

石井 惇一 さん（ことぶき学童保育・ことぶき青少年広場 指導員）

「なかく街の先生」新しい登録者のご紹介

6
・
7
P

中区活動団体補助金団体のご紹介 PART 2

CHANNEL CREAM・Y150 たまくす会・リンクスタイル

打楽器コンサート「あしあと」・NPO 法人 プロジェクトマカドニア

是非・ご利用ください。

腹がへっちゃ...“会議・打合せは出来ぬ”...?



なか区民活動センターでは
ミーティングエリアや研修室への
飲食物のお持込みはOKです♪

NPO・活動団体さんのミーティングや
交流会などにおススメです♪

～ゴミは必ず、お持ち帰り頂いております～

春はもうすぐ
そこまで...♪



もなか

なか区民活動センターのマスコット

なかくコミュニケーション術講座

～”気づいて、築く”楽しい人間関係～

開催日時：2013年2月9日（土）14:00～16:30

会場：横浜朝日会館 6階 6D会議室

平成24年度「なかく街の先生」
講座・交流会

「なかく街の先生」の活動や地域でのボランティア活動におけるコミュニケーションについて、理解を深めることを目的に「なかくコミュニケーション術講座～”気づいて、築く”楽しい人間関係～」を開催しました。交流会も同時開催し、「なかく街の先生」の活動や日頃携わっている生涯学習・市民活動についての意見交換を行いました。

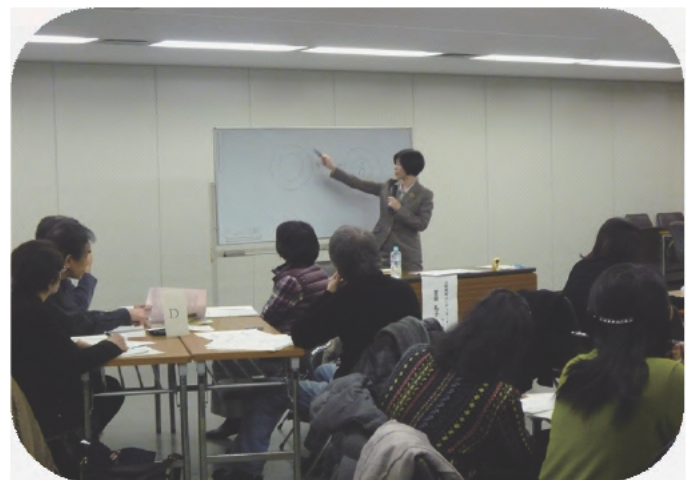
第1部 講義「～”気づいて、築く”楽しい人間関係～コツをつかんでより良い関係を作る」

講師 人材育成コーディネーター&コーチ 宮田 礼子氏

第1部では、人材育成コーディネーター&コーチの宮田礼子氏をお招きしての講義の中で学び合う為のより良い人間関係を作るコツについて学びました。まず、私たちは日頃の人間関係の中で「言葉で伝わる」「話せば分かる」というコミュニケーションの誤解に陥りがちであるということの解説があり、言葉以外の要素から伝わるものや言葉がそのまま伝わるのではないということに改めて気づくことができました。

コミュニケーションの誤解について再認識した後は、より良い関係をつくるために出来ることとして「第一印象のアップ」と「会話のコツ」について知り、受講者同士でワークショップを行い実践しました。手鏡を使用して相手から見る自分の笑顔について確認し、挨拶する際のポイントとして言葉を発してから動作に入ることなどを確認することができました。会話のコツについては「聴き方」「安心して話してもらおう」「会話を弾ませる」という目標を確認し、受講者同士でワークショップを行い実践しました。

「言葉で伝わる」「話せばわかる」の
誤解に気づいて、コミュニケーションの
コツをつかみましょう！



最後に「あなたは2013年をどのような年にしたいですか？」というテーマで、話す人・聞く人・観察する人の3人組に分かれてのワークショップを行い、それぞれの持った感想や自分のコミュニケーションの良かったところ、工夫していたところを共有しました。地域での自分のコミュニケーションの振り返りにもなり、受講者の皆さんにとって貴重な学びの機会となったようです。

第2部では、「なかく街の先生」の制度説明と事例報告を行った後に、グループに分かれて受講者同士の交流会を行いました。「なかく街の先生」の登録者の皆さんをはじめ、参加者の皆さんからは「地域で活動を広げていくためには、多くの人に興味を持つテーマを講座として提供することが重要」「街の先生同士が情報共有や意見交換の場を行い、情報共有をすることが大切」等の意見が挙げられ、活発な意見交換となりました。



第2部 交流会

「なかく街の先生」の活動や日頃の地域での生涯学習・市民活動で悩んでいることや経験、今後活動を広げてより良いものにしていく提案等について受講者の皆さんで意見を交換しました。

活動を広めていくのに
大切なのは？

このような交流会で
横のつながりを！

中区多文化体験講座

「やさしい English でインド YOGA を体験しよう！」

開催日時：2013年2月22日（金）10:00～12:00

会場：大鳥中学校コミュニティハウス

講師：スレンチラン カナン 氏

参加者：12名

Time for
yourself♪
(あなた自身と
向き合う時間を♪)



中区での在住外国人人口国籍別5位のインド出身のヨガ・セラピストである、スレンチラン カナン氏を講師にお招きし、やさしい英語で本格インドヨガの講義及び体験講座を実施しました。子育て中の区民の方も参加しやすいよう、保育付きでの講座開催となりました。講座は「太陽礼拝」というポーズを中心にヨガとは何かから始まり、無理のないポーズの取り方、呼吸法、瞑想の指導を全編やさしい英語で、日本語も交えながら楽しく行うことができました。

<受講生の感想>

- ・外国の方が多く暮らす中区の住民の一人として、私も積極的に交流していきたいと思いました。
- ・簡単とはいえ英語には少々戸惑いながらも、体と心はリラックス、とても楽しく参加させて頂きました。
- ・保育付きのプログラムは、自分自身と向き合える貴重な時間を過ごせるのでありがたかったです。
- ・ヨガの本場インドの先生をお招きしてレッスンを受けられ、とても有意義でした。





今回は、「地域の子ども・青少年の居場所づくり」の活動をテーマに、地域の課題やそこで生きる子どもたちの生活を見守り続けてきた石井惇一さんにお話を伺いました。

石井 惇一 さん

(ことぶき学童保育・

ことぶき青少年広場 指導員)

地域の子どもの生活と向き合って

Q. ことぶき学童保育・ことぶき青少年広場の活動に関わられたきっかけは？

石井さん：1983年に起こった少年によるホームレスを標的とした殺傷事件で、寿町を知り、関わってきました。当時、横浜の郊外に住んでいた自分にとって、衝撃的な出来事でした。「このまま、地域が抱える困難や課題を見つめることなく、横浜で暮らすのか？」と自問自答しました。実際の活動まで少しタイムラグはありましたが、1985年に大学生が中心となった「ほんやらどう・寿青年連絡会議」が地域の方の協力で『寿町実践講座』を開催し、その中で、私は寿町の子どもに関することを担当しました。以来、ずっとここでの子ども・青少年の居場所づくりと運営に携わってきました。

Q. 実際に、活動の中で感じてきたことをお聞かせください。

石井さん：寿町に集まる子ども達は、いわゆる下町の文化の中で生きています。お互いの関係性が崩れてしまうこともあります。人と関わることを躊躇しません。彼らは、様々な家庭環境で育ち、生活の困難を抱えている場合も少なくありません。ある意味、人生を知っています。とっさの機転では、子どもの方が頭の回転が早いです。対立している相手であっても、真に困っている時には助けてあげるのです。そんな彼らの姿を見て、関わる過程で「大人がやってあげられることなんか、実は少ないのではないか」と感じるようになりました。彼らが、何とか生きる力を身につけるための手助けをするのが大人の役割です。学校や親以外にも助けてくれる大人がいること、学校や家庭の生活の困難さで彼らが「くくられる」ことのない居場所があるということを知って欲しいという思いで、寿町での子ども・青少年の居場所づくりと運営の活動を続け、子どもたちと関わり続けています。

「支援するため」から「関わるため」へ

Q. 現在の状況・課題・展望をお聞かせください。

石井さん：現代の子どもは、学校の勉強や部活などで多くのものを、期待され、求められています。子どもたち自身の自己肯定感が薄れ、表現の仕方も分からなくなっていると感じます。そのような状況の中でも、子どもたちが一番大事なものを、生きるエネルギーを発揮できるようにしてあげたいです。「自己肯定感をつぶさず、うまく折り合いがつけられるよう見守ること」も私たち大人の役割だと考えています。今、ここに通っている

子どもの中には寿地区外から通っている子どもも多くいます。かつて寿地区の子どもが来所児童のほとんどを占めていた時代は、寿地区内での地域のつながりがあり家庭の状況も把握できたので対応しやすかったのですが、寿地区外の子どもが大部分を占めるようになった現在では、家庭の状況が把握できず対応に時間を要することも増えてきました。また、外国籍につながる子どもたちも多く来ています。文化の違いなどで、なかなか日本の社会に馴染めない家庭や子どもも多いですが、ことぶき学童保育・ことぶき青少年広場では「どのような居場所にもルールがある」ということを子どもたちには伝えて、より居心地の良い居場所をつくっていかようとしています。

Q. 「地域の子ども・青少年の居場所づくり」の活動に関心のある方々へメッセージをお願いします。

石井さん：まず「関わってみる事」ですね。そして、子どものニーズを引き出し、対応すること。「支援をするため」という気持ちではなく、「関わるため」に大人も自分の言葉で考え、相手の話をよく聞くことが大切だと思います。子どもとの関わりで、本当の自分も見えてくる面白さがあります。それを感じ得ているからこそ、この活動を続けられています。



**「なかく街の先生」
新しい登録者のご紹介**

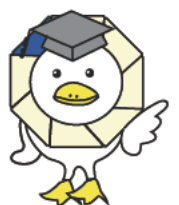


平成 24 年 11 月から平成 25 年 2 月までに新しく登録された「なかく街の先生」の皆さんです。各登録者への依頼、質問については「なか区民活動センター」へお気軽にお問い合わせください！

	分野	登録番号	ジャンル	登録者名
1	芸術・文化・趣味	A-41	いけ花	<small>ユミコ</small> イワニツキ由美子
2	芸術・文化・趣味	A-42	ヨガ	<small>カナン</small> Kannan
3	芸術・文化・趣味	A-43	美容メイク講座	<small>ビ</small> 美クラブ
4	生活・福祉・健康	C-15	アロマテラピーとハーブ	<small>ニイケ ナオコ</small> 二井家 直子
	スポーツ・レク	E-15	ヨガ	
5	語学・国際関係	G-6	中国語	<small>ホシノ</small> 星野 グレース

(H25.2.28 現在)

～「なかく街の先生」はご自身の経験を生かして地域で教える方々の人材登録制度です～
地域で特技や経験を生かしたい方、地域でのイベントや講座に講師を呼びたい方にオススメです。
登録、利用をご希望の方はまずは「なか区民活動センター」までお問い合わせください！



中区活動団体補助金団体のご紹介 PART 2



前回に引き続き、平成 24 年度の中区活動団体補助金交付団体の活動についてご紹介します。「中区活動団体補助金 Q&A」と生涯学習・市民活動に取り組まれる皆さんの今後の学習・活動に役立つ「学習・活動のヒント」も合わせてご覧ください。

スタートアップコース



団体結成から 4 年以内の団体の皆さんが対象です！

CHANNEL CREAM



市民目線で横浜の情報をインターネットで発信しています。なか区民活動センター祭りでは、活動団体へのインタビューや祭りの様子を中継しました。また、映像ワークショップとして、定期的に「はまっ子ふれあいスクール」での放送活動を行っています。子どもたちが、実際の放送スタッフの役割を担っており、楽しんで学べる放送を行っています。

Y150 たまくす会

横浜でのボランティア活動・親睦会を通して、市民のために活動を広げることが目的に開国博 Y150 のボランティアの OB・OG を中心に活動している団体です。毎月第 4 土曜日の象の鼻パークでの清掃活動を軸に、ボランティア活動を行っています。今後は、活動の継続を目指して他団体との交流も模索しています。



リンクスタイル



市民活動では広報・情報発信が重要と考え、主に団体のホームページ、チラシなどの情報発信する仕組みを作り上げるお手伝いをしています。今年度は、スポーツ団体の写真展、文化施設のホームページなどを相手により良く伝わる内容で共同作成しました。伝える内容の本質を発掘し、相手にどうすれば伝わるかを考え、実行しています。

中区活動団体補助金 Q&A (平成 24 年度実績) ※25 年度は内容が変更となる場合があります。

Q. 具体的にどういった分野の活動や事業が対象になりますか？

A. 以下のいずれかの分野に当てはまる公益的事業（自主的に行い、原則として中区内で行う事業。主な対象者は中区民とし、団体の会員以外も開かれた事業のこと）が対象になります。

まちづくり

健康

安全・安心

子ども・青少年

国際交流・多文化共生

環境

情報化

文化

Q. 補助金の交付の他にどんなフォローがありますか？

A. 平成 24 年度は、補助対象事業について広報のフォローを行っています。

- ・「広報よこはま なか区版」（毎月 1 日発行）への補助対象事業の参加者募集の記事掲載
- ・チラシのまとめ発送（毎月第 4 水曜日）



パワーアップコース



事業拡大、充実を目指す団体の皆さんが対象です！

打楽器コンサート「あしあと」

「子ども達に生の音楽を聞かせたい」「気軽だけど本格的なコンサートを！」を理念に活動している団体です。子育て中の親子にとってコンサートは敷居の高いものになりがちですが、様々な素材でできた世界にルーツをもつ打楽器の良さをいかして、東京芸術大学の卒業生のメンバーで子育て拠点、幼稚園・保育園を中心に体験型のコンサートを開催しています。今後は、愛児園や重度障害者施設、復興の地でも活動を広げていきたいと考えています。コンサートに来て下さった方々から、「エネルギーをもらいました」という嬉しいメッセージもいただき、音楽を通じて、一人一人の元気が地域の元気につながってほしいという思いで活動を展開しています。



NPO 法人 プロジェクトマカドニア

本牧地区を中心に「自然の中での五感教育」の講座・イベントの企画と実施を通して、子育て世代同士の交流と異世代間の交流の場を生み出し、地域のコミュニティづくりの支援を行う団体です。認可外保育所「かいじゅうようちえん」の運営、地域の親子や住民の方々を対象に五感教室、ハロウィンパーティ、餅つき、親子キャンプなど「自然体験の中に学びを取り入れた」内容の講座・イベントを開催しています。講座・イベントには、町内会や自治会、各関係機関をはじめとした地域の住民との方々の協力もいただき進めています。今後は、地域の子育て世代への情報発信に力を入れ、地域に根ざした活動を展開していくことを目指しています。



楽しく、より良いものにするためにー

学習・活動のヒント

なか区民活動センターでは、団体の皆さんへの情報提供や相談・コーディネートを行っています。窓口によくお問い合わせのある相談から学習・活動のヒントの情報をお届けします！

より多くの情報については、「かながわ県民活動サポートセンター」、「NPO を元気にする課題解決ノウハウバンク 困ったときのゲンバの知恵袋」（横浜市市民活動支援センターHP内アドレス <http://www.shimin-sector.jp/knowhow/>）の参照も合わせておすすめしています。

学習場所や会議をする
場所の確保に困っている・・・

まず、今、持ち合わせている活動場所や会議室の情報を整理して団体内で情報を共有しましょう！（意外に、取りこぼしていた情報があるかも。）市内の区民利用施設や文化施設の会議室やギャラリーの情報もありますので、なか区民活動センターまでご相談ください！

センターあれこれ活用術 ～「貸出機材」編～

なか区民活動センターでは、センターの登録団体の皆さんの
生涯学習・市民活動の支援として機材の貸し出しを行っています！



なか区民活動センター 貸出機材一覧

★館内・館外ともにご利用できます（館外でご利用の場合は、別途館外貸出機材の利用登録が必要）



プロジェクター（小）



プロジェクター（大）



CD MD プレイヤー



16mm 映写機



マイク



アンプ



スクリーン



一時保育玩具



子供用マット

機材の貸し出しは、なか区民活動センターの
センター登録団体を対象に行っています。機材の
貸し出しをご希望される場合は、必ず事前に予約
の手続きをよろしくお願い致します。

☆館内のみでご利用できます



ノートパソコン (XP/Vista)

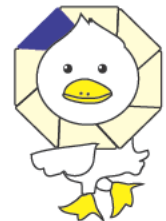
同時時間帯最大 8 台まで！



DVD/VHS プレイヤー



カメラ三脚



なか区民活動センター 施設利用のご案内

主に中区民の自主的な活動（市民活動・生涯学習・地域活動など）をサポートする施設です。

- ✿ 開館時間
午前 9 時～午後 9 時
- ✿ 休館日
毎月第 4 月曜日
(祝・休日の場合は
翌火曜日)
年末年始

- ✿ 施設の利用について
主に、中区民の自主的な活動（市民活動・
生涯学習・ボランティア活動・地域活動な
どの公益的な活動）にご利用いただけます。
研修室や一部の設備の利用には団体登録が
必要です。

- ✿ 利用登録
研修室・ミーティングエリア・印刷室の
予約、貸ロッカー・レターケース、
貸出機材を利用する場合は利用登録が
必要です。登録申請にはセンタースタッ
フとのヒアリングや審査があり、少々
お時間をいただきます。

みなとみらい線 日本大通り駅



「ナカログ」はバックナンバーも含めて、
なか区民活動センターのホームページでも
ご覧いただくことができます。

なか区民活動センター ホームページ
<http://www.city.yokohama.lg.jp/naka/ncac/>

なか区民活動センターマスコット「もなか」



「なか区民活動センター情報誌・ナカログ」編集・発行／なか区民活動センター編集室
問合せ／なか区民活動センター（中区地域振興課）TEL 045-224-8138 FAX 045-224-8343
〒231-0021 横浜市中区日本大通 34 E-mail : na-katsudou@city.yokohama.jp