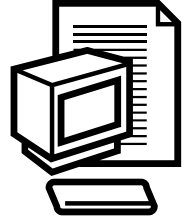


知ってましたか？こんな使い方

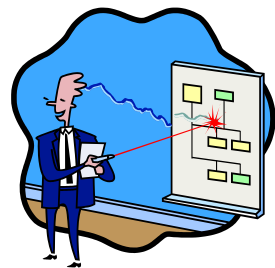
交流センターのパソコン、皆さんはどのようにお使いですか？

多いのはホームページで必要な団体の情報を閲覧したり、USBメモリなどを持参されて、会議で修正のあったところをパソコンで直してプリントして配ったりというものです。でも、実は使い道はそれだけではないんです。



インストールされているソフトは、マイクロソフト オフィスのワード、エクセル、アクセス、パブリッシャー、パワーポイントなどなど…。この中でパブリッシャーというソフトはチラシやポスター、グリーティングカードなどが簡単にできます。

例えば、団体にチラシを作ることになったとして、まずパブリッシャーを使って、ちょっとおしゃれなデザインでレイアウトを作ります。それをプリントしたものを原稿に4色刷りの印刷機でカラフルなチラシに仕上げるといったことも、交流センターの中だけでできますよ。もちろん、PDF保存して、USBメモリなどでお持ち帰りもできます。



そのほか、パワーポイントというプレゼンテーション用ソフトも便利です。ちょっとした説明会があるときなど、資料だけで説明するよりもパワーポイントで作ったスライドショーでビジュアルに説明する方が、グッとわかりやすくなります。

これらのソフトの使い方がわからないときは、お気軽に受付までお問い合わせください。

アンケート情報はセンター掲示板で…



ボランティアセンター

開設日・時間：

月曜日～金曜日  
9時～17時

(交流センター休館日・祝日は除く)

連絡先：

電話 046-873-8037

Eメール [vc@zushi-shakyo.com](mailto:vc@zushi-shakyo.com)

わからないことがありましたら  
きいてください



担当：小田嶋 漆垣



9月 フールセンター カレンダー

		プール専用使用コース数		交流センター
日	曜日	9～13時	13～15時	会議室関連
1	水			10月分予約抽選申込
2	木	入場不可	※2コース	
3	金	入場不可		10月分先着順申込
4	土		※2コース	
5	日			
6	月	入場不可	※2コース	
7	火	休館日		
8	水	入場不可	◎2コース	
9	木	入場不可	※2コース	
10	金	入場不可	☆2コース 14:50～15:50	
11	土		※2コース	
12	日			
13	月		※2コース	
14	火			
15	水		◎2コース	
16	木		※2コース	
17	金			
18	土		※2コース	
19	日			
20	月		※2コース	
21	火	休館日		
22	水		◎2コース	
23	木		※2コース	
24	金	入場不可	☆2コース 14:50～15:50	
25	土		※2コース	
26	日			
27	月		※2コース	
28	火			
29	水	▲2コース	◎2コース	
30	木		※2コース	
10/1	金			11月分予約抽選申込
2	土	休館(9:00～15:00)		避難所訓練
3	日			11月分先着順申込
4	月		※2コース	
5	火	休館日		

・うみかぜクラブ(※)の水泳教室、逗子小授業(☆)、介護保険課水中運動教室(◎)、体育協会水泳教室(▲)のため、全5コース中、2コースを専用使用します。9時～13時の入場不可は、小学校授業のため入場できません。  
・空欄、及び9時～10時、12時～13時、15時以降は基本的に全コースご利用いただけますが、上記の表以外で学校の授業や部活動のため1時間前後1～2コースを専用使用する場合がありますので、ご了承ください。



夏はまだまだ終わらない！！

涼を求めて～常夏の地下1階～

記録的な猛暑が続いたこの夏、みなさんは海に行きましたか？わたしは、この原稿を書いている8月2日現在、まだ行っていません…。

お盆休みで遠出をした人も、近場でのんびりした人も、はたまた仕事で忙しかった人も、週末は地元の家を楽しんではいかがですか？早いもので夏も終わりに近づき、今年の逗子海岸の海水浴場は、8月29日(日)に終わりを迎えます。

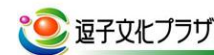
さて、海水浴場が終わってからも容赦なく続く残暑を乗り切るに、みなさんは、どうしてますか？アイスを食べる？ピヤガーデンに行く？おやじギャグを聞く？どれもいいですけど、やっぱり水を浴びるのが1番。

ということで、前置きが長くなりましたが、まだまだ



暑い残暑をしのぐために、今年は市民交流センターのプールをぜひご利用してみてください。1年中利用できて、朝9時から夜10時まで開いています。市内にお住まいでしたら、大人300円で適度な運動と涼を得られますよ。わたしも夏のアイスとビールでついた脂肪を落とすために行こうかな…

市民協働課 小野寺宏



市民交流センター

〒249-0006 神奈川県逗子市逗子 4-2-11

TEL 046-872-3001

FAX 046-872-3003



ワークショップの楽しさをもっと

「ワークショップ」ということばをご存知でしょうか。もともとは、自動車の修理工場のような場所を指すことばですが、そこから転じて、みんなで力を合わせて一つのものをつくりあげる、参加型の会議や研修会のことをワークショップと呼ぶようになりました。ワークショップでは、そこに参加した人たち全員が意見やアイデアを出し、可能性を探り、答えを導き出していきます。

7月のまちづくりトークは、「学校支援地域本部」をテーマに、ワークショップ形式で行いました。

会場に入るなり、いつもと違うレイアウトにとまどった方もいらっしゃいました。発表者が前に出て、相対する形で参加者の席が並んでいるというのではなく、8～10人でテーブルを囲む形で席が用意されていたので、知らない人の輪の中に入って発言するというのは、勇気がいるものです。しかし、話し合いが始まると、どこのテーブルでも、非常に活発に意見が出て、時間が足りなくなるほどでした。

行政が方針や施策について一方的に説明し、いくつかの質疑応答があって終わるというのではなく、皆が同じテーブルを囲んで知恵を出し合うやり方が、もっといろいろな場面で増えていくといいなと思います。  
市民協働コーディネーター 木下理仁

ボランティアセンター

この夏をふいかえって

ボランティアセンターでは毎年夏休みに逗子市在住・在学の小中高生を対象に、『サマースクール』と称したボランティア体験をおこなっています。例年、電話、FAX、Eメールでの受付ですが、今年はなんと、制服姿の中学生・高校生が直接窓口を訪れての申し込みがありました。

「私、この保育園の卒園生なので園の雰囲気はなんとなくわかります。」「この施設では具体的にどんなボランティアをするんですか？」

「自分の他に男子の参加者はいますか？」

彼らと会話をしながら、交流センターに窓口がオープンしてよかった、と思いました。ボランティアセンターの本拠がある福祉会館には学生の来館は少ないため、学生と直接顔をあわせてボランティアの話をする機会はほとんどなかったのととても嬉しかったです。

この夏ボランティアに参加したみなさん、どうでしたか？参加先での出会いはきっと自分の人生において印象に残るはずですし、働く人の姿を見ることで進路を考えるきっかけにもなったのではと思います。

窓口は平日のみのオープンですが、学校帰りや、長期休暇中などには、気軽に寄ってくださいね！

# 活動団体情報

市民交流センターで活動している団体、aZZa!に登録している団体の情報を掲載しています。掲載ご希望の団体(講座・講演会のお知らせや会員募集など)は、受付までお越しください。



## 自然

### 逗子親子自然教室つちのこの会

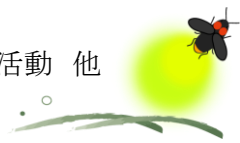
**内 容**：①年4回(春夏秋冬)身近な自然に親子で触れあうことを目的に活動しています。  
②釣りプログラムやサバイバルキャンプなどを開催  
③ホテルの育成保全活動 他

**活動日時**：不定期

**場 所**：主に三浦半島の自然(山、川、海など)

**費 用**：お問い合わせください

**問 合 せ**：海野  
TEL 046-871-9415(夜間)  
野川  
TEL 046-876-1915



## 美術

### ずし美アートサロン(スケッチの会)

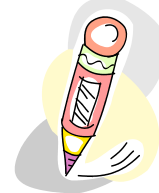
**内 容**：一緒に楽しく絵の勉強をしませんか！  
月1回、第2月曜日の9時から12時まで水彩画を中心に楽しく絵を描く集いです。会員以外の方のとびこみ参加も大歓迎です。交流の場として気軽にご参加ください。

**活動日時**：第2月曜日 9:00～12:00

**場 所**：市民交流センター

**費 用**：実費 300円

**問 合 せ**：葉山  
TEL 046-871-8958



## 詩吟

### がく せい かい 岳 精 会

**内 容**：袴姿で黒田節や李白や上杉謙信などの詩を大きな声で読んだりうったり。そして袴姿の男舞で表現します。老若男女で楽しんでいます。

**活動日時**：水曜 18:30～20:30 金曜 13:30～15:00  
土曜 9:30～12:00 13:00～15:00

**場 所**：市民交流センターほか

**費 用**：1回 1,000円  
子どもは1回 500円

**問 合 せ**：小林紫舟  
TEL&FAX 046-876-0489



## 気功

### 気功癒しの呼吸法

**内 容**：調身、調息、調心の気功の3要素、心と体の内側に意識をむけて無意識な呼吸に癒される気功です。

**活動日時**：毎週月曜日  
月3回 13:00～14:30

**場 所**：市民交流センター

**費 用**：お問い合わせください。

**問 合 せ**：石原和子  
TEL 046-856-6326  
TEL 090-3530-1999



交流センターの清掃担当：  
清光社の「きよし」と  
「モップ」のつぶやきです。

この前仕事したら、外国人の方が、片言の日本語で  
“ガンバッテ”といってくれたよ！  
いやー、うれしかったねー。  
またきよしはがんばるよ～



プールから出るときは  
体をよく拭いてほしいの！  
私の自慢の白い肌が、  
くすむんですもの。  
よろしくね！



ガムをつけないでね。  
ガムの始まって意外と  
たいへんなんだよ。  
お願いね！

## 気功

### 生き生き会

**内 容**：東洋医学の考え方を基礎に考案された日本式気功養生術です。臓器や組織の恒常性維持機能と自然治癒力を高める運動で、反動や体重を利用してゆっくり行うため子どもからお年よりまで誰でも気軽にできます。運動不足、体力不足が気になる人、健康に自信がない人、リハビリにも最適です。

**活動日時**：毎週木曜日 9:30～11:45

**場 所**：市民交流センター

**費 用**：入会金 3,000円  
月会費 3,000円

**問 合 せ**：池部むつ子  
TEL&FAX 046-871-3522  
大迫隆資  
TEL 045-783-6265



## 音楽

### ベル・ヴォワ (ヴォイストレーニングの会)

**内 容**：声楽の正しい姿勢、呼吸、発声を身につけ、名曲を楽しみます。ヨガから取り入れた腹式呼吸は、集中力を高め、心をポジティブに保つことができます。来年秋、なぎさホールで歌います。  
指導：堀口みどり  
(ソプラノ 東京室内歌劇場)

**活動日時**：日曜日 月3回 10:00～12:00

**場 所**：市民交流センター2階、  
逗子小学校第2音楽室

**費 用**：お問い合わせください。

**問 合 せ**：高橋  
TEL 046-873-0596



## 茶道

### 逗子市市民茶会実行委員会

**内 容**：活動の中心である市民茶会は、毎年好評を得、お茶を通じて市民の交流の場となっています。小中学生対象の“伝統文化子供教室”(文化庁委託)、文化プラザ能公演“添釜”会員の研修と交流を目的とした各種講習会、見学会などの開催を行っています。

**活動日時**：不定期  
市民茶会は例年10月第1日曜日開催

**場 所**：市民交流センター

**費 用**：入会金 1,000円 年会費 1,000円

**問 合 せ**：宮崎トシ子  
TEL&FAX 046-871-3453  
田井七重  
TEL&FAX 046-873-2151

