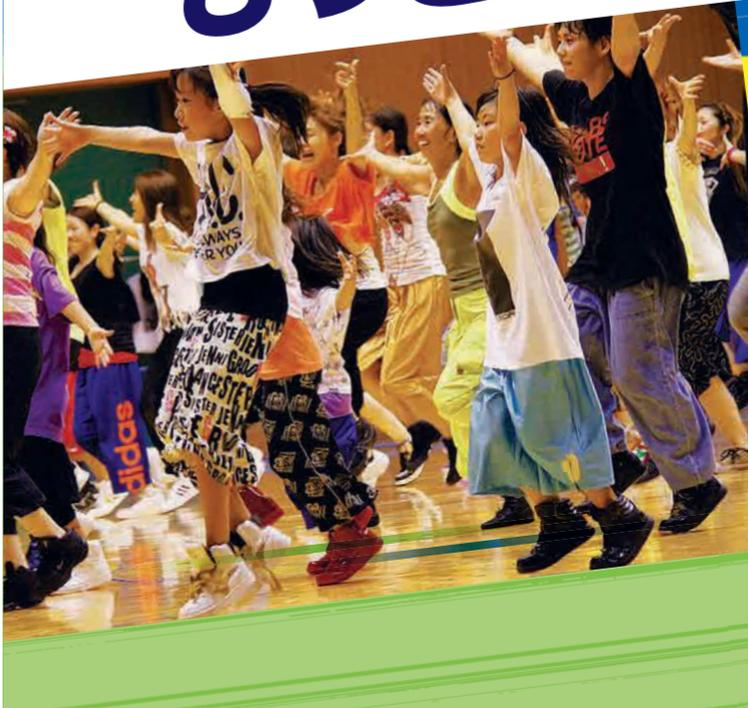




もっとスポーツを楽しもう！



だい 第3期 **スポーツ推進計画**が
すいしんけいかく
できました

よこはま 横浜には、やきゅう 野球、サッカー、ラグビー、バスケットボールなど、たくさんのスポーツチームがあります。トップチームのゲームを見る機会も多いです。『「スポーツ環境」に関する都市ランキング*』は、スポーツを「する」「みる」「ささえる」の3つの見方で分析したもので、よこはま 横浜が日本で総合1位になりました。東京2020オリンピック、ラグビーワールドカップ2019™、2002FIFA

ワールドカップ™は世界三大スポーツ大会といわれていますが、その三つの決勝会場をもつ都市は、世界でよこはま 横浜だけです。これまで、市民のみなさんとオール横浜で大会を成功させてきました。その経験とノウハウは、とても大切なレガシーとして伝わっています。

スポーツには、みんなに夢や希望を与えて、心をつなぐ力があります。関係者のみなさんと力を合わせて、だれでもスポーツに親しめる環境をととのえ、にぎわいをつくり出して、「スポーツ都市横浜」を実現していきます。

きびしい暑さが続いています。じゅうぶんな休憩と水分をとって、体調に気をつけながら、夏のスポーツを楽しんでください。新型コロナウイルスの新規感染者もまたふえています。大切な人と私たちの日常をまもるために、これからもしっかりと基本的な感染防止対策をしてください。



よこはま 市長 やまなか たけはる
横浜市長 山中竹春

*かぶしきがいしゃ の むらそうごうけんきゅうしよちよう さ
※株式会社野村総合研究所調査（2022年）より

もっとスポーツを 楽しもう！

暑い夏です。体を動かすことが少なくなって、運動不足になっていませんか。2021年に市が行った調査では、週に1回以上スポーツをする成人の割合は59.5%でした。スポーツは、健康を高めたり、リフレッシュしたりして、私たちの心と体により効果をもたらしてくれます。

少しずつ何回も休憩して、水分をとって、熱中症に気をつけながら、スポーツのすばらしさを味わってみませんか。

- 地域経済を元気にする
市民の活力をつくる
- 健康寿命をのばして
医療・介護の費用を減らす
- 多様性をみとめ合う
意識を強める

スポーツ都市横浜をめざします

- 心と体を健康にそだてる
体力を高める
- 地域コミュニティを元気にする

第3期横浜市スポーツ推進計画が できました

- 目標 1**
スポーツを通じて健康を高める
- 目標 2**
スポーツを通じてみんながいっしょに生きる社会をつくる
- 目標 3**
スポーツによってにぎやかな町をつくる

横浜市では、スポーツを「する」「みる」「ささえる」の3つの点から、年齢も性別も、障害のあるなしも、国籍も関係なく、だれでもがスポーツに親しめるようにと取り組んでいます。

する



写真提供:公益財団法人横浜市スポーツ協会



ハマスポ
横浜スポーツ
情報サイト

スポーツについての情報がいっぱい！スポーツ教室、イベント情報、スポーツ施設のほか、「ハマスポエクササイズ」では、自分の家で気軽にできるストレッチなどを動画で紹介しています。

ハマスポ [検索](#)

みる



横浜市には、13のトップスポーツチームがあります。一流のプレーを見て、スポーツの魅力を感じてみませんか。

横浜スポーツパートナーズ [検索](#)



※Y.S.C.C.はサッカーとフットサルの2チームがあります。

ささえる



© Shugo TAKEMI/2022 Yokohama Triathlon

スポーツイベントのボランティア情報をたえています。スポーツボランティア活動のすばらしさをぜひ体験してみませんか。

また、地域では、スポーツ推進委員が活動しています。

横浜市スポーツボランティアセンター [検索](#)

ミニコラム

スポーツ(sport)は、ラテン語で「気晴らしをする」「楽しむ」「遊ぶ」という意味の「deportare(デポルターレ)」から来た単語とされています。横浜市では、勝敗や記録で競争するものだけでなく、体を動かす遊びやレクリエーション、散歩やウォーキング、健康づくり・介護予防のためのトレーニングや体操など、自分から楽しんで体を動かすことすべてをスポーツとしています。

「第3期横浜市スポーツ推進計画」は、ウェブページにのっています。それぞれの区役所の広報相談係などでもうけとれます。



横浜市 スポーツ推進計画 [検索](#)

学生が、環境のために できることを考えてみました

「YOKOHAMA 未来デザイン部」ができました。市内に住んでいる高校生、市内の学校に通う高校生が、持続可能な開発目標(SDGs)をよく理解して実際に行動し、横浜を「持続可能なまち」に変えていきます。ヨコハマSDGsデザインセンターといっしょに、SDGsのとりにくみを行っていきます。

YOKOHAMA 未来デザイン部

自分たちができること

自転車を使ったり歩いたりして移動し、健康で環境によい横浜のまちをめざす

リユース、リサイクルを心がける

使い捨てよりマイ〇〇を選ぶ

LED電球を使う

節電・節水を心がける

食品ロスを出さない

エアコンの使い方を工夫する
(温度を調節して電気をあまり使わずに、暑さをがまんしないで生活する)



ヨコハマSDGsデザインセンター [検索](#)

Zero Carbon Yokohamaを知っていますか？

横浜市は、SDGs未来都市に選ばれて、2050年までの脱炭素化「Zero Carbon Yokohama」を宣言しました。さらに、2022年には2030年の温室効果ガス削減目標を2013年度とくらべて50%に引き上げることになりました。



「Zero Carbon Yokohama」の実現のために、自分たちができることを実行していこう！



SDGs未来都市・横浜

横浜市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

みんなのおうちに太陽光

たくさんの方が参加するほど、おトクに太陽光発電設備を買える共同購入キャンペーンです。みつもりを見てから、本当に買うかどうか決めることができます。まずは無料の参加登録をしてみませんか。
【参加登録】8月31日(水よう)まで

横浜市 みんなのおうちに太陽光 [検索](#)



【きくところ】**温暖化対策について** TEL: 045-671-2661 FAX: 045-663-5110
SDGsについて TEL: 045-671-4371 FAX: 045-663-5110
みんなのおうちに太陽光について [かながわ みんなのおうちに太陽光キャンペーン事務局](#) TEL: 0120-216-100(月~金よう(祝日・休日はお休み)10:00~18:00)

新型ウイルス感染症についての情報

住民税非課税世帯などにたいする臨時特別給付金

2022年度の住民税がかからない世帯に、7月15日から順番に申請書(確認書)を送っています。必要なことを書き入れて、返送してください。世帯の中に横浜市の外から転入した人がいる場合は、「申請書(転入用)」をウェブページからダウンロードしてもうしこんでください。区役所の申請サポート窓口でも用紙がもらえます。

【あてはまる世帯】下のぜんぶにあてはまると、お金がもらえます。

- ✓ 全員が2022年度住民税均等割が非課税である
- ✓ 住民税課税者の扶養をうけている人だけではない
- ✓ この給付金をうけとった世帯主がいない

【支援金額】1世帯に10万円

【もうしこみのしめきり】10月31日(月よう)まで(必ずそれまでにとどくように送ってください)

横浜市 住民税非課税 給付金 [検索](#)

特殊詐欺や個人情報をめすもうとする詐欺に注意してください

【きくところ】横浜市非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター
 TEL: 0120-045-320(月~金よう(祝日・休日はお休み)9:00~19:00)
 FAX: 0120-303-464

暑い季節の感染症対策

- 体のぐあいが悪いときは、出かけないようにしましょう。
- 会話をするときは、必ずマスクをして、手洗いや手や指の消毒、換気をしっかり実行しましょう。
- 熱中症予防のため、暑い日に外で、近くで会話をしないときには、マスクをしなくてもいいです。

4回目ワクチン接種 自分が接種できるかどうか確認して、早めに接種をうけることを考えてください

重症化をふせぐのが目的なので、どんな人が接種をうけるか決められています。

接種できる人	新型コロナウイルスに感染すると、基礎疾患がある人のほかに、 高齢の人、妊娠している人、たばこをすう人、運動不足の人なども重症化しやすいとされています。 (厚生労働省ウェブサイトより)
60歳以上 全員	
18歳以上 59歳以下	● 基礎疾患(=もともとの病気)がある人 ● 重症になるリスクが高いと医師がみとめる人

4回目接種について、相談できる医師がいる人はその医師に相談してください。相談できる医師がいない人は、接種の前の予診のときに、そこで相談してください。
 ※7月12日時点の情報をもとにしています。国の方針などが変わった場合には、内容が変わることがあります。

よこはまシニア通信

10月1日から敬老パスを使うための手続き

10月から敬老パスはICカードに変わります



専用の読取機と取付位置のイメージ

手続きのながれ

7月までに敬老パスの
もうしこみをした人*

- 負担金をはらう人=①9月初めまでに納付書が送られてきます。②納付書のうらに書いてある銀行などで、しめきりまでに負担金をはらってください。③お金をおさめたことを確認したら、すぐに、ICカードまたは、有効期間更新通知を送ります。
- 負担金をはらわなくてもいい人=①9月終わりまでに、ICカードまたは、有効期間更新通知)を送ります。

*有効期限が2022年9月30日の敬老パスをうけとったときに、2022年10月1日から使える敬老パスをもうしこんだ人も同じです。

新しくもうしこみたい人

下の問合せダイヤルで書いてください。申請書を送ります。

注意

- 負担金をおさめるしめきりは、納付書といっしょに来る案内に書いてあります。
- 負担金をおさめるしめきりをすぎると、10月1日からのICカードの利用にまにあわないかもしれません。
- 10月1日から使えるICカードの敬老パスは、郵便局ではもらえません。
- といあわせの電話をかけるときは、番号をまちがえないようにしてください。

【きくところ】横浜市敬老パス問合せダイヤル TEL: 045-394-3105(毎日8:00~19:00) FAX: 045-620-7935

敬老特別乗車証(敬老パス)とは?

市内の路線バス(市営・民営)、市営地下鉄、金沢シーサイドラインが利用できる乗車証です。市内に住んでいる70歳以上で、希望する人にわたしています(所得などによって、負担金をはらわなければいけません)。

横浜みなと博物館がリニューアルオープン

VRシアターやガントリークレーンシミュレーターなど、体験できる新しい展示も始まりました。柳原良平アートミュージアムの作品も新しくなり、「柳原良平が描く横浜の港の風景」を特集しています。

きくところ
帆船日本丸・横浜みなと博物館
TEL: 045-221-0280
FAX: 045-221-0277



横浜みなとみらいホール

リニューアルオープン式典・記念演奏に
市民を無料で招待します

【日時】10月21日(金)18:00~19:00

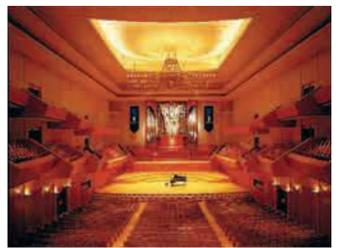
【会場】横浜みなとみらいホール 大ホール(西区みなとみらい2-3-6)

【人数】抽選600人

【もうしこみのしめきり】8月31日(水)その日のスタンプがあればOKです

【もうしこみかた】

ウェブ 右の二次元コードからもうしこんでください。



①~⑥の必要なことと、⑦~⑨の希望があれば書いて、郵送してください。

おふく
往復
はがき

- 必要なこと
 - ①郵便番号 ②住所 ③名前(ふりがな) ④電話番号
 - ⑤人数(2人まで)
 - ⑥横浜で働いている人や横浜の学校に通っている人は、勤務先・学校名
- 希望
 - ⑦手話・筆記通訳
 - ⑧6か月~入学前の子どもの保育(年齢・人数)
 - ⑨車いすなどで来ること
- あてさき宛先
 - 〒220-6218 西区みなとみらい2-3-5
 - クイーンズタワーC18階 株式会社 オフサイド

第三管区海上保安本部からのおねがい

海で泳ぐときは、ライフセーバーや監視員がいる海水浴場で泳ぎましょう。また、海で安全に遊ぶための知識をウェブページでよく見ておきましょう。

ウォーターセーフティガイド

検索



【きくところ】

無料招待について 式典・記念演奏受付窓口 TEL: 045-263-6926 FAX: 045-661-0604
施設について 文化観光局文化振興課 TEL: 045-671-3714 FAX: 045-663-5606

