

あさお市民活動
レポート

発行元 認定NPO法人あさお市民活動サポートセンター

あさお Asao friends ふれんず

12
2025

こどもほっとスペース 王禅寺

3
面



勉強はマンツーマンで真剣だ

近隣の小学生を対象に、学習支援と子ども食堂を合わせて行い、居場所作りを目指している。自由に遊ぶ時間もあって楽しい集いの場だ。

麻生区で活動する市民サークルを紹介しています。気になるサークルには、ぜひお問い合わせを！

市民 サークル 紹介

12
月号

詳しい情報は
中面・裏面で！



コゲニダンスゆりゆり

2
面



決めのポーズもばっちり

レパートリーは幅広い。映画「グレイテスト・ショーマン」の「ディス・イズ・ミー」やヒット曲「千本桜」も。写真はやまゆり楽芸会から。

ココイキ

4
面



写真展の設営作業を終えたメンバー

麻生区在住の写真家・原田京子さんが区民の姿をカメラで記録する「ココイキ」。写真を通して地域の人々の生きる力を発信し、文化継承を目指す。

健康ヨガサークル

3
面



ヨガの効果とは

「身体が軽くなり気の流れもスムーズになり調和のとれたちょうどよい状態を保ちハリのある生き生きとした毎日を送ることができる」とする。

テンペラ

2
面



受胎告知、A・ロレンツェッティ作

テンペラ画の魅力は、まばゆい美しさにある。自らの手で金箔と絵の具を駆使し、崇高な感動を呼ぶ作品作りに挑戦しませんか？

受講生募集

第17回目指せ！ アクティブシニア講座

麻生市民交流館やまゆりでは仕事や子育てにひとくぎりついた方、定年前に今後の活動を検討したい方に地域社会へのデビューを果たすお手伝いとして毎年「目指せ！アクティブシニア講座」を開催しています。

2026年1月10日（土）から毎週土曜10時～12時全5回の連続講座で定員は25人、受講料は無料、申し込み受付は12月1日（月）～19日（金）まで。

地域社会で活発に活動をしている人を講師として迎え、自分は何ができるのかを考え、仲間づくりに役立つヒントを用意します。毎年、講座参加者で新しい団体ができています。積極的な参加をお待ちしています。



毎年たくさんのシニアが地域デビューしています

居場所を探したい！
仲間を見つけたい！
麻生区のことを知りたい！



申し込み方法や詳細は、やまゆりHPをご覧ください。

踊って、笑って、認知症予防



「やまゆり楽芸会」に参加したメンバー

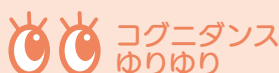
「コグニダンスゆりゆり」

て高齢者に元気を届け、メンバーでプチ旅行や食事会も楽しんでいる。

10月の「やまゆり楽芸会」では、原点となるソーラン節やマツケンサンバ、山本リンダの「どうにもとまらない」などで15分のステージを盛り上げた。終了後に「一人一人は個性が強いのにまとまりがすごい」（古賀さん）「型にはまっていなくて自由にできるのが自分に合っている」（五日市さん）「みんな平等に意見を出して振り付けを工夫するのがとても脳トレになる」（大田さん）と、楽しくて仕方がないといった表情で話してくれた。

現在、入会にはメンバーの紹介が必要だが、デイサービスの慰問の申し込みは随時受け付けている。

取材・文 区民記者 藤戸浩一



コグニダンス
ゆりゆり

代 表：江藤 みどり
連絡先：TEL044-951-6321
麻生市民交流館やまゆり
設 立：2017年11月
会 員：9名
入会金：なし
会 費：2000円/年
活動日：月2回 水曜日
場 所：山口台会館

鮮やかで美しいテンペラ絵画技法を楽しむ

テンペラ

テンペラ画はイタリアルネサンス期の絵画技法。卵黄と酢に顔料を練り合わせ、板や羊皮紙に描く。金箔と絵の具を組み合わせた、まばゆい美しさが魅力。経年による変色や劣化が少なく、数百年は保つ。

画題はイタリアの古典画から自ら選ぶ。模写から絵の具作り、描画、金箔貼り、絵を収める古典額作りまで、テンペラ画に関する技術は田崎裕子先生が直に指導するので、1回目から作品の完成度は高い。3〜4年に一度合同展を開く。

取材中に、模写、描画、金箔貼りなど、テンペラに関する全ての場面を目にした。作業はどれも微細で

大変そうだったが、出来栄は素晴らしいので、絵が好きな人はぜひ訪ねてほしい。

取材・文 区民記者 中島久幸



守護聖人St・ゲオルギウス
(金箔にも模様を描く)



ひとつひとつの作業を丁寧に仕上げる



時禱書の一頁(C・ド・クレヴ作)と道具一式



テンペラ



発起人：田崎 裕子（たさき・ゆうこ）
連絡先：TEL042-735-7621（田崎）
設 立：1991年
会 員：8名
入会金：10000円
会 費：10000円/月+材料費
活動日：原則2回/月 木曜日13時～17時
場 所：麻生市民館 実習室
H P：<https://tempera-tasaki.jimdofree.com>

心身ともに整え、日々をプラス思考で

健康ヨガサークル

健康ヨガサークルの特長は「ポーズだけにこだわらず、心身ともに整える方法を指導してもらい実践していること」と、代表の福永能文子さんは言う。「心身ともに整える」とは何か。本サークルの講師を務めるH B H ヨガ主宰の北所久仁朗さんは、「マイナスのことは一切考えないということ。ヨガはそこから始まる」と力強く語る。

H B H ヨガとは、同氏が考案した独自のヨガで、精神面の指導を主としているもの。心を安定させ、呼吸と動作と意識を合体させることで、精神的な成長を促すとしている。

本サークルは2003年3月、麻生

話など活動を活動内容としている。「プラスの言葉の話」というのが、本サークルの特長ということになる。

「マイナスにとられない心を養うために、いろんなことをしゃべります。それぞれに、やりたいと思うことなど、自分は素晴らしいと思うことなど、トレーニング中の緊張と弛緩の間に、つばやいて」と、講師の北所さんは言う。会員の一人は「日々、生きている中で出てくる事象に対し、ヨガをやっていることでリセットできる、マイナス的なことにとられない」と。プラス思考で前向きに生活していきたいとされる方、参加されてはいかがでしょうか。

取材：文 区民記者 神澤秀夫



プラス思考で…心と体の“調和”を実践。写真奥・中央が北所さん

スポーツセンター主催のヨガ教室を修了し継続希望の有志メンバーでつくられた。ヨガの実践（基本柔軟法、基本ポーズ、回復ストレッチ、呼吸法、心の調和のための言葉の



けんこう 健康ヨガサークル

代表：福永 能文子（ふくなが・のぶこ）
連絡先：Tel.044-987-2402（福永）
講師：2名（北所 久仁朗、海野 紀與子）
設立：2003年4月
会員：17名（正会員11名、ビジター会員6名／全員女性）
入会金：なし（体験レッスンあり＜無料＞）
会費：正会員1回1200円、ビジター会員1回1300円
活動日：月3回 水曜日（13:30～15:00）
場所：麻生スポーツセンター 第二武道室／麻生市民館 和室

学童と優しい大人がほっとした時間を過ごす

こどもほっとスペース王禅寺

学童に学習の支援と食事の提供を行うことにより、生活を安心・向上させるとともに、居場所作りを目指して活動している。代表の河野亜矢子さんは保育園の施設長でもある。

もともと王禅寺しらくり保育園を運営する社会福祉法人 厚生館福祉会が、学童期の子どもを対象に、2017年から学習支援と子ども食堂を合わせて始めた。日々の活動は、最初の45分間は宿題やドリルを使っての学習時間。次の45分間はボール遊び、縄跳び、カードゲームなどの自由遊び時間。ホールのほか園庭も使う。最後の30分間は食事時間。スタッフの大人と一緒に食べる。保育園には給食設備があり、園は土曜日も開いて

いるので、保育園児と同じ給食を食べる。ここではかえらない友だちや食事を楽しみに15名ほどが参加している。

クリスマスにはお楽しみ会を開き、ゲームのほかビンゴを楽しみ景品も出る。

課題はスタッフの確保だ。特に学生スタッフは就職すると辞めることになる。代表の河野さんは「とにかく継続したい！子供と一緒に食事も作ってみたい」と、抱負を語った。参加希望の方、サポーター希望の方、一度訪ねてほしい。

取材：文 区民記者 中島久幸



栄養バランスの取れた食事はお代わり自由だ



ゲームの役決めをしてサー始めよう



こどもほっと おうぜんじ スペース王禅寺

代表者：河野 亜矢子（こうの・あやこ）
連絡先：Tel.070-3528-6329（河野）
設立：2017年3月
会員：8名（スタッフ）
対象者：近隣の小学生（事前登録が必要）
参加費：100円（食事提供時）
活動日：月1～2回 土曜日 10時～12時
場所：王禅寺しらくり保育園2Fホール
王禅寺東5-3-53（大谷バス停より徒歩3分）



人が輝く地域へー写真で照らす「ココイキ」



昨年から撮りためた麻生区のOver80(11人)の写真を展示

■「ココイキ」とは

任意団体「ココイキ」は、麻生区在住の写真家・原田京子さんの表現活動を中心に、文化の発信と心の豊かさを育むことを目的に設立された。

団体名には「ここで生きる」「心が息づく」という思いが込められている。

■写真で伝える「生きる力」

写真展やイベントを通じて、地域に息づく「生きる力」を発信。「ここで生きる」人々の今も輝く姿を写真に残し、「人」が地域の宝であることを伝えることで、世代を越えた交流や共感が生まれている。

■写真展を開催

2025年10月1日から19日まで、川崎市アートセンターで開催された「ここで生きる写真展」には、区内外から延べ500人が来場。

来場者からは「癒やされた」

「元気が出た」といった声が多く寄せられた。展示は地域の記憶や感情を呼び起こす催しものとして地元紙やマスコミにも大きくとりあげられた。

10月11日には劇団わが町の芸術監督・ふじたあさやさんを迎えたトークイベントも開催され、40名ほどの来場者とともに、写真を介して文化や芸術について語り合うひとときとなった。

■活動のはじまり

「ココイキ」の活動は、原田さんが麻生市民交流館やまゆりの相談窓口を訪ねたことがきっかけ。「生まれ育った地域のために、写真で社会貢献ができないか」と相談したことから、麻生区が長寿日本一として知られることに着目し、80歳以上の地域の方々を中心に撮影・記録する取り組みがスタート。

■地域とともに広がる輪

写真展に登場したのは、プロのモデルではなく、この街・麻生区で暮らす人々たち。

年齢を重ねたからこそにじみ出る表情やまなざしを丁寧に写し出し、見る人の心を動かした。また、認知症支援団体「おれんじあさお」や介護施設関係者とも協力し、活動の輪を広げている。

■未来へつなぐ地域の光

「ココイキ」の活動は、誰かの人生にフォーカスし、光を当てることから始まり、やがて地域全体をあたたく照らす力へと広がっていく。

写真を通して、人々の営みを記録と記憶に残し、人と人、世代と世代をつなぐ心のひろばのような存在を目指している。

取材・文 区民記者 佐々木直子



10月に川崎市アートセンターで開催された写真展。窓から差し込む光を利用した展示が目をついた



ココイキ

代表：原田 京子（はらだ・きょうこ）
連絡先：Mail kokoiki@asao-kawasaki.com
設立：2024年6月
会員：3名（ほかイベントの都度募集）
活動日：不定期
場所：麻生区内
入会金・会費：なし

ふれんずの輪を広げよう

区民記者が、あなたの活動取材します！

活動を紹介
して欲しい

取材申し込み方法

応募条件

麻生区を拠点に活動している。または、麻生区在住・在学・在勤など麻生区に関わる方が活動に参加している。

申込方法

①団体名 ②代表者名 ③連絡先（電話・FAX・メール）
④活動内容（イベントの場合は開催日時・料金・内容）
をFAXまたはメールでご連絡ください。

イベントを
取材して！

あさお区民記者

「区民による 区民のための情報発信」を目的に活動。原則、第2木曜日に『Web会議システム（ZOOM）』で編集会議を行っています。興味のある方や、参加を希望される方の傍聴を歓迎します。左の取材申し込みと同じメールアドレスへご連絡ください。過去の記事や取材後記はホームページをご覧ください。



FAX 044-951-6467

MAIL info@asao-ku.net

お申込みいただいた内容については、編集会議で可否を検討したうえ、改めてご連絡させていただきます。

※選挙、政党・政治団体など政治活動に関わるもの、宗教団体による布教推進を目的とするもの、営利目的の団体・個人、プライバシーの侵害や業務妨害のおそれのあるもの、差別を助長するものは掲載できません。