

2011年6月

つづきMYプラザ  
TSUZUKI MULTICULTURAL & YOUTH PLAZA



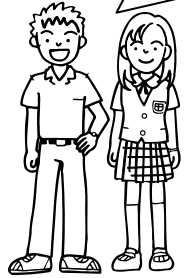
# プラザニュース

つづきMYプラザ（都筑多文化・青少年交流プラザ）  
〒224-0003 横浜市都筑区中川中央1-25-1 ノースポート・モール 5階  
TEL：045-914-7171 FAX：045-914-7172 e-mail：my-plaza@tsuzuki-koryu.org

第39号

## 考えよう、今、自分たちにできることを...

STEP 1, 2, 3の順に参加し、ボランティア体験が修了するよ。



夏休みを利用して、中高生がボランティアを通して地域活動のきっかけづくりとなるような『はあと de ボランティア』を企画しました。多くの施設・団体にご協力いただき、様々なボランティア体験をとおして中高生と地域住民のつながりを目指します。体験の申し込みは6月11日(土)から、しめきりは7月4日(月)です。

### STEP 1

#### オリエンテーション

ボランティアの心構えや活動についての注意事項を知ろう！



ボランティアについて考えます。

### STEP 2

#### ボランティア体験

区内の施設や団体・グループでボランティア活動しましょう！



(茅ヶ崎公園にて)

※写真は、昨年度のものです。



(保育園にて)



(高齢者施設にて)

### STEP 3

#### 振り返りと修了証授与

活動で学んだことを次のステップにつなげよう！



修了証授与の様子



平成23年度 特別コース

### 『食を考える』～自分の手で料理を提供しよう～

\*日程、受け入れ施設など詳しい内容はチラシをご覧ください。

自分の手で野菜収穫から、献立づくり、調理、テーブルセッティングまで一連の作業に携わり、食の大切さについて学びます。実際に、調理したものを加賀原地域ケアプラザ利用者に食べていただきます。

#### 食材を収穫する

7月23日(土)  
講師：加藤之弘さん  
(横浜市環境保全型農業推進者)  
場所：畑(仲町台より徒歩5分)  
時間：7:30~9:30  
内容：農業体験の説明、  
収穫、農業についての話

#### 献立を考える

7月25日(月)  
講師：長谷川さとみさん(料理研究家)  
場所：加賀原地域ケアプラザ  
時間：10:00~12:00  
内容：料理のついでのお話、  
キッチンを使っての  
デモンストレーション、  
献立作成

#### 調理する・配膳する

7月28日(木)  
講師：「はまゆう」の皆さん  
(配食ボランティア)  
場所：加賀原地域ケアプラザ  
時間：10:00~14:00  
内容：調理、テーブルセッティング、  
加賀原地域ケアプラザ  
利用者への料理提供

\*3日間の連続講座です。すべてに参加してください。 \*定員は、先着10名です。



# かんが 考えよう、今、一人 ひとりにできることを...

けいざいさんぎょうしょう かてい しょうひ でんりょく さくげん ねが  
 経済産業省は家庭にも消費電力15%の削減をお願いしています。

この夏 節電・節約をしてみませんか？

## ◆日本では昔からこんな方法で涼んでいます

せかいいさん びょうどういん ふじだな きょうと  
 世界遺産 平等院の藤棚 (京都 KYOTO)

びょうどういん ふじだな じゅれい いしじょう  
 平等院の藤棚は樹齢200年以上です。

ふじの つるを からませ、はな たれさがる ように つくた  
 棚です。日よけになります。



よしず

むかし 昔から 使われています。  
 ひよけ・目隠し・虫よけなどに使います。



## グリーンカーテン

グリーンカーテンを作ると  
 部屋の中の温度が一番暑い  
 ときは最大3.8℃下がりました。

つる植物(あさがお・ゴーヤーなど)がお勧めです。



## ◆MOTTAINAI 精神で、小さなことからコツコツと

かんきょうぶんや 環境分野で初めて「ノーベル平和賞」を受賞した ケニア人 女性 ワンガリ・マータイさん。

マータイさんは、世界共通語として『MOTTAINAI』を広めています。

もったいない MOTTAINAI!



## プラザでの節約術



プラザではみんなが  
 知恵を出し合って節約  
 しています。  
 皆さんもいいアイデアが  
 あったら教えてください  
 くださいね。

スタッフのSさんが作った  
 「牛乳パックの花びん」



うらかみ 裏紙で作った  
 「メモ帳」



いんたん Orange  
 いつも捨てる皮をお菓みに！  
 乾かしてお砂糖をつけるだけ。

## 6月 プラザスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

詳しくは、つづきMYプラザまで お問い合わせ下さい。

## つづきMYプラザ (都筑多文化・青少年交流プラザ)

開館時間 平 日：午前10時～午後9時  
 土日祝：午前10時～午後6時  
 休館日 第3月曜日(祝日の場合翌日)、年末年始  
 交通アクセス 市営地下鉄ブルーライン・グリーンライン  
 「センター北」駅下車 徒歩3分  
 ノースポート・モール5階

## 編集後記

暑い季節がやってきました。節電の為にエアコンの設定温度は26℃～28℃とされていますが、つつい低めにしてしまいますよね。でもそこを我慢して1℃でも高く設定し、この夏を乗り切りましょう!! (K.O.) (A.A.)