



えがお 8月号

港区限定

彩りあふれる豊かな生活をもう一度取り戻す

港北童謡の会
 第188回 8月20日(火)
 【歌唱指導】近野桂介先生
 ミニライブ ブーケ
 第189回 9月17日(火)
 【歌唱指導】竹内雅孝先生
 ミニライブ バイオリン・ソロ

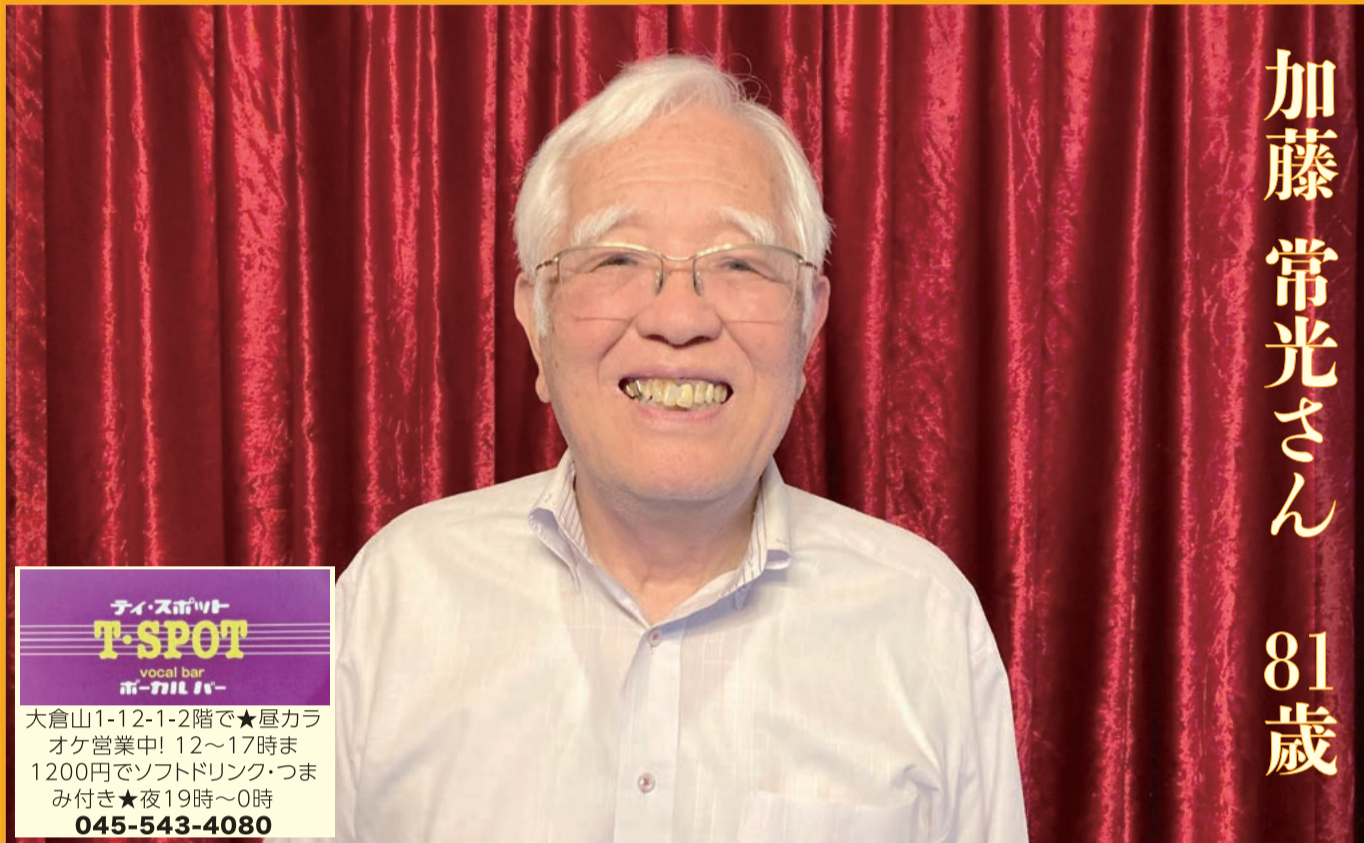
港北公会港北公会堂
 14時~16時 開場13時半
 参加者全員で童謡・唱歌を歌います。どなたでも参加できます。
 参加費990円お問い合わせ 代表 はかりや 070-5556-1491

克美企画

〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町423-3 菊名台ハイム102 ☎090-8305-1006 FAX 045-299-6432

投稿や問い合わせ 掲載や取材の希望はえがお編集部までお気軽に kouhokuegao@gmail.com

港北えがお
 インターネット検索は
 検索窓に「港北えがお」と
 打ち込んでクリックしてください
<https://kouhokuegao.com>



加藤 常光さん 81歳

CONTENTS

表紙 加藤 常光さん 81歳

クールシェアスポット

色彩心理学お茶会

江戸かっぱれ弥生会

eスポーツの紹介

えがおの介護相談所

えがお文壇 川柳 短歌 俳句

真龍堂の占い えがおスマホ講座

えがおひろば えがおまつり

えがおの先生65 浜中 晶子先生

教えて 佐伯先生 編集後記

港北警察署からお知らせ

ATMで還付金!は詐欺!

↓ 不安なときは迷いなく! ↓

港北警察署 546-0110

ティ・スポット
T-SPOT
 vocal bar
 ホールバー

大倉山1-12-1-2階で★屋カラ
 オケ営業中! 12~17時ま
 1200円でソフトドリンク・つま
 み付き★夜19時~0時
045-543-4080

嘘をつかない・約束を守る・悪口は言わない

加藤 常光さん
 昭和18年5人兄弟の末っ子として元旦横須賀生まれ。生家は戸建て長屋の友達がいたが母は「決して自慢しやいけない」と厳しい躾。野球好きで外を跳ね回り、海岸であさり、山で栗を採っていた。

船越小学校、逗子開成中学・高校に進学し卓球部に。選手よりもマネージャーで予算管理などを担当。学校は海が海。昼休みは海で遊びまた授業を受けられた。アルバイトで氷屋で氷を切って配達していたりよく働く少年。

卒業後、洋掛け布団を扱う寝具会社に入社しマットレスのガワを販売した。婦人会や老人会に販売し実績を作り、会社が加藤さんのために呉服部を設立したが寝具会社が倒産。その時、呉服屋をやってみないかと誘われ呉服の販売を始める。

下永谷でカトー呉服店を27歳で開店。その後、互選会のお陰で25年位この仕事を続けてきた。呉服店の経営中にも朝一番から牛乳配達をして仕事が大好きな加藤さんは生懸命働いた。27歳で結婚。2人の娘を授かる。

麻雀好きだった加藤さんは麻雀を通じていろいろな方と知り合うことができた。

そのお陰で人脈が増え尊敬できる方たちとも何人とも出会うこと

昭和18年5人兄弟の末っ子として元旦横須賀生まれ。生家は戸建て長屋の友達がいたが母は「決して自慢しやいけない」と厳しい躾。野球好きで外を跳ね回り、海岸であさり、山で栗を採っていた。

船越小学校、逗子開成中学・高校に進学し卓球部に。選手よりもマネージャーで予算管理などを担当。学校は海が海。昼休みは海で遊びまた授業を受けられた。アルバイトで氷屋で氷を切って配達していたりよく働く少年。

卒業後、洋掛け布団を扱う寝具会社に入社しマットレスのガワを販売した。婦人会や老人会に販売し実績を作り、会社が加藤さんのために呉服部を設立したが寝具会社が倒産。その時、呉服屋をやってみないかと誘われ呉服の販売を始める。

下永谷でカトー呉服店を27歳で開店。その後、互選会のお陰で25年位この仕事を続けてきた。呉服店の経営中にも朝一番から牛乳配達をして仕事が大好きな加藤さんは生懸命働いた。27歳で結婚。2人の娘を授かる。

麻雀好きだった加藤さんは麻雀を通じていろいろな方と知り合うことができた。

そのお陰で人脈が増え尊敬できる方たちとも何人とも出会うこと

警備員の仕事を7年も続け毎日毎日働き詰めであったことも。働くことが全く苦にならないうちに加藤さんはいつも職場で信頼を得て、次の仕事やこっこの仕事をやらせてもらえないかと頼られる仕事ぶり。

そんな中、神奈川県で麻雀荘「花昌」を50歳で開店。しかし売掛金が増えやすい体質の業種であるため、尊敬できる、信頼できる友人の勧めで5年前に大倉山のT-スポットというスナックをオープン。

地域の方たちやこれまでご縁のある方たちを通じて毎年、旅行会を実施したり、また近くの温泉旅館などで皆さんで楽しむ会などを実施するうちに次々と人脈が広がった。昭和の歌を歌う会も開催。

毎週月曜日はプロ歌手で知人の松本あゆみさんが日中のカラオケ教室から夜まで在店してくれているので店の特徴にもなっている。

歌を歌うと喉や姿勢が良くなり自然とメイクや立ち振る舞いなども変わり人との交流がより楽しくなってくる。

そんな良い循環を街に暮らす多くの人に伝えていきたいと強く思っているそうです。

今は幸せですかと聞くと「私は好きなことをやらせてもらっているんです。そして今は毎日毎日働くことができます。今は月曜の朝と木の夜の夜だけがお休みで、後はすべて毎日働き詰めであります。

それでも幸せで、会合に出かければ会合で、またイベントを実施すればイベントでいろいろの方が助けてくれる。思い起こせば自分の人生はすべて素晴らしい人との出会いの結果なんですと語る。

これから挑戦したい事はありませんか、と質問すると「予約がいっぱいのスナックなんて見たことないから、そういう店にしていきたいんです。

まだ大倉山に来て5年目、地元の方が少ないところがあり、これまでのご縁の方も大切にしながら、地域で特に港北区で暮らす方たちに通っていたり、お店にしていきたい」と強く語ります。

アゼリアや溝の口ローゼンで警備員の仕事をしていた頃、他の警備員たちはホームレスの人たちを少し見下すような態度の方が多かった。しかし、共に寄り添い、お話を聞いてその方と知り合ったり友達になってからいろいろなお願いする話を通るようになった。これからは人の話を一生懸命に聴き、にこやかな自分でありたい、と話してくれました。



2011年 ステップイン銀の会での1枚

遺言書作成 相続登記
任意後見契約 家族信託
各種相続手続 (遺産整理)

私が担当いたします
 まずはご相談ください。
 解決まで安心して
 伴走いたします。

◆司法書士 佐伯啓輔事務所
045-475-1279
 横浜市港北区新横浜2丁目14-4 シルバービル

万全の感染対策で訪問歯科診療

体調確認の徹底
 スタッフは例外なく検温・体調確認を実施。訪問先も14日間の体調不良をしっかりと確認しています。

飛沫の心配なし!
 歯科では普段からマスク・ゴーグル。手指衛生は完全です。治療器具も徹底して飛沫の心配はありません。

殺菌・消毒の徹底!
 訪問時でも使用した器具は持ち帰ってクリニック内で処分・殺菌・滅菌処理を実施します

口腔ケアの重要性アップ
 口腔ケアは感染リスクを下げるのがわかっています。新型コロナウイルスにも期待されます!

訪問歯科診療のご相談は
ココセットデンタルクリニック
 菊名駅西口駅前 **045-430-4618**

訪問マッサージ
 ~ご自宅まで訪問します~
リハビリ・機能訓練
はり・きゅう・マッサージ

- ◆ 首・肩・腕・腰・膝に痛みやしびれがある
- ◆ 麻痺や拘縮、浮腫み等で動かしづらい
- ◆ パーキンソン病・脳疾患後遺症・その他難病
- ◆ 健康保険証が使えます (医師の同意が必要)

からだ元気治療院 横浜港北店
045-620-0597
<https://www.ogawa-hompo.com>
 港北区新横浜1-18-3-501 お試し体験受付中!!

クールシェアスポット



子どもの頃の夏と、令和の夏は別物くらいに暑いんですよね 朝7時ごろにはうだる暑さという日もあります。そんな中で横浜市内に576カ所(取材時)のクールシェアスポットを開設。港北区内のクールシェアスポットを一覧にしました。暑い時に涼むことができる公の場所。安心して「涼ませてくださいね」と利用しましょう おトイレも貸してくれますからご安心くださいね。

各場所とも休日や休館日などがあります。ご利用前にお問い合わせして開館時間のご確認を！

- | | |
|------------------|-------------|
| 大綱中学校コミュニティハウス | 大豆山3-40-2 |
| 菊名ウォータープラザ | 大豆戸町155 |
| 菊名寿楽荘 | 菊名3-10-20 |
| 菊名地区センター | 菊名6-18-10 |
| 菊名コミュニティハウス | 菊名4-4-1 |
| 港北区役所 | 大豆戸町26-1 |
| 港北公会堂 | 大豆戸町26-1 |
| 港北スポーツセンター | 大豆戸町518-1 |
| 港北国際交流ラウンジ | 大豆戸町316-1 |
| 港北図書館 | 菊名6-18-10 |
| 港北郵便局 | 菊名6-20-18 |
| COCOLのほら | 篠原町1077 |
| 篠原ケアプラザ | 篠原東2-15-27 |
| 篠原地区センター | 篠原東2-15-27 |
| 下田ケアプラザ | 下田町4-1-1 |
| 下田小学校コミュニティスクール | 下田町4-10-1 |
| 城郷小机ケアプラザ | 小机町2484-4 |
| 城郷小机地区センター | 小机町2484-4 |
| スポーツ医科学センター | 日産スタジアム内 |
| 高田ケアプラザ | 高田西2-14-6 |
| 樽町ケアプラザ | 樽町1-22-46 |
| 綱島地区センター | 綱島西1-14-26 |
| どろっ子子育て支援拠点 | 大豆山3-57-3 |
| どろっ子サテライト | 綱島東3-1-7 |
| 日産スタジアム | 小机町3302-5 |
| 新羽ケアプラザ | 新羽町1240-1 |
| 新羽コミュニティハウス | 新羽町1240-1 |
| 新田地区センター | 新吉田町3236 |
| 日吉台中学校コミュニティスクール | 日吉本町4-9-1 |
| 日吉地区センター | 日吉本町1-11-13 |
| 日吉本町ケアプラザ | 日吉本町4-10-A |
| 武道館 | 岸根町725 |
| 大豆戸ケアプラザ | 大豆戸町316-1 |

最新情報や詳細は右→の2次元コードを読み取ると16ページに港北区の詳細情報が確認できます 夏の外出にお役立てください



えがおの介護相談所

この号が出るころには暑さが本番になっていると思います。テレビなどで繰り返し言われていると思いますが、この時期の対策はまず第一にエアコンをかけることです。

この時期に弊社にいただきご相談も熱中症がきっかけの方が多く、部屋で倒れていたという以外にも外出中に倒れた、具合が悪くなっているところを保護されたという方もいらっしゃいました。

夏の暑さに我慢は禁物です

一度熱中症で倒れると体調が元に戻るのに時間がかかります。人によっては夏が終わるまで体力が戻らない人や、そのまま介護が始まってしまいう人もいます。

エアコンを使うこと、水分を摂ることに加え、熱中症の予防として、エアコンを上手に使うことが大切です。

介護の相談はお気軽に

監修 和田聖郎
主任介護支援責任者
主任介護支援専門員
港北ケアプラン

☎(54)02861

色彩心理学お茶会



講座の様様です 楽しそうです

志田先生はえがおの先生でも紹介した色のスペシャリスト。プロのカラーセラピストやコーディネーターを養成する先生。今回はプロのよいな講座ではなく、少し気軽に集まるように講座を作りた

い、地域の人が色を楽しむようなきっかけづくり、入り口づくりをした。この発案でこの講座が開催されました。色彩の勉強は何歳からでもはじめられます。普段の生活に取り

入れると笑顔が増えるのでお勧めのこと。講座では「どんな色が好きですか、自分を色で例えたらどんな色ですか」などのアンケートで色のことについて皆さんの考えや相談事についてお話を聴きました。

好きな色やまた自分が選んでいる色などについて話すだけで自然と会話が生まれます。色なら話題が共通できることがとても難しいことではないはず。きつと色のことについて楽しいことややっ

てみたいことなどを想像するうちに自然と背筋が伸び前を向き言葉もはつきりとしてくる方がとても多いとのこと。もうなづけますね。ぜひ志田先生の講座を受けてみるのはいかがでしょうか

7月29日(月) 8月26日(月) 10時半〜11時半 参加費 2200円 問・申はショートメール 090・1701・5516まで

江戸芸かっぱれ 江戸芸かっぱれ弥生会は20年前から活動しているグループ。先生の炭谷先生(2段目の写真中央)が30年程前にかっぱれを始めました。

もらっているそうです。かっぱれは和のストレッツ体操といわれるくらい健康に良く体幹を鍛えるにはもってこいなのです。

写真のような素敵な衣装を着なくても豆絞り手拭いを巻くだけで雰囲気が出て楽しくなります。この日、参加していたメンバーの方にお話ししました。

浅草生まれで横浜に嫁ぎ和太鼓や太極拳などをしてきたがご縁をあつてかっぱれをした。高田さん(左から二人目は自分の性格にぴつたりで、楽しく13年間続けています。

生形さん(番左)は踊りが好きで工夫して楽しく踊っています。月3回、月曜15時から17時新羽地域ケアプラザで練習中費用は月3回で2千円です。

見学自由ですから見に来てください。予定を詳しく知りたい、かっぱれ体験してみたい、ボランティアに

こちらがeスポーツと。こちらはeスポーツというとなじみがないかもしれませんがゲームセンターなどにあるゲームで、太鼓の達人という点数を競う新スポーツ。

参加した皆さんは菊名寿楽荘登録団体S.V.Cはなみずきのメンバーで、普段からeスポーツになじみがある方々です。

が10月に鳥取で開催する全国健康福祉祭(ねんりんピック)に参加することが決まりました！太鼓の達人はどのくらいゲーム？お孫さんやお子さんに聞けばわかるかもしれませんが、決められた楽曲の中で太鼓を叩くタイミングが指定されそれに合わせて太鼓をきちんと叩くと点数がどんどん上がっていく内容です。

強い時間を避けて外出したり、宅配を利用したり、ヘルパーを利用したり、無理をしなないようにしましょう。

い下手も関係なくみんなでワイワイできるころなのです。参加した黒川さん(男性)は「つい最近菊名寿楽荘で始めたばかりでも楽しくて、ものすごくはまっていきます」とお答えになりました。

→は体調を崩す原因となります。消化しやすいように、冷たい麺類やゼリーなど、夏らしいメニューを取り入れましょう。食欲がない場合は、無理に食べず、少しずつ食べましょう。寝室を涼しく、暗く静かな環境。寝る前にお風呂最高です！

えがお川柳

暑中お見舞い申し上げます。というところで、納涼川柳をいくつかご紹介しましょう。「音もなく花火のあがる他所の町」(前田雀郎)、「金魚売り赤も涼しい色にする」(渡邊蓮夫)、「風鈴に家計簿薄る暑氣払い」(藤原ヒロ子)。
涼しさもいろいろ。この季節ならではの一句を皆さんも詠んでみて下さい。

消える または自由 選者 新垣紀子



新垣先生

年金が花火に消えて孫帰る
川汚れたるの里が消えてゆく
飛び行きて林に消えしボールかな
あの野郎会計時にはいつも居ず
少子化に拍車がかかる市町村
消えたはずいやな記憶がこんにちは
建売が建つて昔が二つ消え
年のせい覚えた先から消えてゆき
うっかりと大事なデータ消しちゃった
恋の傷消せぬどころか褥瘡に
お財布は軽くなるほど重くなる
調理済みガス消し忘れ黒焦げに
消えぬ熨苦の証自慢顔
憎しみが消える世界の来ることを
「詳しくはホームページに」電話なし
満天のきら星消えた大都会
物価高温泉旅行の夢消える
老いぬればきえゆくものは次々と
ボールペン書いては消せる時代なり
思い出が容量超えて消えてゆく
二次会で飲めぬ者から席はずし
人生の残火吹いて消せたらな
消えて行く老後資金が電話から
ねじねじの解けて消える昭和の灯
消えるものオレの記憶とオレのカネ
山積のどこへ消え行く資源ごみ
ごきかぶり見ない見えないういらない
仕方ない記帳するたび減る数字
ONとOFF魔法の言葉「Yesiriri」で
削除済み再送ラインはしつこいな
いやなこと消える消しゴムあればいい
逆転の夢が消えてくロスタイム
栄一も論吉みたくにすぐ消える
万緑に突然君は千の風
自由吟

- 勝一 進
キヤリー ケイ
式守権之助 しょうへい
スナヤン 進
瀬戸島清一
多忙主婦
ダンディ錦鯉 75
泊里秋作
登美子
ニスシヨット
のむさん 浜よう子
博子
文太郎
舞風
前田浩一
ミス・スノウ
もすけ
みどり
夜遊び社会
アラコたん
あつぱれ
いいね
うすいかつじ
艶競
大木安沙
大津とも子
恵子
小林誠
参宅朗素
だいちゃん
なべさん
二川徹
イサコ
エミリー

えがお歌壇

『万葉集』にも蛙の歌はあり、近代、現代の歌人も歌っていて、日本人には昔から親しい存在の蛙です。「古今集」の仮名序に「花に鳴く驚く水に住む蛙の声を聞けば、生きとし生けるものいづれか歌を詠まざりける」と書いてあります。
蛙も命を歌っているのです。私の住んでいるところからは蛙の声はこの頃聞こえないのですが、皆様の歌から、たくさんの蛙の声が聞こえてきました。

蛙 または自由 山本 登志枝 選

道まなかな鎮座し我を見据えつつ牛蛙います威風を放ち 大石規余江
園児らと「かえるの歌」を輪唱すゲロゲロゲロククアックアックアツ 大石規余江
のどやかに里の蛙の鳴きくれし小学校のお昼の時間 あきのさくら
様変りしたのと友は話し出すこころは以前蛙の世界 あきのさくら
とつぶりと日暮れて蛙騒ぎ出すわすかな風と星空のあり あきのさくら
春になると目覚め尋ね来たりしがあの蛙はいま何処におわす
せせらぎに静かに佇む青蛙音に驚き水に飛び込む ケイ
わからぬ蛙の絵文字うかびいてあなたの帰宅待ち侘びた朝 博子
スマホには蛙の絵文字うかびいてあなたの帰宅待ち侘びた朝 桂子
田植えずみ蛙のロマンが聞こえる喧しくもあり楽しくもあり 登美子
手足出で一人前と蛙鳴く今は独唱明日は合唱 壽子
寝付かれぬ都会育ちのわが耳が田舎家で聞く蛙の合唱 壽子
のし餅のようなスマホに世の宝あまたあるらし両手に塞ぎて 博子
電車内に一人の若者本を読むスマホの森にいない如くに 博子
夜勤のときも笑顔定番のナースたち患者の折りし鶴の見える 博子
アメリカの大統領選は高齢者若き国という印象変わる 登美子
紫陽花の色とりどりに癒されて散歩しながら感じる倅せ 壽子
孫ひ孫何時の間にやら十四人財産なくも子宝のあり 壽子

沢山の投句ありがとうございます。俳句の基本である五七五、必ず季語を一つ、そして切れのある俳句をお待ちしています。次号は「夕焼け」です。
朝やけは雨の兆し、夕焼けは晴の予兆と云われています。心に残った光景など詩的に詠んでみて下さい。

えがお俳壇

子らの手で復刻された螢みち 文太郎
宿下駄の軋む鼻緒や螢狩り やよい
里帰り螢追う児の瞳もきらら 絢女
子供部屋に父が手放す螢かな さくらんぼ
駄菓子屋の妖怪けむり夕螢 三徑
恋ごころ生涯ありぬ螢の夜 容一
螢灯の恋文めくやくずし文字 いちを
うなずきも言葉のひとつの螢の夜 せいじ
螢狩り昔話になりけり けい
ほあほあと闇に円かく螢かな 博子
川風は道草がすき 螢草 勝一
少年は道草より抜けし恋螢 茜
パンドラの箱より抜けし恋螢 登美子
「ラ・カンパネラ」螢になりしフジ子の音 みどり
高原の星座なぞるや螢狩 醉健
吊り橋をそろりと渡る薄暑かな 賢一
穏沼の日差斑やあめんぼう 保子
夏の夜ハーン聴きし下駄の音 民子
池の面をすこやかな風緑さす フミ子
吐息つく仕事帰りの大西日 壽子

これから大切なお天気アプリ

えがおスマホかんたん講座 19

この3つはどれも大切なものでテレビの天気予報よりも自分に合わせた天気予報を入手することが出来ます。
この他には自分の印象とあったアイコン(前回参照機能を示す絵のこと)が大切です。
少し専門的になりますが、**ウィジェット機能**(スマホの第1画面に簡単に機能を表示すること)や**プッシュ通知機能**(画面が明るくなくても通

① **天気予報の精度**
気象庁や気象情報会社など、信頼できる情報源が大切。情報源を組み合わせて予報を出すほうが**精度が高い**ですね。
② **予報内容**
気温や湿度、降水量、風速、それに**雨雲レーダー**は非常に便利です。
長期・週間・時間ごとの予報など、予報の期間も長くと便利！
③ **防災情報**
地震・大雨・熱中症警報や注意報など防災情報が届くアプリが大切！

知をしてくれる機能が、あるとなお良いかもしれません。でも多機能は難しいかもしれません。
えがおのおすすめアプリは次の3つです
tenki.jp ↑人気です！
Yahoo!天気 ↑イチオシです！
NERV防災 ↑男性向けです！
えがおのイチオシ！はYahoo!天気
どのアプリも、雨量や地震や風速や熱中症や防災情報も表示可能。しかし**Yahoo!天気**は表示がシンプルで機能も充実です。どれもインストールすると位置情報や場所通知などの許可を求められます。正確に表示するために必要です。台風や線状降水帯の災害時期にぜひ挑戦！自分にとって合ったアプリを見つけて、快適な天気予報・災害情報を活用して安全に！

えがおのスマホ パソコン救急隊

左上のコードを読み取るとえがお編集長のLINEに友だち追加できます。港北区内であれば1時間3000円(以降30分1500円)です。出張料や基本料金などはありません。できる限りサポートします。まずはお電話で相談を ☎ 090-8305-1006 えがお

えがおの占い 7/15~8/14の運勢

監修 真龍堂

子	八月に入って運気上昇	午	ささいなことは気にせず前進
丑	現状維持できればそれがベスト	未	ご先祖様にまず感謝の心を伝えて
寅	体力を過信せずまず体調管理を	申	焦らぬんびり構えて好転
卯	財布の紐を引き締めて	酉	エアコン効かせて勉強に集中!
辰	誰にも言わず貯蓄を始めて吉	戌	良い話には裏がある
巳	根気よく取り組んで成果を出す	亥	遠方に福あり

港北ケアプラン 登録ヘルパー募集!

居宅介護支援・訪問介護・福祉用具

未経験・未資格者歓迎！資格がなくてもOK、資格取得補助あり(ホームヘルパー2級・初任者研修修了者尚可)

時給1,400円~2,000円・早朝 深夜手当あり 移動手当あり 通勤手当あり
賞与年2回あり・前年度実績 5,000円~300,000円(勤務時間による)

港北ケアプランは地域に愛されて20年

045-540-2861

有限会社港北ケアプラン 横浜市港北区大倉山6-5-14 045-540-2861 採用担当:坂本

えがお ひろば

キラキラ！輝く港北区の星！ あなたの近くにいる身近な先生 えがおの先生

登録番号 NO.65
はまなか あきこ
浜中 晶子先生



短大を卒業し大手銀行に就職していたが20歳の時ストリートダンスに出会う。エイベックス小室まつりの夏フェスでTKダンサーズとして参加したときに体の芯にまで届く歓声でダンスを仕事にする決意。

結婚して子どもができた後地域のママさんたちにお友達になっていただきたくダンスと一緒にしよう、と声をかけ港北スポーツセンターで踊っているうちにたくさんの友達ができた。その後、赤ちゃんママのHIPHOP教室として32歳で横浜ベイダンススタジオを設立。

浜中先生のダンススタジオでは主に子ども中心で赤ちゃんも含めたダンス教室を運営しています。人との関わりを通して自分の力が地域の方たちの喜びに伝わっていていることが何よりも嬉しいと思うそうです。人生を豊かにするためのダンス、決して皆がプロダンサーになって欲しいわけではなくそれぞれの場所で楽しんで欲しい、でもストリートダンス世界大会の代表になった子やテレビで活躍している人も卒業生の中にはいるとの事。ダンス以外にも挨拶や礼儀なども子どもたちに教えているが自身も素晴らしい学びをもらっていますと語ります。

今回そんな中でダンスを通じてシニアにえがおを届けたい！との気持ちから初めてシニア向けのダンス教室を開催します。その名も**プラチナダンス！**

ダンスは教えることができるけれど人生経験を教えてもらえるなんてとっても楽しみです！と今からワクワクしています。夢は「なぜか港北区のシニアは元気だなぁ、あのダンススタジオのおかげかも！」なんて言う人を1人でもつくりたい！
また**プラチナダンス**でシニア同士が知り合って、顔見知りになって、お茶に出かけたり、友達になってくれたらもう最高です！と話す浜中先生！ とても幸せそうです

場所は大倉山ベイビーヒップホップスタジオ **大倉山1-21-1-2F** 大倉山駅徒歩3分 **メガネ屋さん2階**
お問い合わせは 浜中先生 **090-3532-8863**
詳しくは右下の広告を御覧ください

- 12時☆開会式
- ①阿波踊り
- ②南京玉すだれ
- ③フルール
- ④コールマリン
- ⑤ミチコフラスタジオ
- ⑥オリーブ合唱団
- ⑦Kossei
- ☆途中休憩 15時再開
- ⑧岸根離子
- ⑨大正琴
- ⑩健康体操
- ⑪歌つて元気！

お友達を連れて来てくれるボランティア大募集！
プラチナ世代だから楽しめるえがおまつり！
みんなで作る祭です！
問い合わせ→主催港北えがおまつり実行委員会
090-8305-1006 えがおまで

進行予定・参加団体・順番は変更になることがあります

港北公会堂 9月7日(土) 12時から17時まで開催
みんなが集まり、交流できるえがおまつり！
いろいろな出し物・展示・体験・相談を楽しみにしてください！

★1階相談コーナー
司法書士相談コーナー
血管測定コーナー
作業所販売コーナー
医療介護・薬相談
元気でいたい相談室
レモネードスタンド

★2階会場
手芸相談
絵画展示
将棋
絵手紙
ネイル体験
写真撮影
マイクアッドバイス
メイク体験
カラー相談
その他いろいろ！

入場無料！
だれでも大歓迎！

つばさコンサート
8月3日(土) 篠原地区センター 音楽コーナー 開場13時 13時半～14時 当日直接会場へお越しください。武相高校吹奏楽部が素敵な音楽を奏でます。篠原地区センター 423-9030 3階 センター
△は海兵隊・栄光の架橋・夏祭り・カイト他*プログラムは変更の可能性があります

港北公会堂からのお知らせ
①水引のネックレスをつくらう
②日本の伝統工芸品をつくらう
③9時半～10時半 ④12時半～13時半 定員各6人 費1800円 持ち物・はさみ 講師・ラッピングコーディネーター 菊地なをみ氏 申7月18日(木) 10時～12時 会場②
オバカ歌手の弾き語りによる名曲コンサート8月1日(木) 11時45分開場 12時15分～12時45分 無料予約不要 シュベルト・のぼら山田耕柝・この道カッチーニアベマリ
出演者・萩原理恵氏③ ハンドベルとピアノによるファミリーコンサート 8月12日(月) 11時～12時 終演後ミニコンサート 体験会開催
入場料5000円 予約7月20日(土) 10時～11時 会場②
目 The Rose. ベッド・ミドリさん ぼろ久石讓(ピアノ) ソロ) ハナミズキ・ミチコタツロウ 他出演者・イングリッド シュハントベル 藤田美千子 阿ノ田尻洗貴 申7月25日(日) 10時～12時 会場②

芸能交流会
9月26日(木) 12時～16時 港北公会堂にて第18回 年金者芸能交流会を開催します。港北区の高齢者が一年間の練習の成果を披露します。ジャンルは、コーラス・カラオケ・朗読・ジャズ・ギター・ハーモニカ・ピアノ・日本舞踊・フラ・韓国舞踊など多彩です。どなたでも入場無料です。年金者組合港北支部 0800-7932266 813まで

知つてみようお葬式
思い通りのお葬式をするために、お葬式の費用・準備すること・葬式後は、お葬式について一緒に学びませんか？
8月29日(木) 13時半～15時 榎町地域ケアプラザ 定員25名
講師 お葬式情報案内センター！ 申7月29日(月) 窓053222501

夏休み親子コンサート
港北区民交響楽団コンサート。0歳児もOK。オーケストラ楽器紹介あり。初めてコンサート鑑賞の人も楽しめます。8月25日(日) 14時～15時半 港北公会堂 定員400人(全席自由) 申込みは以下の画像
40226309

健康のためのカラオケ教室
心身の健康にカラオケ歌唱が効果的。脳内ホルモン活性化、お腹の底から歌って有酸素運動、毎日歌って免疫力アップ、喉下機能アップ！健康！新しい仲間と歌いましょう。篠原地区センター！男女先着10人参加費・2500円
9月6日・13時・20時・27日 金曜全4回 15時～17時
15分・申・篠原地区センター 42339030 7月19日(金) 来館9時 電話10時

夏休み親子コンサート
港北区民交響楽団コンサート。0歳児もOK。オーケストラ楽器紹介あり。初めてコンサート鑑賞の人も楽しめます。8月25日(日) 14時～15時半 港北公会堂 定員400人(全席自由) 申込みは以下の画像
40226309

歌謡喫茶ながたち
8月11日(日) 開催毎月第2日曜 13時半～開催 参加希望の方はふらっとへ問合せ下さい 師岡町600 トレスサ横浜直近 0633384226

金の卵コンサート
金の卵コンチェルトソリスト オーディション歴代受賞者コンサート 8月11日(日) 12時開演 12時～14時 ②14時半～16時半 ③17時～19時 5階音楽ホール 出演は①前田早紀 渡辺勇 萩原耕柝 乃②大澤由利 七留留 中村僚太 中谷哲太郎 松本翔太郎 大田千由(全席自由) 各都府県共通再入場チケット販売 ミニキーホール窓口 問ハマのJACK事務所 05673353(10時～18時)

陶芸教室(初級)
陶芸教室(初級) 食器や花瓶等の陶芸品制作を基礎から学ぶ。日吉中学校コミュニティスクール 9月14日・21日・10月12日・19日 11月16日・12月14日(土) 全6回 時間 9時半～11時半 陶芸初心者 抽選15人 費3千円(粘土・釉薬代別) 来館か所定の用紙(HPか館内入手可) 8月10日 必着 056528840 日吉本町491-1 火金曜

純真な女子の心田を耕す
8月3日(出) 31日(土) オールギョアリ！ 自黒の幼稚園から大倉山の研究所へ。大倉山記念館を建てた大倉邦彦は、見聞を東京中目黒で富士見幼稚園を開園。本格的に教育事業開始。研究所の蔵の幼稚園の資料、幼稚園から大倉山での研究所設立に至る歩み、「富士見幼稚園」の名前にちなんだ大倉邦彦と富士山に関する展示※地域の災害や防災関連の展示実施 054418801

編集後記
最近、眼の検診に行きました。一度目の白内障でした。緑内障の検査結果も出たので、左眼は80代月手術です。失明の可能性もあり得る不安ですが、乗り越えてみたいのが人生。まだまだやりたいことはあります。頑張ります！

えがおの先生 港北限定！プラチナ世代交流フリーペーパー えがお 令和6年8月号(通巻79号) 2024年7月15日発行(毎月15日) 一般社団法人地域コミュニティ振興協会 〒222-0032 港北大豆戸町423-3-102 kouhokuegao@gmail.com TEL090-8305-1006 FAX045-299-6432 克美企画 編集長 本間克之

無料で、えがおの先生 は、地域のためのスペース。港北区に暮らし活動している皆さんの応援ページ。掲載無料・料金はかかりません。講座・集い・サークルメンバー募集展示会も地域活動であれば、**全く無料**。あなたただけではなく、地域の方々にもえがおを渡して伝えてあげてください。幸せを届けます！

ご自宅の階段の上り下りに不安はありませんか
新横浜駅徒歩5分
新横浜2-3-4 クレシンドビル1F
いつでも無料相談実施中

いす式階段昇降機と段差解消機のタスカルショールーム横浜
045-620-7177

2024年4月新築オープン シニア向け賃貸住宅 『Rakuju Residence 大倉山』見学会開催!!
大倉山駅より徒歩8分。大豆戸の交差点、港北区役所の向かいに新たにシニア向け賃貸住宅がオープンしました。「まだまだ元気だけど、ひとりの生活は不安」と感じている方にオススメです。

＜見学会詳細＞
日付 7月29日(月) 7月30日(火) 7月31日(水)
時間 10:00～16:00 ※予約制
住所 港北大豆戸町89-1
～間取り紹介～
Cタイプ:1K(29.05m)
家賃 85,000円～90,000円
共益費 10,000円
生活支援サービス費 27,500円(税込)

お問い合わせ先 サービス付き高齢者向け住宅募集センター
フリーダイヤル:0800-888-6186 / 営業時間10:00～20:00

えがお × 横ベビ共同企画!
YOKOHAMA BABY HIPHOP STUDIO

シニアのためのHIPHOPダンス
毎月第1・第3水曜 11:00～12:00
9/4(水) からスタート!
料金: 500円/1回1時間

お申込み方法
QRコードを読み取り、フォームに必要事項をご記入の上、送信してください。もちろんお電話でもOKです！
090-3532-8863

会場 大倉山駅より徒歩3分 横浜ベイビヒップホップスタジオ 大倉山1-12-1 エスアイビル2F レモネードのメガネ屋さん[サカン]の2階 横浜ベイビヒップホップスタジオ 浜中