

北区区民活動支援コーナー

堺市北区新金岡町4丁1-8 新金岡市民センター2階 電話・FAX 072-258-3911 火～日 9:00～17:00(祝日は休館)

ご利用ください！

支援コーナーは北区で活動される皆様の施設です。「集まる、広がる、作る」をテーマにみんなで支援コーナーを活用し、楽しく区民活動を広げましょう。

【支援コーナーの4つの機能】

1. 団体活動に関する会議などに利用できます。(無料)
大・中・小会議室、ミーティングスペース
2. 活動に必要なチラシ作りや印刷作業ができます。
パソコン、印刷機、紙折り機、ラミネーターなど(一部有料です)
3. 区民や団体間の交流事業や、区民のいきがいつくりを促進するための各種講座などを開催しています。
4. 様々な相談に応じます。(無料)
区民活動に関するお悩みなどをご相談ください。



報告

高齢者からたくさんのアイデア・意見が出ました！

第4回 北区まちづくりカフェ



11月7日(木) 午前、「高齢者も楽しく住みやすいまちに！」をテーマに開催しました。高齢者や高齢者の方々の支援活動をする人や北区のまちづくりに興味のある人などが集まり、交流しました。

- ・生きがいを感じることは
- ・高齢者を支える活動(しくみ・取組み)とは
- ・北区の社会資源は充実しているか

の3つの視点で話しあい、参加者からは、「色々な方と話ができて、たくさん情報が聞けて良かった」、「自分の両親の支援の参考になった」などの感想がありました。



報告

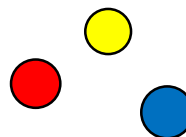
高齢者や車椅子の利用の方も大いに楽しめました！

北区ディスコン交流会

11月26日(火) 午後、初心者の方でもわかりやすくディスコンを学び、参加者同士の交流を深めることを目的に開催しました。

昨年までは競技会形式での開催でしたが、今年は北区光竜寺老人クラブの協力のもと、参加体験型の交流会として開催しました。

参加者からは、「とても楽しかったのでまた参加したい」、「障害のある人も楽しみながら一生懸命に取り組んでいる姿に感動しました」などの感想がありました。



予告

多様性を理解し、多文化の輪を広げよう！

第7回 北区多文化交流会



令和2年1月19日(日) 13:30～15:30
区民活動支援コーナー



地域に暮らす外国人や留学生と日本の伝統文化をとおして交流を深め、多文化共生の輪を広げます。多文化共生のお話や着物着付、折り紙、すずめ踊り、盆踊りの体験や琴・尺八・大正琴等の楽器演奏を楽しみながら、交流を深めます。

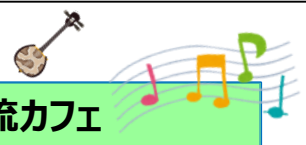
どなたでも参加できます。(着物着付は外国人のみ)

みなさまの参加をお待ちしています。

予告

お互いの活動を知り、活動の輪を広げよう！

北区区民活動支援コーナー 交流カフェ



令和2年3月7日(土) 13:00～16:00
区民活動支援コーナー



区民活動支援コーナーで活動しているグループがお互いの活動を知りその輪を広げるための「交流カフェ」を開催します。

どなたでも参加できます。

みなさまの参加をお待ちしています。



内容 団体紹介 ステージ発表 体験コーナー パネル展示など

活動団体紹介コーナー

(支援コーナーで活動している団体を順次紹介していきます)

棒ビクスは、1本の櫓の棒を使って体のトレーニングやストレッチを行うものです。姿勢が改善され、肩こりや腰痛などを緩和します。また、加齢に伴う筋力低下・転倒・認知症の予防や、また筋のリリースで精神の安定効果も期待できます。無理なく運動できるので、どなたでも気軽に楽しめます。

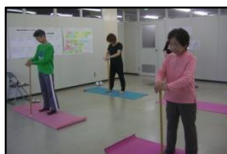
各関節機能トレーニングやストレッチ&ツボなどリラクゼーション的なプログラムをたくさん提供しています。

第1日曜日、月1回、11時から12時30分まで活動しています。見学をお待ちしています。

棒ビクスれんげクラブ



癒しと健康



私たちのグループは、「クロマチックハーモニカ」といわれるハーモニカで、アンサンブルを楽しんでいます。クロマチックハーモニカは、ピアノのようにオーケストラと競演できる楽器で、ジャンルはクラシック・ジャズ・ポピュラー・演歌など幅広く演奏することが出来ます。楽譜が読めない人でも番号譜を使えば、演奏することが出来ます。

あまり知られていない楽器ですが、私たちと一緒に、クロマチックハーモニカを楽しんでみませんか？

第2木曜日、月1回、14時から17時まで活動しています。見学をお待ちしています。

アンサンブル仲間

