

第19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10月1日

発行責任者 施設長 高橋 順一

区連会承認番号 448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

SAKAESTAフェスタ 2026

2026年11月15日（日） 10時～15時

飲食販売

工作体験

作品展示

ワーク
ショップ

クイズ
ラリー

プラネタ
リウム

体験
コーナー

映 画

栄区制40周年記念トーク

実力No.1人気実演販売士
レジェンド松下さんが登場♪



栄区
野七里小学校
庄戸中学校
出身!!

詳細は館内の
チラシやHPを
ご覧ください



みなさまのご来館をお待ちしております!!



SAKAESTAの貸館予約が オンラインに変わります



横浜市では、利用団体や施設の負担軽減や利便性向上を目的に、複合館を含む地域ケアプラザ等の貸室申込みをウェブ上で行えるシステムの運用を順次開始しています。

さかえすた（本郷台駅前地域ケアプラザ
本郷地区センター）での利用開始は
令和9年4月分の貸室予約からです

※裏面 本郷台駅前地域ケアプラザのページで説明会のご案内をしています。



年末年始休館日 2026年 12月29日（火）～ 2027年 1月3日（日）

2027年 3月利用分の追加申込会は 1月5日（火）です



◆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）



本郷地区センター News

新着図書案内

書籍名	著者	書籍名	著者
【直木賞】受賞作品 けんぐわい	朝倉 かすみ	湘南ハイク 新版	川崎 深雪
【芥川賞】受賞作品 ゾンビ回収婦	小砂川 チト	精神科医 おどおど日記	駒木 爽
夜の恩寵	三浦 しをん	80代になるとたいていボケるか死ぬ。 70代は神様から与えられた特別な時間	林 真理子
硝子のマンション	染井 為人	和えるおかず 新装版	坂田 阿希子
カレーの時間	寺地 はるな	宇宙兄弟 4 6 巻	小山 宙哉
七回死んだ男 新装版	西澤 保彦	キングダム 7 9 巻	原 泰久
ビブリア古書堂の事件手帖 ～扉子と不思議な客人たち～	三上 延	くろくんたちのすてきな おえかき	なかやみわ
ビブリア古書堂の事件手帖II ～扉子と空白の時～	三上 延	コンガらがっち みちなきみちをすすめ！の本	ユーフラテス
鎌倉ハイク	鈴木 志野		

区制40周年 記念事業

～ 開催中 ～ フォトスポット&スタンプラリー

栄区内8か所の区民利用施設にタッチーくんのフォトスポットが登場！
タッチーくんのフォトパネルと一緒に写真を撮り、施設のスタンプを8コ
集めて、オリジナルシールをゲットしましょう！（なくなり次第終了）

★SAKAESTAは2階フリースペースに設置しています★

☆令和9年3月31日（水）まで

☆各施設の休館日はスタンプ台紙（表）に記載あり

<オリジナルシール>

<スタンプ台紙はフォトスポット設置の8施設にあります>

- ・SAKAESTA（さかえすた）・豊田地区センター・上郷地区センター
- ・こどもログハウスロッキー・翠風荘・飯島コミュニティハウス
- ・上郷矢沢コミュニティハウス・本郷小コミュニティハウス

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
100769～100783	令和8年10月から 令和8年11月まで
100784～100790	令和8年11月から 令和8年12月まで
100791～100795	令和8年12月から 令和9年1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。

「人財バンクとは??」仕事や趣味で培った特技や技術、知識などを活かして、地域でボランティア活動をしたいという個人・団体を支援する人材登録制度です。

【人財バンク講師】

「irodorinote」(イロドリノオト)

平野 愛さん

ディンプルアートやハスワークのワークショップで、活躍中の平野愛さんにインタビューしました！

《活動を始めるきっかけはいつですか？》

栄区への引越しを機に、以前市民活動をしていた経験から人とのご縁の大切さや地域の繋がりを強く意識し「人財バンク」に登録しようと思いました。

《活動の魅力や、やりがいは何ですか？》

モノづくりをしながら様々なお話をします。制作中や帰り際の嬉しそうな笑顔、参加者同士がやさしく繋がる瞬間を見る度にとても優しく温かい気持ちになります。

《活動を通じて感じることは何ですか？》

グリーンケアを学んだ経験から、孤独感・喪失感を減らすには大人の保健室のような場所が必要だと感じています。喪失感を感じる理由は様々です。更年期などのゆらぎ世代の居場所、転勤などで不安を抱えている方の情報交換の場など選択肢がたくさんあればいいなと感じています。

《今後の目標ややってみたいことはありますか？》

特別な大きな場ではなく、小さくともセーフティーネットに繋がるモノ作りの場の「クラフトセラピー」を目指し、ホッとしてもらえるような場作りを開催していきたいです。

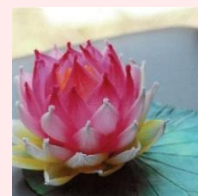
《地域活動を始めようとする方へアドバイスをお願いします》

最初は大きな挑戦の様に感じるかもしれませんが、ほんの小さな一歩、まずはご自身の「楽しい」を大切に、好きなものや出来ることの枠をちょっとだけ広げる感覚で十分素晴らしいと思います。



☆今後の活動予定☆

- ・ 11/15(日) SAKAESTA フェスタ
- ・ 11/27(金) 瀬谷地区センターにてリーフトレイ作り
- ・ 2月(日付未定) 飯島コミュニティハウスにてタッチーくんフレーム作り



【ハスワーク】

☆R9年度各種申込について☆

- 会議室2の年間優先 10/20(火)～
- グループボックス 12/2(火)～
- 本郷台駅前展示スポット 12/2(水)～
- OSAKAESTAギャラリー 12/2(水)～先着順

問合せ：045-894-9900

詳細は、HPや館内掲示にてご確認ください。

※今年度から利用者説明会は開催しません。

◎展示のご案内(今後のスケジュール)

◇本郷台駅前駐輪場展示スポット

- ・ 10月3日～ 10月16日【陶遊会】
- ・ 10月17日～ 10月30日【本郷楽陶会】
- ・ 10月31日～ 11月13日【本郷ふじやま公園】
- ・ 11月14日～ 11月27日【矢沢絵手紙の会】

- ・ 11月28日～ 12月11日【egao】

◇SAKAESTAギャラリー

- ・ 10月【栄リフォームむつき会】→ 洋裁・編み物など
- ・ 11月【大槌を応援する会】→ デコ鮭
- ・ 12月【桂公田水墨会】→ 水墨画

子どもからシニアまで、
どなたでも気軽に体験ができます♪

★ふらっと ちょこっと
手づくりひろば★



11/21(土)に初開催決定!!



《場所・時間》3階多目的ホール 10時～14時

《内 容》アートセラピー・星よみアロマ・
布のリース・押花アート・多肉植物

《体験費》all 500円

予約不要。各20名程度。体験時間は各10～30分。

栄区民利用施設スタンプラリー ～クイズdeスタンプラリー～

身近な施設に行ってみよう! スタンプを集めると
素敵な景品がもらえます♪

《実施期間》10月5日(月)～12月6日(日)

《スタンプ設置場所》区内15施設

さかえすた・栄図書館・栄公会堂・地区センター
コミュニティハウス・にこりんく・埋蔵文化財セン
ター・あーすぷらざ・栄区民文化センター・リリスなど
スタンプラリーの詳細は 区民利用施設で配布するチラシ
をご覧ください。

【貸室予約システムの導入にあたり 団体向けの説明会を開催します】

▶説明会日程 ※時間帯は全て午後の予定です。

団体Ⅰ・Ⅱ向け・・・11月24日(火)、11月29日(日)

団体Ⅲ向け・・・・・・12月3日(木)、12月9日(水)、12月12日(土)

各団体2名まででご予約ください。操作を実際にやってみましょう。

▶導入スケジュール

令和9年度利用分から貸室予約システムのご利用が始まります
(令和8年度の利用は現行通りです)

3か月前

団体Ⅰ ケアプラザ専用室・共有室
3枠まで

※ケアプラザ専用室と共有室に限る

- ・1日9:00～5日は
抽選申込み
- ・9日9:00～月末は
先着申込み

2か月前

団体Ⅰ ケアプラザ専用室・共有室 3枠まで 有料室 3枠まで

団体Ⅱ ケアプラザ専用室・共有室 2枠まで 有料室 3枠まで

団体Ⅲ 有料室 3枠まで

- ・1日9:00～5日は
抽選申込み
- ・9日9:00～月末は
先着申込み

- ・1日9:00～5日は
抽選申込み
- ・9日9:00～月末は
先着申込み

※利用日27日前からは枠上限なし

※システムでの予約は利用日の2日前まで ※システムでのキャンセルは利用日の7日前まで

司法書士・行政書士による権利擁護相談会

～相続・遺言・成年後見など～

司法書士・行政書士の方々に気軽に相談できる個別相談会を企画しました。プライバシーに配慮した形で相談できます。

◆日時：10/10(日) 13:00～15:00
お一人様につき、30分程度(無料・要予約)

笑顔で楽しく介護予防

◆日程・内容(全4回)

全日参加が望ましいですが
お休みすることもあります

①10/15(木)～体を動かしてロコモ予防～

【持ち物】上履き(運動しやすいもの)、飲み物

②10/29(木)～高齢期の食事(調理実習あり)～

【持ち物】筆記用具、エプロン、マスク、三角巾、
手拭きタオル、布巾1枚、台布巾1枚、飲み物

※参加費：300円(当日お支払い)

③11/12(木)～音楽と体を使ってお口の健康～

【持ち物】飲み物

④11/26(木)～笑って楽しく体を動かそう～

【持ち物】上履き(運動しやすいもの)、飲み物

◆時間：10:00～11:30

※10/29(木)のみ10:00～13:30

◆定員：栄区在住65歳以上の方 20名(先着順)

◆会場：3階 多目的ホール

◆申込み：9/11(金)10時～電話・窓口にて

こんまり®流片づけを学ぼう ～終活の不安を解消しましょう～

◆日時：10/17(土) 13:00～14:30
◆定員：30名(先着順) ◆参加費：無料
◆申込み：9/14(月)10時～電話・窓口にて

シニア世代
歓迎♪

だれでも将棋サロン



◆日時：11月22日(日) 12:30～14:30
◆場所：2階グループ室 ◆講師：今野靖宜先生
◆定員：12名(先着順) ◆参加費：無料
◆申込み：10/22(木)10時～ 電話・窓口にて

- ◆日 時：10/17（土）10：30～11：30
◆場 所：3階 多目的ホール
◆対象・定員：0歳児・1歳児とパパ15組
◆持ち物：動きやすい服装、飲み物
◆申込み：9/12（土）10時～ 電話・窓口にて

- ◆日時：11/9（月）
10：30～11：30
◆申込み：10/13（火）
10時～電話・窓口にて

- ◆日時：12/14（月）
10：30～11：30
◆申込み：11/13(金)
10時～電話・窓口にて

- ◆場 所：3階 多目的ホール
◆定 員：各親子15組
◆持ち物：動きやすい服装、飲み物

仮装するとお楽しみが増えるかも？

- ◆日 時：10/30（金）
10：00～16：00
- ◆定 員：小学生まで（先着100名）
- ◆申込み：不要 直接さかえすた2階へ！！
- 



※講座はSAKAESTAのホームページや栄区広報にも掲載されます

秋のおはなし会

- ◆日時：10/22（木） ①10:30～11:00
②11:00～11:30

- ◆会場：2階 プレイルーム

- ◆定 員：9組未就学児親子

- ◆申込み：不要

※ 直接会場にお越しください

定員を超えた場合はお入りいただけない場合がございます



多肉植物のタフローを作しましょう

- ◆日 時：11/25（水）13：00～14：30
◆場 所：2階 工芸室
◆定 員：10名（先着順）◆参加費：1,000円
◆申込み：10/14（水）10時～ 電話・窓口にて



高橋明子with Friends
X'mas JAZZライブ

～ Merry merry Christmas Jazz ～

- ◆日時：12/6(日)14:30~15:45
◆場所：3階 大会議室
◆定員：60名(先着順)
◆参加費：1,500円
◆申込み：11/17(火)10時~来館・11時~電話にて



※講座は変更になることがあります。
※参加費の記載がないものは無料です

さかえすた 2026年 10月・11月・12・2027年1月の予定

お子さんや子育て世代向けの方の講座		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
 10月 				1 うたっちゃお	2 手しごとクラブ	3
4 らくらく体操	5 キグちゃんの親子で遊ぼう(0歳児)	6 あそびっこ 秋のお菓子講座	7 楽習教室	8	9	10 権利擁護相談会
11	12	13 栄区子育て支援あそびっこ	14 楽習教室	15 介護予防① うたっちゃお 家族介護者のつどい	16 手しごとクラブ	17 キグちゃんとパパの子育て こんまり流 終活の不安解消 片づけを学ぼう
18 わたしたちの昭和歌謡	19 休館日	20 栄区子育て支援あそびっこ	21 らくらく体操 楽習教室	22 秋のおはなし会	23	24
25 栄おもちゃ病院	26	27 栄区子育て支援あそびっこ	28 楽習教室 子育て喫茶「げんき」ハロウィンイベント	29 笑顔で楽しく介護予防②	30 手しごとクラブ さかえすたハロウィン	31

さかえすた 2026年11月・12月・2027年1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
				※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。		
1	2	3	4	5	6	7
らくらく体操			楽習教室 栄おもちゃ病院	うたっちゃお	手しごとクラブ	
8	9	10	11	12	13	14
わたしたちの 昭和歌謡	キグちゃんの親子 で遊ぼ(1歳児)	栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室	笑顔で楽しく 介護予防③		フェスタ準備の ため貸室利用 できません
15	16	17	18	19	20	21
SAKAESTA フェスタ	休館日	栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室 らくらく体操	うたっちゃお		ふらっとちょこっと 手づくりひろば
22	23	24	25	26	27	28
栄おもちゃ 病院		栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室 多肉植物の タブロー作り	笑顔で楽しく 介護予防④	やさしい スマホ教室	
29	30					
らくらく体操 予約システム説明会		予約システム説明会				

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	3色パステルアート にチャレンジ!
		栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室	うたっちゃお 予約システム説明会	手しごとクラブ	
6	7	8	9	10	11	12
らくらく体操 クリスマス JAZZライブ	ひびけ! 歌声の丘	栄区子育て支援 あそびっこ	予約システム説明会 楽習教室			予約システム説明会
13	14	15	16	17	18	19
	キグちゃんの親子 で遊ぼ(2歳児)	栄区子育て支援 あそびっこ	らくらく体操 楽習教室	うたっちゃお	手しごとクラブ さかえすたつきゅう	3色パステルアート にチャレンジ!
20	21	22	23	24	25	26
	休館日	栄区子育て支援 あそびっこ	子育て喫茶 「げんき」 クリスマス			
27	28	29	30	31		
栄おもちゃ病院						

12/29(火)～1/3(日)まで休館

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
休館		栄区子育て支援 あそびっこ	おもちゃ病院 楽習教室			3色パステルアート にチャレンジ!
10	11	12	13	14	15	16
		栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室	パン作り講座	手しごとクラブ	
17	18	19	20	21	22	23
わたしたちの 昭和歌謡	休館日	栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室 らくらく体操	うたっちゃお		
24	25	26	27	28	29	
栄おもちゃ 病院	キグちゃん (0歳児)	栄区子育て支援 あそびっこ	楽習教室			
31						
らくらく体操						