

ここから南区版 ▶ 5~12ページ

# みなみ

# 2

月号

NO.292



目次

- みなみPick up!・連載 ..... 6・7
- 特集 ..... 8・9
- みなみ掲示板 ..... 10・11・12
- 福祉保健センターから ..... 12



感染症予防には、手洗いの徹底、マスクの着用、3密の回避など、基本的な対策が重要です。

／カサカサカサ...／

／チュウチュウ／

電気コードにかじられた跡があったわ。

集積場所のごみ袋にも穴があいていたし...もしかして...

まさか我が家に!?!

**特集** **ネズミを増やさない環境をつくりましょう**

詳しくは8・9ページへ

みなみ Pick up!

## みなみく 商店街 & 防災フェスタを開催します!

☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 ☎ 341-1240 ☎ 防災担当 ☎ 341-1225 ☎ 241-1151

区内の商店街が一堂に集結し、商店街店舗でのお買い物を楽しめる「商店街フェスタ」と防災を身近に感じ学べる「防災フェスタ」を同時開催します!

**日時** 2月26日(土)10時~14時 **場所** 区役所1階、7階(浦舟町2-33)

- 商店街朝市** 区内商店街の美味しい逸品、お買得商品などを販売
- お子様ゲームコーナー**
- 楽しい乗り物コーナー** 小さなお子さんが乗れるミニ地下鉄、ミニ収集車
- 地震体験** 起震車による地震の体験
- 防災コーナー** 防災パネル展、外部給電機能(電気自動車から電気を取り出す機能)の美演



☎ 当日直接会場へ

スタンプを集めて商品ゲットしよう!

**お楽しみスタンプラリー開催**

「商店街フェスタ」「防災フェスタ」でのお買い物や各コーナーでスタンプをゲット。スタンプがいっぱいになった先着100人に、南区商店街オリジナルエコバッグなど、すてきな商品をプレゼント。お楽しみに!

【南区役所】

〒232-0024 浦舟町2-33  
☎ 341-1212(代表)

受付時間:8時45分~17時 月~金曜日(休日、祝日、年末年始を除く)

※昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合があります。詳しくは職員にお尋ねください。

第2・4土曜日(9時~12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課で一部業務を行っています。

南区のいま (2022年1月1日現在) 区の人口 >>> 197,517人 世帯数 >>> 104,546世帯

〈編集・発行〉南区役所広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241 ✉ mn-kouhou@city.yokohama.jp

人口の詳細はこちら



**連載** 66 年度末の完成を目指している「第4期地域福祉保健計画」の策定の様子をご紹介します。

地域福祉保健計画 **マスターへの道** vol.6

### 地域福祉保健計画 意見募集結果について

問 事業企画担当 ☎ 341-1183 ㊟ 341-1189

**健くん** **福ちゃん**

計画の素案に対する意見はどれくらい集まったの？

99件のご意見をいただきましたよ。たくさんのご意見をありがとうございました。

**みなつち**

どのような意見が多かったの？

素案に賛同いただく意見が多かったよ。ご意見に対する回答については、2月中旬に区のウェブサイトに掲載予定だよ。

**意見募集結果はこちらから**

地域福祉保健計画はよいよ完成するのかな？

来月には、冊子が完成してウェブページにも公開する予定だよ。ぜひ新しい計画を読んでみてね。



**連載** 区民おすすめの「お土産はいかが？」 **みなみやげ** 01

問 企画調整係 ☎ 341-1232 ㊟ 341-1240

**バンドオペラ**

スポンジとガナッシュクリームが重なり合う、しっとり濃厚なチョコレートケーキ。周囲もすべてガナッシュクリームでコーティング。(1個 507円(税込))

「一番近くて、一番おいしいケーキ」を目指して、六ツ川に開店して43年。長らくご愛顧いただきありがとうございます。3月中旬をもって閉店いたします。最後まで、おいしいねと思っていただけるように丁寧に作りたいと思います。皆さんのお越しをお待ちしております。

※営業時間・定休日は変則的になっています。最新情報はウェブページでご確認ください。

**フランス菓子フロランタン**

営業時間：9時30分～20時  
定休日：月曜日(祝日の場合は翌日休み)  
住所：六ツ川三丁目72-5  
web <https://www.florentin.co.jp>  
☎ 0120-742-618  
アクセス：「大池」バス停下車約2分



区民の推薦投票によるお土産コンテストで、人気が高かった商品を「みなみやげ」として区が認定しています。

詳しくはこちら▶ 

**連載** 南図書館 だより **来ぶらり** 今月のおすすめ本 テーマ 文字の世界へ

問 南図書館 ☎ 715-7200 ㊟ 715-7271

**一般書 『文字のきほん』**

伊達千代 / 著  
発行：グラフィック社 書誌番号：3-0500838103


辞書、新聞、小説。使われている文字が違うことをご存じですか？それぞれ最適な文字が選ばれています。この本では、文字の基礎知識から、文字作りの現場、文字の選び方まで知ることができます。暮らしの中で色々な文字を目にするのが楽しくなりますよ。



**児童書 『白川静さんに学ぶ漢字絵本 足の巻』**

はまむらゆう / 文・絵・古代文字 小山鉄郎 / 監修  
発行：論創社 書誌番号：3-0211013492

歩、足、武、正、出。これらは全て「あし」にまつわる漢字で、「止」というたった一つの形から作られています。例えば、「歩」は右足と左足が向き合って一歩踏み出す様子です。漢字の成り立ちを、わかりやすい絵で表現した本で、「人の巻」という続編も。



**連載** **元気いっぱいレシピ** vol.38 **ひじき豆ごはん**

問 三春台保育園 ☎ 231-5067 ㊟ 231-5083

今月は、南区の市立保育園(三春台保育園)のおすすめのレシピをご紹介します。

**材料(幼児4人分)**

米……………1合  
ひじき……………4g  
大豆水煮……………32g  
ニンジン……………12g

●調味液  
しょうゆ……………小さじ1強  
A 酒……………大さじ1/2  
砂糖……………小さじ1弱  
B 削り節……………2g  
だしを取る湯……………140cc

**作り方**

- ①米を洗い、ざるに移して水気を切る。
- ②ひじきは、軽く洗って水で戻し、水気を切る。
- ③大豆水煮は水気を切る。
- ④ニンジンは短めの千切りにする。
- ⑤Aを合わせておく。
- ⑥Bでだし汁をとる。
- ⑦炊飯器に米と⑤、⑥を入れて軽く混ぜ、上にひじき、大豆水煮、ニンジンをのせて炊く。
- ⑧炊き上がったら全体を混ぜる。

**子どもの食に関するちょこっとQ&A**

**Q.子どもが、きのこ類をなかなか食べてくれません。どのように工夫したらいいですか？**

A.きのこ類が苦手なお子さん、多いですね。きのこの形を残さないように小さく刻むと食べてくれたり、炊きこみご飯や、肉の中に巻いて調理するのも、工夫の一つではないでしょうか。なによりお父さんお母さんのおいしそうに食べる姿を見て、食べるきっかけになるかもしれませんね。ぜひ、家族で食事を楽しんでください!

**【1人分】**  
エネルギー：86kcal  
たんぱく質：15.6g  
カルシウム：72mg  
鉄分：1.5mg

**おすすめポイント**

- 保育園では、おやつに出しますが、食事にも合います。
- 手軽に作れ、ひじきの鉄分もあり栄養満点です。ぜひ、お試しください。

みなみ  
Pick up!

# 緑のカーテンを育てていただける人、募集中!

新たに個人への  
ゴーヤ種配布を  
始めます!

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ㊟ 341-1240

緑のカーテンを育てていただける人へ、ゴーヤの種と栽培マニュアルを差し上げます。  
身近でおいしくできる、地球温暖化防止に取り組んでみませんか?

## 「緑のカーテン」とは

つる性植物を窓の外や壁面に張ったネットなどにはわせて、カーテンのように覆ったもの。

## どんな効果があるの?

直射日光を遮ることで、室内温度の上昇を抑えて、冷房にかかる電気代の節約やCO2排出抑制につながります。



**お渡しするもの** ゴーヤの種1袋(8~10粒程度)  
緑のカーテン栽培マニュアル

**応募できる人** 区内在住・在勤の人

**募集数** 200人(多数抽選)

**申込み期限** 3月10日必着

**【注意事項】**・応募は1人1回限り。  
・当選者へのゴーヤ種等の発送をもって、結果の連絡とします。(4月中旬頃予定)

※5人以上のグループで栽培される人には、物品支援を実施中! 詳細は、 で

## 申込み方法

### 〈ウェブ〉

申込みフォームからお申込みください。  
<https://www.e-shinsei.city.yokohama.lg.jp/yokohama/uketsuke/form.do?acs=goya>



### 〈郵送・FAX・窓口〉

ちらし裏面の申込書に必要事項をご記入の上、企画調整係(6階64番)へ送付またはご持参ください。  
※ちらし配布場所:区内公共施設(区役所、地区センター、地域ケアプラザ、コミュニティハウスなど)

## 連載



コロナ禍で悩みや不安なことが  
増えていませんか?

# みなみの相談情報コーナー



このコラムでは、さまざまな悩みや不安を抱えている人に、少しでも安心していただくための情報を、毎月連載でお届けします。ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか。

☎ 高齢者支援担当 ☎ 341-1140 ㊟ 341-1144

## 「コロナ禍の今だからこそ意識したい」フレイル予防〜お口の健康編〜

加齢に伴って心身機能が低下し、「健康」と「要介護」の間にある虚弱な状態を「フレイル」と呼びます。  
「フレイル」は、お口のささいな衰え＝「オーラルフレイル」からはじまると言われています。

放置すると  
危険です!

### こんなことはありませんか?

【出典】神奈川県オーラルフレイルハンドブック (県民向け)

健康・元気がなくなる

口まわりの「ささいな衰え」が積み重なると…

オーラルフレイル・病気になる

※オーラルフレイル Q&Aより引用  
著者:平野浩彦、飯島勝矢、渡邊裕

### オーラルフレイルは予防できます!

- かかりつけ歯科医院をもち、定期健診を受けましょう!
- 口と歯をきれいに保ちましょう!
- 自宅でもできる健口体操に取り組みましょう!  
毎日の継続した取組により、改善が期待できます。

### かながわ・お口の健口体操

【出典】神奈川県オーラルフレイルハンドブック (県民向け)

#### グー・パー・ぐるぐる・ごっくん・ペー (顔全体の筋トレ)

①グー 目はしっかり閉じ目玉は下方に。口は口角を上げしっかり閉じる。

②パー 目は大きく開き目玉は上方に。口を大きく開く。

③ぐるぐる 口を閉じたまま舌に力を入れ、口唇の内側を舐めるように回す。(右回り、左回り)

④ごっくん ココで溜まった唾を「ごっくん!」

⑤ペー 舌の先に力を入れしっかりと前に出す。(そのまま10秒キープ)

### 体操の効果

- ①〜⑤を3回以上、毎日繰り返し続けることで
- オーラルフレイルを予防!
  - 脳の血流UPで頭スッキリ!
  - だ液分泌UPでお口もうるおう!
  - 舌の力で飲みこむ力も向上!
  - フェイスラインもスッキリ!

オーラルフレイルについて、詳しくは区役所2階23番窓口でお口の体操のリーフレットを配布しているほか、神奈川県のウェブページでもご覧いただけます。

で



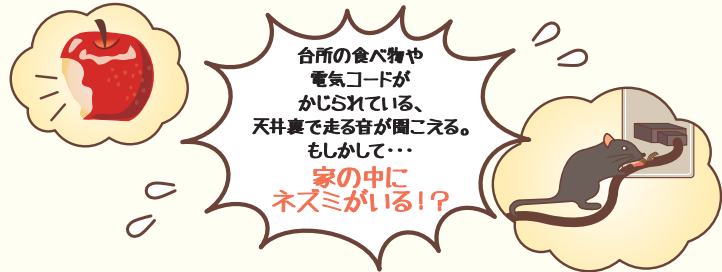
以下は広告スペースです。「広報よこほま」に掲載されている内容とは関係ありません。



# まさか我が家に!?

## 特集 ネズミを増やさない環境をつくりましょう

### 屋内のネズミ対策



#### 家の中に侵入するネズミ(主な2種類)



生息場所: 床下、下水、土の中など



生息場所: 天井裏など高い場所

写真提供: 一般財団法人 日本環境衛生センター

### ネズミの防除で最も大切なことは、侵入口を見つけてふさぐことです

毒餌や捕獲カゴなどでネズミを駆除しても、侵入口をふさがないと、別のネズミが侵入してしまいます。

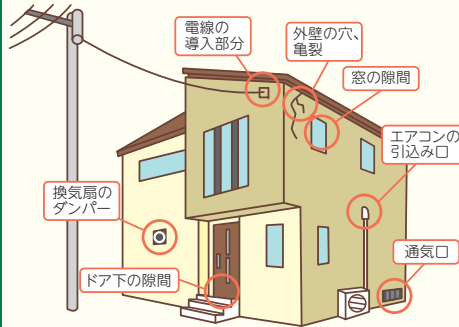
### 対策1 ネズミを家の中に侵入させない!

#### 侵入口を探す

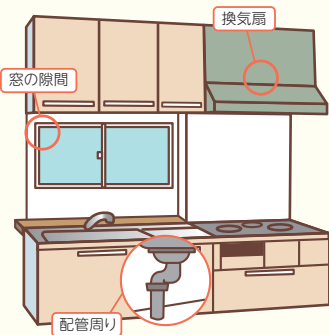
1円玉くらいの隙間があれば侵入することができます。



#### 〈家の外側チェック〉



#### 〈家の内側チェック〉



#### 侵入口をふさぐ

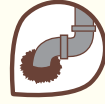
隙間に金網を取り付けたり、配管まわりの隙間には、台所用の金たわしやパテ(ホームセンターなどで購入できます)で埋めます。



床下通気口が破損した場合は隙間に金網を張る



洗濯機などの排水口の隙間は、パテや金たわしで埋める



排水管との隙間に金たわしを詰める

### 対策2 家の中にネズミをいさせない!

#### エサになりそうな物を片付ける

食品や生ごみはふた付きの容器で保管。ペットの餌もネズミの餌になります。



#### 住みにくい環境を作る

ネズミは人目につきにくい場所(物陰)に、新聞紙や段ボール、布などを運び込み、巣を作ります。ふだん使っていない部屋に置さばなしになっている不要な物は処分しましょう。

区役所職員による駆除は行っていませんが、ネズミ捕獲用のカゴを貸し出しています(要予約)。詳しい使用方法などは、貸し出しの際にご案内します。  
※生け捕りとなったネズミの殺処分はご自身でお願いします。  
ご自身での防除が難しい場合は、業者のご案内をします。



屋外に生息しているネズミが家の中に侵入してしまうと、食中毒菌や感染症を媒介したり、家の電線やガス管をかじって火災の原因となることがあります。

ネズミの習性を知り、早めに対策しましょう。

### 屋外のネズミ対策

屋外にはネズミが隠れる場所がいくつもあります。毒餌や捕獲カゴなどを用いて捕獲する方法も、他に餌となるものがある限り十分な効果は得られません。中でも、ごみの集積場所はネズミに狙われやすい場所です。ネズミを減らすには環境改善(ごみ出しのルールを守り、集積場所を清潔に保つなどの対策)が必要です。

#### ● 集積場所へのごみ出しのルールを守りましょう



**時間** 収集日当日の朝8時までに出してください。前日の夜や収集後は出さないでください。

**曜日** 集積場所に品目ごとの収集曜日を表示してありますので、よく確認して出してください。

**出し方** 品目ごとに透明または半透明の袋に入れて出してください。(古紙、燃えないごみ、小さな金属類、木の枝は「ごみと資源の分け方・出し方」パンフレットの各該当ページで確認してください)

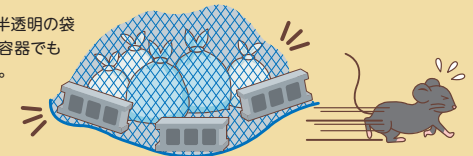
#### ● さらに ネズミによるごみの散乱防止のためにできること

集積場所へのごみの出し方ルールを徹底したうえで、さらにネズミを含めた小動物対策をすることで、効果的にごみの散乱防止をすることができます。

#### ① カラス除けネットやボックスを使用する

ネットの目は5mm以下の細かいものが効果的です。ごみをネットですっかりと覆い、縁におもりを入れたり、ネットの一部に石などの重しをするなど、小動物に下から入られないようにしましょう。

また、透明または半透明の袋に入れて、ふた付き容器でも出すことができます。



#### ② 生ごみはごみ袋の中心に

生ごみを水切りして、ごみ袋の中心に入れて隠しましょう。

#### ③ 前日や収集後に出さない

前日や収集後に出してしまうと、小動物に荒らされてしまいます。



南区役所窓口と資源循環局南事務所で「ごみと資源の分け方・出し方」パンフレットを配布していますので、ぜひご利用ください。





## 大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1  
☎ 743-2411 ☎ 743-6290  
📅 第3月曜日

## ▶「冬の凝りをほぐす体操」や「顔ヨガ・美顔ツボ」

春に向けて凝り固まった体や、マスク疲れの表情をほぐしませんか。

●3月10日・17日・24日(すべて木曜日)、13時～14時30分(全3回)

●成人、12人(先着順)  
●1,000円

☎ 2月17日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

## ▶収納のコツとタンスのにおい

衣替えの季節、「収納のコツと捨てるヒント」と「気になるタンスのにおい対策」を講座や手作りアロマで学びます。

●3月9日(水)・16日(水)、10時30分～12時(全2回)

●成人、15人(先着順)  
●1,000円

☎ 2月16日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

## ▶公開講演会「音楽と物語」

放送大学神奈川学習センター共催クラシックの名作音楽の中から物語性を持った音楽を選び、聴きどころ、感動の源、そして新たな可能性など探ります。視聴覚資料や生の演奏を生かしての内容です。

●3月5日(土)13時30分～15時30分  
●成人、40人(先着順)

☎ 2月12日から電話で放送大学神奈川学習センターへ※月曜、祝日を除く

☎ 710-1910 ☎ 710-1914

## 吉野町市民プラザ

〒232-0014 吉野町5-26  
☎ 243-9261 ☎ 243-9263  
📅 2月7日(月)・8日(火)、3月7日(月)

## ▶スプリングコンサート

子どもも大人も、みんなで楽しめるスプリングコンサート。クラシックやジャズ、ポップスなどの親しみやすいナンバーをお届けします。

●3月21日(月・祝)11時30分～14時30分

●120人(先着順)※未就学児は保護者同伴

☎ 2月11日10時からホームページまたは直接施設へ

## 中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270  
☎ 251-0130 ☎ 251-0133  
📅 第3月曜日

## ▶持ち帰り料理教室

桜えびの炊き込みご飯や春ひじきのマリネなど、春の食材を使った持ち帰りできる料理を作ります。

●3月5日(土)  
10時～12時  
●12人(先着順)  
●1,000円

☎ 2月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

## ▶名曲喫茶

昔懐かしいジャズ、R&amp;B、クラシックなど幅広いジャンルのレコードを本格オーディオで聴きます。クリアで繊細な音を体感してください。

●3月11日(金)13時30分～15時30分

●成人、25人(先着順)●500円

☎ 2月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

## ▶「街の先生」紹介パネル展

さまざまな知識や技術・技能で地域活動をお手伝いする「街の先生」を紹介するパネル展を開催します。

●3月5日(土)～13日(日)

☎ 当日直接施設へ

## 南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1  
☎ 715-7200 ☎ 715-7271  
📅 2月21日(月)

## ▶土曜日のおはなし会

ストーリーテリングと読み聞かせのおはなし会

●3月12日(土)11時～11時30分  
●4歳～成人、7組(先着順)

☎ 3月4日9時30分から電話または直接施設へ

## ▶みんないっしょのおはなし会

●3月15日(火)①10時30分～10時50分②11時～11時20分

●①0～2歳児と保護者②0～4歳児と保護者、各7組(先着順)

☎ 3月8日9時30分から電話または直接施設へ

## ▶おひざにだっこのおはなし会

わらべうたと絵本の読み聞かせで楽しいひとときを

●2月24日(木)11時～11時30分  
●0～4歳児と保護者、7組(先着順)

☎ 2月17日9時30分から電話または直接施設へ

## こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122  
☎ 741-1015 ☎ 742-7604  
📅 第3月曜日

## ▶①楽・楽家庭菜園～春夏野菜

●3月6日(日)13時30分～15時30分  
●成人、14人(抽選)●1,000円

## ▶②クリスマスローズの花束とラッピング

●3月16日(水)14時～16時  
●成人、14人(抽選)●2,500円

## ▶③果樹の剪定講座「カンキツ」

●3月19日(土)13時30分～15時30分

●成人、14人(抽選)●1,000円

## ▶④こどもサイエンス講座

「花粉のスゴイみつ!」

～花を見つけて顕微鏡で見よう!～

いろんな花粉のびっくり顕微鏡写真ミニ展示もあるよ!

●3月21日(月・祝)13時30分～15時30分

●小中学生、7組(抽選)※小学生は保護者同伴●1,000円

☎ ①2月20日②3月2日③3月5日

④3月7日までにホームページ、FAX、はがき、(必要事項)を記入、④は学年、保護者の氏名も記入)または直接施設へ

## 永田台コミュニティハウス

〒232-0075 永田みなみ台6-1  
☎ ☎ 721-0730  
📅 火・金曜日

## ▶おはなしの会

地域ボランティアグループ「かがある」による絵本や紙芝居の読み聞かせ、工作、パネルシアターなど

●2月12日(土)、3月12日(土)、14時～14時30分

●永田台小学校市民図書室●小学生以下、20人(先着順)※未就学児は保護者同伴

☎ 当日直接会場へ

## ▶パソコン相談

パソコンでお悩みの人、相談に応じます。

●2月21日(月)13時～14時30分  
●成人、4人(先着順)※高齢者優先

※Windows10のパソコンをお持ちください。●500円

☎ 随時、電話で申込み※相談内容は事前に連絡ください。

## ▶リビングラフ教室～春色ガーランド～

●お家の中を春色に飾りませんか。

●2月26日(土)10時～12時  
●成人、5人(先着順)●500円

☎ 2月12日10時から直接施設へ(電話申込みは14時から)

## 永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1  
☎ 714-9751 ☎ 714-9752  
📅 第3月曜日

## ▶上級シューフィッターに教わる正しい歩き方と靴選び

百貨店で予約がいつぱいの上級シューフィッターに、正しい歩き方と靴の選び方や履き方、中敷きの使い方を教わります。

●3月4日(金)10時～12時  
●成人、20人(先着順)

☎ 2月11日から電話または直接施設へ(初日のみ電話は13時から)

## ▶写経の時間～自分自身と向き合う時間～和室を解放し写経セットを用意していますので、気軽に手ぶらでお越しください。「写経のしおり」を差し上げます。

●3月9日(水)14時～18時

●成人、10人(先着順)●300円

☎ 当日直接施設へ

## ▶むかしばなしのおはなし会

～よみがえるヨコハマの物語～

横浜の昔話を中心とした子どもから大人まで楽しめるおはなし会です。「いそえもんのせつけんづくり」、「青い目の人形 メリーのねがい」ほか。

●3月21日(月・祝)11時～11時45分  
●20人(先着順)※未就学児は保護者同伴

☎ 2月12日から電話または直接施設へ(初日のみ電話は13時から)

## 睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25  
☎ 741-9436 ☎ 731-4853  
📅 第3月曜日

## ▶むつみ おはなしの風(おはなし会)

絵本の読み聞かせ、パネルシアター、手遊びなど未就学児と保護者が一緒に遊びます。

●2月18日(金)10時30分～11時30分  
●未就学児と保護者、10組(先着順)

☎ 当日直接施設へ

## 南区ボランティアセンター

〒232-0024 浦舟町3-46・8F  
☎ 260-2531 ☎ 251-3264  
📅 日曜・祝日

## ▶学校関連ボランティア登録者募集

障害児の登下校の付き添いや、学校内での支援などのボランティアをしてくれる人を募集します。

●活動日時は依頼内容によります。

☎ 電話またはFAXで施設へ

**浦舟コミュニティハウス**

〒232-0024 浦舟町3-46・10F  
☎ 243-2496 ㊟ 243-2497  
㊟ 第3月曜日

- ▶ **世界のことはdeおはなし会** 🗺️  
日本語、中国語、英語の多言語で絵本の読み聞かせをします。  
● 2月22日(火) 11時～11時45分  
● 末就園児と保護者、8組(先着順)  
甲 2月11日10時から電話または直接施設へ
- ▶ **おひさまひろば** 🌞  
季節の遊びや読み聞かせなど、お友達と楽しい時間を過ごしましょう。  
● 2月17日(木) 10時～11時30分  
● 末就園児と保護者、6組(先着順)  
甲 当日直接施設へ
- ▶ **あつまれハニービー** 🐝  
保育ボランティアが出張して手遊びや絵本の読み聞かせ、紙芝居を行います。  
● 2月18日(金) 10時～11時30分  
● 1歳以上の末就園児と保護者  
甲 当日直接、浦舟地域ケアプラザ(浦舟町3-46-1F)へ

**時田コミュニティハウス**

〒232-0017 宿町3-57-1  
☎ 711-3377 ㊟ 711-2662  
㊟ 第3月曜日

- ▶ **時田演芸会～ちょっと遅れて初笑い～**  
小断教室の発表会。小学生からシニアの人が練習の成果を披露。日舞や箏、バンドも出演。特別ゲストもあり。  
● 2月26日(土) 14時から(開場13時30分から) ● 40人(先着順)  
甲 当日直接施設へ
- ▶ **さくらんぼひろば** 🍎  
絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、みんなで楽しく遊びます。  
● 2月24日(木) 10時～11時30分  
● 末就学児と保護者、10組(先着順)  
甲 当日直接施設へ
- ▶ **あかいくつ** 👞  
親子が集まり交流するサロン。お友達作りやイベント、楽しいおしゃべりなどの場です。  
● 3月1日(火) 10時～11時30分  
● 0歳～末就園児と保護者  
● 100円  
甲 当日直接施設へ

**南寿荘**

〒232-0006 南太田2-32-1  
☎ 741-8812 ㊟ 741-8813  
㊟ 第3月曜日

- ▶ **趣味の教室(4月～9月)**  
① 楽しい俳句入門  
第2・4水曜日、9時30分～11時  
② 楽しく声を出そう「初心者の音読」  
第2・4木曜日、10時～11時30分  
③ 気軽に楽しむ色鉛筆画  
A: 第1・3火曜日、9時30分～11時  
※7月と9月は第1・3水曜日  
B: 第2・4火曜日、9時30分～11時  
AとBは同じ内容となります。どちらか1つのみ申込みできます。  
④ 「剪定入門」庭木からプランターまで  
第2金曜日、9時30分～11時  
⑤ 初めてのフラダンス  
第2・4火曜日、10時～11時  
⑥ 転ばぬ先のストレッチ  
第2・4土曜日、13時30分～14時30分  
● 60歳以上の市民(抽選) ※内容・定員・費用などの詳細はお問い合わせください。  
甲 2月28日(必着)までに往復はがき(必着事項・年齢、第1希望・第2希望の教室名を記入)で施設へ  
※応募はがきは一人1枚限り
- ▶ **シニア映画鑑賞会**  
「憧れのハワイ航路」  
岡晴夫と美空ひばりのダブル主演でおくる昭和歌謡映画の傑作。(1950年公開)  
● 2月24日(木) 13時30分～15時  
● 60歳以上の市民、30人(先着順)  
甲 2月11日9時から直接施設へ

**南センター**

〒232-0006 南太田2-32-1  
☎ 741-8812 ㊟ 741-8813  
㊟ 第3月曜日

- ▶ **作って飛ばそう「模型ヒコキ」**  
模型ヒコキの会横浜エアロモデラーズ(YAM)のメンバーが教えます。作った飛行機を体育室で飛ばして遊ぼう!  
● 3月12日(土) 9時30分～12時  
● 小学生と保護者、20組(先着順)  
● 300円  
甲 2月11日9時30分から直接施設へ
- ▶ **みんなで歩こう!シティウォーキング**  
三ツ沢せせらぎ緑道から豊顕寺市民の森、横浜国大キャンパス、常盤公園など春の息を感じながらのウォーキング  
● 3月9日(水) 集合10時:市営地下鉄ブルーライン三ツ沢下町駅、解散12時30分:相鉄線和田町駅 ● 成人、20人(先着順) ● 300円  
甲 2月11日9時30分から費用を添えて直接施設へ
- ▶ **かわいい!デコパージュで作る雑貨&インテリア**  
紙の切り抜きを貼り付けて装飾するデコパージュ、おしゃれですてきなオリジナルインテリアを作りませんか。  
● 3月3日・10日・17日・24日(すべて木曜日) 13時～15時(全4回)  
● 12人(先着順)  
● 2,000円(2作品制作予定)  
甲 2月11日9時30分から費用を添えて直接施設へ



**福祉保健センターから**

**乳幼児健康診査**

- 4か月児 ..... 2月15日(火)、3月1日(火)
- 1歳6か月児 ..... 2月24日(木)、3月10日(木)
- 3歳児 ..... 2月17日(木)、3月3日(木)  
● 8時45分～9時45分 ● 区役所4階健診会場
- ※対象者には事前に通知をしています。
- ※健診対象の乳幼児と保護者1人での受診にご協力をお願いします。
- ご都合が悪い場合は、下記問合せ先までご相談ください。母子健康手帳を忘れずにお持ちください。受付時間を過ぎると、受診できないことがあります。余裕をもってお越しください。
- 問 こども家庭係 ☎ 341-1148 ㊟ 341-1145

**健康相談・講座(予約制)**

- **生活習慣改善相談/禁煙相談**  
2月17日(木)午後、3月7日(月)午前
- **食生活栄養・健康相談**  
2月17日(木)午後、3月7日(月)午前  
※1日の野菜推定摂取量が測定できます。(ペジチェック)
- **子どもの食生活相談** 🍴  
2月17日、2月24日、3月3日(いずれも木曜日の午後)  
※電話・FAXからお申込みください。
- **離乳食講座** 🍼  
はじめての離乳食レッスン(おおむね5か月児)  
2月15日(火) 13時30分～14時30分  
もぐもぐ離乳食講座(おおむね7～8か月児)  
2月16日(水) 13時30分～14時30分  
● 各組12組(先着順)  
※申込みフォームからお申込みください。



離乳食講座  
申込みフォーム▲

各相談、講座とも区役所4階 健診会場  
甲 問 健康づくり係 ☎ 341-1186 ㊟ 341-1189

- **アディクション家族教室**  
依存(アルコールなど)の問題で困っている家族のための教室です。  
3月1日(火) 14時～16時  
● 神奈川区役所本館4階 第3会議室  
※詳細はお問い合わせください。

問 障害者支援担当 ☎ 341-1142 ㊟ 341-1144

- **乳幼児歯科相談(0歳児から末就学児)** 🦷  
2月25日(金) 9時15分～11時  
● 区役所4階健診会場  
甲 問 こども家庭係 ☎ 341-1148 ㊟ 341-1145

広報よこほま南区版1月号 クロスワードパズル答え

さ <sup>1</sup> <sub>15</sub>	る	び <sup>2</sup>	あ <sup>3</sup>	つ <sup>5</sup> <sub>16</sub>	つ	み <sup>6</sup>
か	だ <sup>17</sup>	い	ま <sup>4</sup>	る		ず
	し <sup>18</sup>	ん	く		た <sup>13</sup>	
と <sup>7</sup>	し <sup>19</sup>	み <sup>10</sup>	ず <sup>12</sup>	が <sup>12</sup>	お	か <sup>14</sup>
り <sup>20</sup>	ま <sup>8</sup>	よ	い <sup>21</sup>	る	す	
の <sup>22</sup>	ー	す <sup>9</sup>	し	よ <sup>11</sup>	あ	み
い <sup>23</sup>	ち	ず	み		そ <sup>24</sup>	ば
ち	な <sup>25</sup>	つ	せ	ん		し

答え

