第19号

さかえすた 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

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





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
プラネタリウム
ワークショップ
工作体験
体験コーナー
作品展示
クイズラリー
映　画

詳細は館内のチラシやHPをご覧ください

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！！



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おります。

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
【直木賞】受賞作品 けんぐゎい	朝倉 かすみ
【芥川賞】受賞作品 ゾンビ回収婦	小砂川 チト
夜の恩寵	三浦 しをん
硝子のマンション	染井 為人
カレーの時間	寺地 はるな
七回死んだ男　新装版	西澤 保彦
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
ビブリア古書堂の事件手帖II ～扉子と空白の時～	三上 延
鎌倉ハイク	鈴木 志野

書　籍　名	著　者
湘南ハイク　新版	川崎 深雪
精神科医　おどおど日記	駒木 爽
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
和えるおかず　新装版	坂田 阿希子
宇宙兄弟４６巻	小山 宙哉
キングダム７９巻	原 泰久
くろくんたちのすてきな おえかき	なかやみわ
コんガらガっち みちなきみちをすすめ！の本	ユーフラテス

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

さかえ区民活動センター　News

■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。

☆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

【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？》

グリーフ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、ホっとしてもらえるような場作りを開催していきたいです。



【ハスワーク】

《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。

☆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) ～
○SAKAESTA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日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。

おすすめ講座

キグちゃんのパパの子育て大作戦！
～パパと幼児一緒にみんな集まれ～

◆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

キグちゃんの親子であそぼ！

【1歳児】
◆日 時：11/9（月）
10：30～11：30
◆申込み：10/13(火)
１０時～電話・窓口にて

【2歳児】
◆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

SAKAESTAで合言葉は「ハッピーハロウィン」

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！！

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

多肉植物のタブローを作りましょう



◆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SAKAESTAのホームページや栄区広報にも掲載されます。

※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（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

本郷地区センター　News



新着図書案内

書　籍　名	著　者
【直木賞】受賞作品 けんぐゎい	朝倉 かすみ
【芥川賞】受賞作品 ゾンビ回収婦	小砂川 チト
夜の恩寵	三浦 しをん
硝子のマンション	染井 為人
カレーの時間	寺地 はるな
七回死んだ男　新装版	西澤 保彦
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
ビブリア古書堂の事件手帖II ～扉子と空白の時～	三上 延
鎌倉ハイク	鈴木 志野

書　籍　名	著　者
湘南ハイク　新版	川崎 深雪
精神科医　おどおど日記	駒木 爽
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
和えるおかず　新装版	坂田 阿希子
宇宙兄弟４６巻	小山 宙哉
キングダム７９巻	原 泰久
くろくんたちのすてきな おえかき	なかやみわ
コんガらガっち みちなきみちをすすめ！の本	ユーフラテス

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

本郷台駅前地域ケアプラザ　News

【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

※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）

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

だれでも将棋サロン

シニア世代歓迎♪



◆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

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できます

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