

# 2021 5 あさひ



旭区公式ツイッター  
@yokohama\_as

旭区の魅力や防災・災害情報、子育て情報などを配信中!

## 実は私たち、**消防団員**です。



消防団って何? 消防団はどんな活動をしているの? 詳しくは**6ページ**へ!

新社会人の  
関口さんも...

会社員の  
帆刈さんも...

主婦の  
小野さんも...

自営業の  
青木さんも...



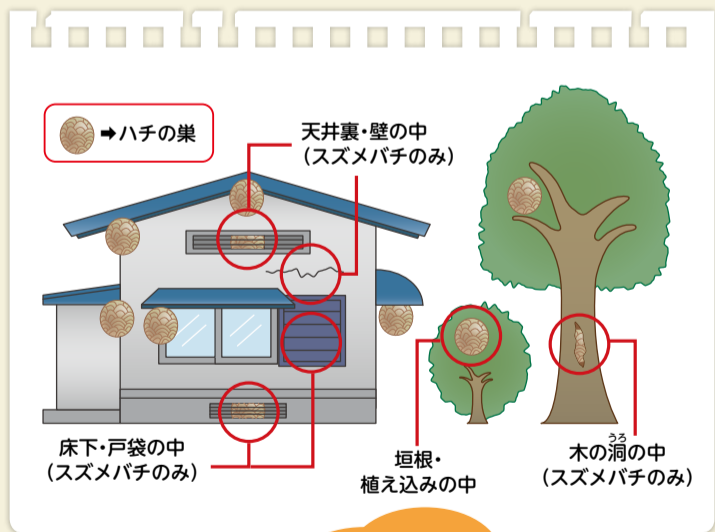
### ハチの巣は

## 早期発見・早期駆除!

ハチは、早ければ5月頃に女王バチが冬眠から目覚め、巣を作り始めます。早期に発見・駆除するほど、手間や費用が少なくなりますので、早めに対応しましょう。

### 巣を作られやすいのはこんな場所!

ハチは、雨風をしのげる場所や空間がある場所などに巣を作りやすいです。軒下や室外機の裏、植木の中などにハチの出入りがないか定期的に点検しましょう。



チェック  
してみよう



詳しくはこちら

横浜市旭区 ハチの相談

検索



☎ 環境衛生係 ☎ 954-6168 ☎ 952-1504

### コロナ禍の

## 初夏から始める熱中症予防

コロナ禍では、マスク着用などの新しい生活様式が求められています。一方で、マスク着用の徹底は熱中症のリスクを高めます。新しい生活様式と熱中症予防を工夫して両立させましょう。

### 熱中症予防 5つのポイント

#### ①暑さに備えた体力づくり

• やや暑い環境でややきつい運動を、毎日30分くらい行いましょう。梅雨前から適度な運動を行い、体を暑さに慣らすことが大切です。



#### ②適宜マスクを外す

• 屋外で人と2メートル以上離れているときは、マスクを外しましょう。気温が高い中でマスクを着けていると、熱がこもり熱中症のリスクが高まります。

#### ③暑さを避ける

• 室内では時々換気をしながら、エアコンを上手に使用しましょう。  
• 涼しい服装をして、外出時は帽子や日傘を活用しましょう。  
• 気温が35℃以上又は暑さ指数が28℃以上の予報の時は、外出や運動を控えることも大切です。

#### ④小まめな水分補給

• 喉の渇きを感じる前に、水分補給をしましょう(1日当たり1.2リットル程度)。大量の汗をかいたときは、スポーツドリンクなどでの塩分補給も必要です。



#### ⑤日頃からの体調管理

• 毎日決まった時間に体温測定、健康チェックをしましょう。  
• 体調が悪いと感じたら、自宅で休みましょう。



意識がないとき、自分で水分を取れないときは、**すぐに救急車を呼びましょう**

☎ 旭消防署予防係 ☎ 951-0119



旭区役所  
〒241-0022 旭区鶴ヶ峰1-4-12  
☎954-6161(代表電話) ☎955-2856  
アクセスしよう! ▶横浜市 旭区役所 検索



ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づき、より多くの人に見やすく読みまちがえにくいデザインの文字を採用しています。



月曜～金曜 ▶ 8時45分～17時  
第2・4土曜 ▶ 9時～12時\*

今月の  
土曜開庁日

8日

22日

\*戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部業務を行っています。  
\*休止する可能性がありますので☎などでご確認ください。

# 消防団員募集!

# 地域のために、未来のために、 今あなたの力が必要です

## 消防団 を知って いますか?

消防団は、消防組織法に基づき各市町村に設置されている消防機関です。火災時や災害時に、消防署と協力して消火活動や救助活動に当たります。地域に住んでいる人や働いている人が団員となり、「自分たちのまちは自分たちで守る」という思いで活動しています。

大学3年生から入団し、学業の合間にできる範囲で活動してきました。女性も様々な場面で活躍していて、女性の副団長もいます。

夜間や休日に参加しています。とても温かい雰囲気ので安心して参加できます。

子育て中です。先輩ママも多く、子どもと一緒に楽しく参加しています。

酒店を経営しています。嬉しいことに、息子も今年入団しました。親子で地域の役に立てるよう、地元密着で活動しています。



## 消防団はこんな活動をしています

災害対応のほか、訓練を通して知識や技術を身に付け、地域防災にも貢献しています。



### 災害活動

消防署と協力し、火災時の消火活動、震災・風水害時の救助活動を行います。



### 訓練

災害に備え様々な訓練を行い、知識や技術を身に付けます。新入団員も、段階を踏んで学ぶことができます。



### 地域活動

地域で防災や応急手当の指導、各種イベントでの啓発活動を行っています。



## 一緒に地域を守りませんか

地域の防災リーダーである消防団ですが、近年団員数が減少傾向にあり、新たな力となる団員を募集しています。きっとあなたの活躍の場がそこにもあります!

**入団資格** 18歳以上の区内在住・在勤・在学者

**活動中の身分** 非常勤特別職の地方公務員

**報酬など** 災害対応や訓練などの活動に対して報酬が支給されます。また、活動中に負傷した場合の補償制度があります。

入団に関する  
お問合せ・ご相談は  
こちらまで。



入団申請も  
できます

☎ 旭消防署消防団係  
☎ 951-0119

詳しくは

# 今月のおしらせ 5月

区役所への郵便物は  
〒241-0022 鶴ヶ峰1-4-12

●毎月11日以降の記事を掲載しています。金額の記載のないものは原則無料です。

🕒日時・期間 📍会場 🧑対象/定員 💰費用 🎒持ち物 🗣️講師又は出演者 📄申込み 🗨️問合せ  
☎️電話 📠ファクス 🖨️ホームページ 📧Eメール 📧電子申請 横浜市電子申請・届出サービス 📬往復はがき  
📧はがき (消)消印有効 (着)必着 🗓️年齢

📌**必要事項** 行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際にはお問い合わせください。

施設の運営情報など、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に関する区内の情報をホームページにまとめています。



▲ここから確認

横浜市旭区 コロナ拡大防止 🔍検索

## 旭区市民活動支援センター



「みなくる」は、旭区の地域活動やボランティア活動を応援する交流拠点です。

〒241-0022 鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階  
(鶴ヶ峰駅南口直結。2階からエレベーターで4階へ)  
☎️382-1000 📠382-1005  
✉️as-manabi@city.yokohama.jp

休館

5月19日(水)

※HPなどでご確認ください。

展示コーナーのご案内(生涯学習アドバイザーの作品展示)

5月3日(月・祝)～29日(土) ・スタンドグラス、グラスリッツェン 中川 士郎さん  
・手作り絵本、ポップアップカード 桑原 妙子さん

ギャラリーコーナーがリニューアル!(みんなの作品展示スペース)

5月3日(月・祝)～14日(金) 写真・手芸  
5月17日(月)～28日(金) 旭区花・緑フォトコンテスト入賞作品展

※展示についてのお問合せは「みなくる」受付まで。 ※展示内容は変更になる場合があります。

## 区・市役所から

### 行政書士相談

行政に提出する書類の書き方や、成年後見・会社設立・許認可・契約・在留資格などの相談ができます。

🕒5月12日(水)9時～12時・19日(水)13時～16時 📄当日直接区役所1階1番窓口へ

📍広報相談係

☎️954-6022 📠955-2856

### 区役所以外でもマイナンバーカードを受け取れます

交付は完全予約制。詳細はHPをご覧ください。

🕒5月14日(金)～📍横浜駅西口マイナンバーカード特設センター(西区北幸1-6-1横浜ファーストビル15階)

📍区内在住でマイナンバーカードを郵送やオンラインなどで初めて申請した人

📍横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル

☎️0120-321-590

📠350-8484

横浜市 マイナンバーカード特設センター 🔍検索



### ベランダでもできる! 生ごみを土に変える方法を実演します

プランターで土と生ごみを混ぜ、土を培養土化する「土壌混合法」を実演で紹介いたします。

🕒5月20日(木)10時～11時 📍区役所1階 📄当日直接※既に取り組んでいる人、具体的な実践例をお知らせください。

📍資源化推進担当

☎️954-6096 📠955-3341

### あさひの朝市(毎月第4木曜開催)

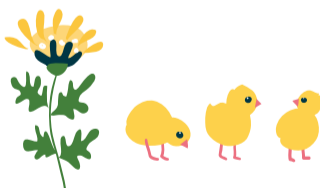
新鮮な旭区産の地場野菜を販売します。

🕒5月27日(木)9時30分～12時30分

📍区役所1階 📄当日直接

📍生涯学習支援係

☎️954-6095 📠955-3341



## 福祉保健

### ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

🕒5月13日・27日(各回木曜)13時30分～16時30分(1回約50分) 📍区役所3階33番窓口 📍市内在住の15歳～39歳の人と家族 📄☎️で下記へ※予約に空きがあれば当日も可

📍子ども・家庭支援相談

☎️954-6160 📠951-4683

### 神経系難病患者交流会「あした会」

身体の調子と運動～体の動かし方の工夫～。

🕒6月3日(木) ①13時30分～14時20分 ②14時40分～15時30分 📍外部特別会議室2(アーバン128ビル3階) 📍患者と家族/①②先着7人 📄理学療法士 📄5月11日9時～☎️

📍高齢者支援担当

☎️954-6191 📠955-2675

### 旭区社会福祉協議会

〒241-0022 鶴ヶ峰1-6-35

「ぱれっと旭」内

☎️392-1123 📠392-0222

### ●善意銀行(2月1日～28日)

次の皆さまから寄付をいただきました。ヨガサークル ロータス、近藤 和義(敬称略)

## 文化

区役所1階

### 今月のるびーぎやらりーのご案内

旭区在住・在勤・在学の個人又は団体の作品を展示しています。ぜひお立ち寄りください。

📍生涯学習支援係

☎️954-6094

📠955-3341

展示日

展示内容

5月18日(火)～24日(月)

絵画展

※最終日は全て15時までとなります。

※都合により、展示時間や内容は変更になる場合があります。

### 横浜旭スタンプックス'21 第23回世界の切手展

🕒6月3日(木)～6日(日)10時～17時(初日は12時～) 📍サンハート

📍横浜旭郵趣会 大橋

☎️📠391-0412



## 今月のぱおぱおるーむ

区役所での手続・健診が済むまで、お子さん(未就学児)をお預かりします。

区役所3階

無料

予約不要

【対象】6歳までの未就学児。定員を超える場合は順番待ちになります。

※閉室となる可能性がありますので、事前にHPなどでご確認ください。

月	開室時間	開催日	受付終了時間
5月	午前開室	11日・18日(各回火曜)	8時45分～12時15分(12時受付終了)
	午後開室	7日(金)・13日(木)・14日(金)・20日(木)・21日(金)・27日(木)	12時15分～15時45分(15時30分受付終了)
6月	午前開室	1日・8日・22日(各回火曜)	8時45分～12時15分(12時受付終了)
	午後開室	4日(金)・10日(木)・11日(金)・24日(木)	12時15分～15時45分(15時30分受付終了)

📍庶務係 ☎️954-6006 📠951-3401

### 1 上白根大池公園の大蛇

昔、上白根大池公園は大きな池になっていて、この池で成長した大蛇が村人を困らせていました。人々は池に焼いた石を投げ入れて大蛇をおびき出し、退治しました。その後、大蛇のお墓を作り供養することで、平穏さを取り戻したそうです。



▼上白根大池公園(上白根町910-3)



今はログハウスや遊具がある楽しい公園だよ!

### 2 大池のカッパ

明治時代のある夏の日、子どもたちが大池に寄り道をして、水の中に飛び込み遊んでいました。ところが、1人だけ水の中から出てきません。しばらくたって、その子が尻子玉\*をカッパに取られて浮かび上がってきました。それ以来、大池のカッパが子どもを引きずり込んで尻子玉を抜くといううわさが広がりました。



▲こども自然公園の大池(大池町65-1)

\*尻子玉とはお尻の中にあると想像された架空の臓器。これを取られると心が病んでしまうといわれています。

カッパのお話がたくさんあるんだね

### 3 帷子川のカッパ

200年ほど前、今宿から鶴ヶ峰の付近に村人に農さをするという親子3匹のカッパが現れ、畑の中で作物を食べ荒らしていました。そこを村人に見つかり、父さんカッパが捕まって桑の木にくくりつけられてしまいました。



▲帷子川(今宿~鶴ヶ峰周辺)



その夜、村人が様子を見ると、母子のカッパが、父さんカッパを逃がそうと縄をほどいていました。かわいそうに思った村人はそれを見逃してあげました。次の夜、カッパはお礼として福を呼ぶ黄色の皿を置いていったそうです。

あさひくんと行く!



# 民話を巡る旅

旭区には大切に語り継がれてきた民話がたくさんあります。あさひくんと一緒に、旭区の歴史を感じてみませんか。

出典：旭区郷土史刊行委員会(1980)『旭区郷土史』  
大菊 一太郎(1984)『あさひ区内散見』

☎ 広報相談係 ☎ 954-6023 ☎ 955-2856



今回登場したお話の場所だよ

☞で旭区の民話を紹介しています。掲載したお話の全文を読むことができます。

横浜市旭区 民話 検索



ほかにも面白いお話がたくさん!

### 4 白根不動の龍

まだ白根のお不動様が池に囲まれていたころ。村人が白根橋で休んでいると、橋の下からザザーツという大きな音が聞こえてきます。びっくりして橋の下を見ると、大きな龍が音を立てて、中堀川の清流を白根不動に向かって泳いでいたのです。後を追うと、お不動様の脇にある清水の中で、ジュンサイ(水草)をおいしそうに食べていました。食べ終わった龍は、中堀川を下り帷子川を通過して、峯の円海山(磯子区)の方へ向かって行ったそうです。



▲白根不動尊裏手の洞窟(白根3-26-1)

龍がいたら、びっくりしちゃうね



### 5 キツネに化かされた話

昭和の初め、市の沢の熊野神社のそばに住む人が病気になる。医者から「鳥のガラを食べさせてみなさい」と言われました。そこで、その父親は鳥のガラを買いに行きました。その途中、前を歩く美しい娘の後ろ姿に見とれて歩かうちに、何かにつまずいて転んでしまい、買ったばかりの鳥のガラを何者かに盗まれてしまいました。このようにキツネに化かされる人が多かったため、この辺りを通る人たちは、肉や魚をしっかりと握りしめ、用心して歩いたのだそうです。

キツネに取られる前に食べちゃうぞ!



▲熊野神社(市沢町806)



## 紙芝居でみんなを笑顔に

### 紙芝居ボランティア「としょくん」

定年後に紙芝居ボランティアを始めて13年、昔懐かしい街頭紙芝居風の紙芝居で、多くの皆さんに、昔話を中心に楽しんでいただいています。自作の横浜市・旭区の民話紙芝居は、お子さんにもとより高齢の皆さんにもとても好評です。紙芝居の後、お子さんからは「大池に本当にカッパはいるの?」「今度行ってみよう!」という声があり、ご高齢の皆さんは「子どもの頃近くに住んでいたよ」「懐かしいね」「初めて聞いたよ」と笑顔でお話しくれます。「民話って人の心を幸せにする、良いな」と感じています。



▲「としょくん」こと渡辺 利雄さん 旭図書館や老人ホーム、障害者施設など様々な場所で活動されています。

紙芝居で民話を楽しもう!



「としょくん」のブログ



☞で紙芝居の動画を紹介します。「としょくん」の作品も掲載。



▶マークの凡例は7ページをご覧ください

【重要事項】行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

こんにちは  
**あさひ図書館**です

〒241-0005 白根4-6-2 ☎953-1166 ☎953-1179

**休館**  
5月25日(火)～27日(木)  
※HPなどでご確認ください。

コロナ禍で、親戚や知人とのやりとりをウェブ上で行うことが普及してきました。とはいえ、やはり昔ながらの手紙をもらったら、嬉しい気持ちになる人も多いはず。今回は、手紙が重要な役割を果たす2冊をご紹介します。

**とんことり**

筒井 頼子/さく 林 明子/え 福音館書店(1989年刊)

引っ越してきたかなえ。お父さんとお母さんは荷ほどきで忙しくしています。そのとき、「とんことり」玄関の方で小さな音がしました。かなえが見に行くと、郵便受けの下にすみれの花束が落ちていました。また別の日には、「ともだちはいいです とてもうれしいです まっています」というお手紙が。さあ、かなえは新しい友達に会えるのでしょうか？



**王への手紙 上・下**

トンケ・ドラフト/作 西村 由美/訳 岩波書店(2005年刊)

ある夜、騎士になるための儀式を行っていたティウリは、突然手紙を届けるよう見知らぬ男に頼まれました。その手紙は、大山脈を越えた隣国の王へ届けなければならない重要な便りですが、ティウリには何が書いてあるのか分かりません。ティウリは謎の敵に命を狙われ、秘密裏に険しい旅を続けます。途中で助けてくれる人々や生涯の友と出会い、ティウリは手紙を届けるために奮闘します。



**こどもおはなし会**

絵本の読み聞かせ・紙芝居など。

☎5月16日(日)11時～ ☎3歳～(親子で参加可) / 先着6組 ☎当日直接

**図書検索機使い方相談**

図書検索機の使い方を個別にお教えます。

☎5月19日(水)10時～11時30分 ☎初心者 ☎開催時間内随時受付

**親子で楽しむおはなし会**

わらべうたと絵本の読み聞かせなど。

☎5月20日～6月17日の毎週木曜(5月27日を除く) ①10時30分～②11時10分～ ☎3歳以下の乳幼児と保護者 / 各回先着6組 ☎実施日の1週間前(6月3日実施分は5月28日)～ ☎か直接

**パネル展示「心ゆさぶる さし絵の世界」**

2020年に創刊70周年を迎えた岩波少年文庫のパネル展示を行います。展示本の貸出も行います。

☎5月28日(金)～6月30日(水) ☎当日直接

**移動図書館のご案内**

巡回予定(荒天中止)  
☎中央図書館サービス課  
☎262-0050 ☎231-8299

場所	日程	時間
左近山ショッピングセンター 南側広場(左近山16-1)	5月12日・26日、6月9日(各回水曜)	10時～11時
中希望が丘第五公園(中希望が丘202-18)	5月20日、6月3日(各回木曜)	15時15分～16時
中沢町公園(中沢3-37)	5月19日、6月2日(各回水曜)	10時～10時50分

**区民利用施設**

休館日の表示は原則です。開館状況については、事前にHPなどでご確認ください。

**旭区民文化センター サンハート**

〒241-0821 二俣川1-3二俣川ライフ5階  
☎364-3810 ☎391-6930  
☎sunheart@sunheart.info

- 読み聞かせサポーターによるおはなしかい  
☎5月20日(木)10時30分～ ☎未就学児と保護者 ☎当日直接
- イロトリドリのアリッシュ・ミュージック  
☎6月5日(土)14時～(45分前開場) ☎先着150人 ¥一般1,500円、高校生以下1,000円(当日各200円増し)、2歳以下膝上無料 ※全席自由 ☎tricolor ☎詳細はサンハートへ

**男女共同参画センター横浜「フォーラム」**

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1  
☎862-5052 ☎865-4671  
HP https://www.women.city.yokohama.jp/y

- ベビーヨガ&産後のアーユルヴェーダ(全2回)  
☎6月8日・15日(各回火曜)10時～11時30分 ☎産後2か月～1年の女性と赤ちゃん / 先着16組 ¥3,200円(2回分。乳児1人1日分の保育料含む) ☎5月15日～HP
- わたしらしく生きる～わたしのからだをもっと好きになる!～  
☎6月26日(土)13時30分～15時30分 ☎先着200人 ☎鈴木 明子さん(プロフィギュアスケーター) ☎5月19日～HP ☎か ☎(862-5050)
- 初めて人を雇う時の基礎知識  
起業家向けの労務ルールの初歩講座。  
☎7月17日(土)10時～11時30分 ☎女性 / 先着22人 ¥1,200円 ☎5月29日～HP ☎か ☎又は直接

**こども自然公園 青少年野外活動センター**

〒241-0834 大池町65-1  
☎811-8444 ☎812-5778  
HP http://www.yspc.or.jp/kodomo\_yc\_ysa/

- 自然を写そう! デジカメテクニックB  
☎7月3日(土)9時30分～12時 ☎小学5年生～ / 抽選10人 ¥1,000円 ☎5月21日～6月4日(消)で ☎に ☎重要事項・☎を記入しセンターへ(HPからも申込み可)

**本村スポーツ会館**

〒241-0024 本村町15  
☎365-1820 ☎442-7920  
休館 第2月曜(祝日は翌日)

- 介護予防講座 I 三味線体操(二俣川地域ケアプラザ共催)  
懐かしい歌を聴きながら介護予防体操をします。  
☎6月30日(水)10時～11時 ☎高齢者 / 先着30人 ☎5月17日9時30分～31日に直接(☎12時30分～)

**老人福祉センター横浜市福寿荘**

〒241-0005 白根2-33-2  
☎953-5315 ☎953-5317  
休館 毎月最終火曜

- ※ ☎5月11日～20日(着)で ☎(☎重要事項と ☎を記入)か直接
- 看護師による健康相談  
☎5月20日(木)13時～14時 ☎60歳～ ☎当日直接
- 歌声ひろば  
☎5月27日(木) ①9時45分～11時②11時15分～12時30分 ☎60歳～ / ①②先着13人 ☎当日直接
- イスを使ってストレッチ  
☎6月1日(火)11時15分～12時15分 ☎60歳～ / 先着22人 ☎タオル・飲み物 ☎当日直接
- ふれあいサロン「福寿の会」  
☎6月1日(火)13時～14時30分 ☎60歳～ / 先着15人 ¥100円 ☎当日直接
- 運動機能アップ体操(全10回)  
☎6月～10月の第1・3月曜9時30分～11時30分 ☎60歳～ / 抽選15人 ¥500円(10回分) ※
- フェルデンクライスメソッド(全10回)  
☎6月～10月の第2・4金曜9時30分～11時30分 ☎60歳～ / 抽選15人 ¥500円(10回分) ※

**上白根コミュニティハウス**

〒241-0001 上白根町233-6  
☎954-1691 ☎954-1692  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

- 大人のリラクセスストレッチ  
☎5月19日(水)10時～11時30分 ☎先着20人 ¥400円 ☎動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物・ヨガマットかバスタオル ☎当日直接

以下広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。

●脳を鍛える!

インナーマッスル体操

📅6月3日(木)13時~14時30分 📍先着20人 ¥400円 🕒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申当日直接

●パソコン個人相談室

📅6月14日(月)①13時30分~14時30分②14時40分~15時40分 📍①②先着4人 ¥500円(1回分) 申5月11日~ ☎か直接

鶴ヶ峰コミュニティハウス

〒241-0021 鶴ヶ峰本町1-16-1  
☎953-2313 ☎489-5966  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

※申5月11日10時~☎

●健康マージャンサロン

📅5月16日~6月6日の毎週日曜9時~15時30分 📍抽選3組 申詳細は施設へ

●ちびっこランド

和室でゆったり遊べます。

📅5月16日~6月6日の毎週日曜9時~16時 📍未就学児と保護者 持おもちゃ 申当日直接

●シニア世代の姿勢改善

体幹トレーニング(全5回)

📅6月1日~7月6日の毎週火曜(6月15日を除く)①9時30分~10時30分②11時~12時 📍60歳~/①②先着10人 ¥1,500円(5回分) ※

●生活お役立ち講座②

初めてのスマホ教室

スマホを1人1台貸し出します。

📅6月2日(水)10時~12時 📍スマホを持っていないシニア/先着16人 ※

●夏のバッグ作り(全4回)

2色から選べます。

📅6月16日~7月7日の毎週水曜13時30分~15時30分 📍先着10人 ¥2,000円(4回分) 申5月20日10時~☎

東希小コミュニティハウス

〒241-0826 東希望が丘155  
☎363-2889 ☎489-3102  
休館 火曜・金曜

●リンパマッサージ

📅6月17日(木)10時~11時30分 📍先着15人 ¥200円 申6月3日~14日に直接(☎5日~)

市沢地区センター

〒241-0014 市沢町9  
☎371-6662 ☎371-6663  
休館 第4月曜(祝日は翌日)

●ギター体験会

📅6月1日(火)10時~11時 📍先着10人 ¥500円 申5月11日10時~25日に直接(☎翌日~)

●ドローン講座(全3回)

📅6月5日~19日の毎週土曜13時~14時30分 📍小学生~(小学3年生以下は保護者同伴)/先着12人 ¥1,200円(3回分) 申5月15日10時~29日に直接(☎翌日~)

●初めてのパン作り(全4回)

📅6月11日・25日、7月9日・30日(各回金曜)10時~13時 📍先着12人 ¥2,500円(4回分) 申5月21日10時~6月4日に直接(☎翌日~)

●季節のパッチワーク②(全3回)

📅6月14日・21日、7月5日(各回月曜)13時~15時30分 📍先着16人 ¥2,000円(3回分) 申5月25日10時~6月7日に直接(☎翌日~)

●季節のポーセリン「夏の食器」

📅6月24日(木)10時~12時 📍先着16人 ¥1,200円 申6月3日10時~17日に直接(☎翌日~)

今宿地区センター

〒241-0813 今宿町2647-2  
☎392-1500 ☎392-1501  
休館 第2月曜(祝日は翌日)

●フリーアドバイス バドミントン

📅5月16日(日)①9時15分~10時15分②10時15分~11時45分(①②15分前受付) 📍①初心者・初級②中・上級/①②先着20人 ¥100円(1回分) 🕒上履き・ラケット 申当日直接

●フリーアドバイス 卓球

📅5月22日(土)12時20分~14時40分 📍小学生~/先着16人 ¥100円 持上履き・ラケット 申当日直接

希望が丘地区センター

〒241-0825 中希望が丘145-4  
☎361-0424 ☎361-0437  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

※申5月11日~直接(☎翌日~)

●大好き! 台湾料理 (台湾屋台ご飯を楽しむ)

📅5月24日(月)①10時~12時45分②13時45分~16時30分/①②先着8人 ¥1,200円(1回分) ※

●初心者のためのパソコン相談塾

📅5月27日(木)①13時30分~14時30分②14時40分~15時40分 📍パソコンを持参できる人/①②先着4人 ¥500円(1回分) ※

●親子でじゃが芋収穫祭

📅6月20日(日)①13時30分~14時20分②14時30分~15時20分 ※雨天時は27日(日)に延期 📍親子/①②先着10組 ¥300円(1回分) ※

●初めてのデッサン(全4回)

📅6月29日、7月13日・27日、8月3日(各回火曜)12時30分~14時30分 📍先着12人 ¥4,000円(4回分) ※

白根地区センター

〒241-0005 白根4-6-1  
☎953-4428 ☎953-4461  
休館 第2月曜(祝日は翌日)

※☎10時~

●さわやかスポーツ

ボッチャ、インディアカなど。

📅5月18日(火)9時30分~11時30分 📍先着30人 ¥50円 🕒動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 申当日直接

●はじめてのピラティス(全3回)

📅6月3日(木)・18日(金)、7月2日(金)10時~11時 📍先着10人 ¥1,200円(3回分) 申5月11日~29日に直接※

●ナイトリラックス体操(全2回)

📅6月3日・17日(各回木曜)18時30分~19時30分 📍先着10人 ¥800円(2回分) 申5月13日~29日に直接※

●リラックス健康体操(全2回)

📅6月10日・24日(各回木曜)①9時20分~10時10分②10時40分~11時30分 📍①②先着10人 ¥800円(2回分) 申5月13日~31日に直接※

●シェイプアップヨガ(全2回)

📅6月11日・25日(各回金曜)12時30分~13時45分 📍抽選30人 ¥800円(2回分) 申5月11日~22日に☎

●父の日のプレゼント

~キーホルダーづくり~

📅6月20日(日)10時~11時30分 📍小学生/先着10人 ¥300円 申5月15日~6月6日に直接※

都岡地区センター

〒241-0031 今宿西町292-2  
☎953-7211 ☎953-7209  
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●父の日のプレゼント

ソープカービングを贈ろう。

📅6月20日(日)10時~11時 📍4歳~小学生/先着10人 ¥500円 申5月11日~6月10日に直接

若葉台地区センター

〒241-0801 若葉台3-4-2  
☎921-2213 ☎921-2225  
休館 第4月曜(祝日は翌日)

●わかばこどもおはなしかい

📅5月15日(土)10時30分~11時 📍未就学児と保護者/先着5組 申当日直接

●バドミントン教室

📅5月15日(土)15時~17時(15分前受付) 📍小学生~/先着15人 ¥200円(小学生100円) 申当日直接

●DIY 小物入れ付きツール作り

📅5月29日(土)10時~12時30分 📍先着11人 ¥1,800円 申5月11日10時~直接

●チョットヨッテミテ座

笑って元気寄席

横浜市職員落語愛好会による寄席。

📅6月5日(土)13時30分~14時30分 📍中学生~/先着14人 申当日直接

●マタニティ&ベビーピラティス

📅6月17日(木)10時30分~11時30分 📍安定期の妊婦、生後1か月~1歳未満の赤ちゃんと保護者/先着4組 ¥500円 申5月20日10時~直接

●バイオリンコンサート

📅6月26日(土)14時~15時 📍抽選50人 ¥200円 申6月5日9時30分~9日17時に☎か直接

●リフレッシュ体操

上級コース2期(全12回)

📅7月~10月1日の毎週金曜(7月30日、9月10日を除く)10時30分~11時30分 📍抽選50人 ¥6,000円(12回分) 申5月28日9時30分~6月3日17時に☎か直接

●ヨガ2期(全6回)

📅7月~9月の第1・3水曜①9時45分~10時35分②10時45分~11時35分 📍60歳~/①②抽選14人 ¥3,000円(6回分) 申6月8日9時30分~14日17時に☎か直接



以下広告スペースです。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。

健診などのご案内

◆原則として5月11日～6月10日の健診などを掲載しています ◆有料表示のないものは原則無料です ◆市外居住者は受診できません ◆予約制の予約開始時間は8時45分です ◆詳しくは電話でお問い合わせください ◆掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際にはお問い合わせください

種類	日時	会場	内容・費用など
●健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713 ●			
乳幼児食生活健康相談 予約制	6月2日(水)	9時～11時	子どもの食生活に関する相談(30分程度) 〈申込み〉5月11日～
離乳食教室 予約制		午後 (時間は予約時に説明)	栄養士の話と実演 〈対象〉7～8か月児と初めて育児をする保護者 〈定員〉先着20組 〈申込み〉5月11日～
ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室 予約制	6月25日(金)	午前 (時間は予約時に説明)	むし歯予防の話・歯磨きの方法など 〈対象〉2020年4月～8月生まれのお子さん と保護者 〈定員〉先着16組 〈申込み〉5月11日～
生活習慣病予防相談 予約制	5月13日、6月10日 (各回木曜)	9時～11時	食生活健康相談…高血圧、糖尿病などの予防のための食生活相談 生活習慣病・メタボリックシンドローム相談…保健師による個別相談(30分) 禁煙相談…保健師による個別相談(30分) 〈申込み〉随時
	5月25日(火)	13時～15時	
肺がん検診 予約制 ※1※2※3	6月29日(火)	午前 (時間は予約時に説明)	〈対象〉40歳以上 〈費用〉680円(X線) 〈申込み〉5月11日～21日

※1 市内の実施医療機関でも、横浜市がん検診(肺・胃・大腸・乳・子宮・前立腺(PSA検査))を行っています。 ※2 他で受診機会のない人が対象です。  
 ※3 料金が無料になる人(持参するもの)…①2022年4月1日時点で70歳以上の人(保険証)②後期高齢者医療制度被保険者(後期高齢者医療被保険者証)③生活保護受給者(休日・夜間等診療  
 依頼証)④受診日の属する年度の、前年度の市県民税が非課税世帯(同一世帯の全員が非課税)又は均等割のみの世帯の人は事前に健康づくり係で手続きが必要です。その他の無料になる人の条件は、広報よこはまあさひ区版 3月号 保存版(福祉保健センターからのお知らせ)に掲載。

●こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683 ●

乳幼児健診	4か月児	5月14日・21日、 6月4日(各回金曜)	時間は個別通知をご覧ください。	区役所 3階	詳細は個別通知をご覧ください。
	1歳 6か月児	5月11日・18日、 6月1日・8日(各回火曜)			
	3歳児	5月13日・20日・27日、 6月10日(各回木曜)			
乳幼児歯科相談・ 妊産婦歯科相談 予約制		5月28日(金)、 6月29日(火)	13時30分～ 14時45分		〈乳幼児〉0歳児～未就学児の歯科健診、歯科相談、歯磨きのアドバイスなど 〈妊産婦(妊娠中・産後1年未満の人)〉歯科相談 〈申込み〉随時

●子育て支援担当 ☎954-6150 ☎951-4683 ●

母親教室(全3回) 予約制	6月1日(火)・ 8日(火)・12日(土)	平日:14時～16時 土曜:9時30分～ 11時30分	区役所 3階	妊娠・出産・育児の学習を行います。※原則として初産婦を対象 〈申込み〉随時 <a href="#">横浜市旭区 母親教室</a> <a href="#">検索</a>
------------------	--------------------------	-----------------------------------	-----------	--

子どもについての相談は「子ども・家庭支援相談」へ ☎954-6160 ☎951-4683 ■保健師、学校カウンセラー、保育士など

### よこはま動物園

## ズーラシア だより

Vol.161

〒241-0001 上白根町1175-1  
☎959-1000(総合案内所)  
[ズーラシア](#) [検索](#)

5月11日～6月10日の休園  
毎週火曜

土日・祝日の入園には整理券の事前予約が必要です。  
[こちらから](#)

今月のズーラシアグッズ

セズジキノポリカンガルーXL

5月のおすすめ

大うんち展

うんちから見る動物たちの世界! 動物の食性やうんちが学べるパネルと、うんちの標本を展示します。  
開催中～5月31日(月) [ホッキョクグマ水中ビュー](#)  
当日直接

ズーラシアどうぶつ ZOO む・アツプ

### セズジキノポリカンガルー

名前の通り木の上で生活するカンガルーで、パプアニューギニアに生息し、木の葉を主食としています。日本ではズーラシアで見ることができません。

2020年12月にドイツのフランクフルト動物園から「ジャヤ・メイ」(メス・9歳)が来園しました。食欲旺盛で、すぐに日本の野菜や木の葉を食べました。ハンモックが大好きで、上に乗ってくつろいでいる姿がよく見られます。今後は、「モアラ」(オス・8歳)と繁殖を試みる予定です。

ズーラシアでは「タニ」(メス・14歳)も含め3頭飼育していますが、背中と尾の模様が3頭で異なり、後ろ姿だけでどの個体か分かります。

暖かい時期にはとても活発ですので、ぜひ3頭に会いに来てください。



ハンモックでくつろぐジャヤ・メイ

5月のおすすめ

大うんち展

うんちから見る動物たちの世界! 動物の食性やうんちが学べるパネルと、うんちの標本を展示します。  
開催中～5月31日(月) [ホッキョクグマ水中ビュー](#)  
当日直接

※写真はイメージです

旭区地域子育て支援拠点 ☎241-0821 二俣川1-67-4  
☎442-3886 ☎442-3896  
[旭区ひなたぼっこ](#) [検索](#)

休館日: 毎週日曜・月曜・祝日(月曜が祝日の場合は火曜休館)

「ひなたぼっこ」は親子で自由に遊べる広場です。子育ての相談をしたり、子育てに関する様々な情報を入手できる場所としても利用できます。また、子育て支援に関わる団体のチラシなどを収集し提供しています。

専門相談員による相談は、事前予約制です。予約方法などは[HP](#)又はチラシでご確認ください。

イベント		日時・内容	
専門相談	助産師	5月18日(火) 13時～14時30分	普段気になっているちょっとした心配事をお話してみませんか?
	心理士	5月14日(金)・26日(水) 9時45分～11時15分	

**横浜子育てサポートシステム**

「お子さんを預けたい人(利用会員)」と「お子さんを預かる人(提供会員)」が会員登録し、地域ぐるみで子育てを支えあう活動です。条件の合う近隣の会員との出会いをサポートします。☎442-3038

**横浜子育てパートナー**

子育て期の悩み事の相談や、子育てに関する情報を提供します。電話でも受け付けています。  
☎489-6170 火～土曜(9時30分～16時)

