

ここから南区版 ▶ 5~12ページ

みなみ 4月号

NO.294

こまめな手洗い、
マスクを正しく着用、
3密の回避など、
基本的な対策をしましょう。



ウェブページから
紙面をご覧に
なれます。

横浜で 鎌倉時代を旅しよう!

みなみく散歩 鎌倉街道編

2022年のNHK大河ドラマ「鎌倉殿の13人」で話題の「鎌倉時代」。南区にもゆかりの史跡があります。訪れてみてはいかがでしょうか？

☎ 広報相談係
☎ 341-1112 ☎ 341-1241

1 弘明寺

横浜で最古の寺院で、本尊十一面観世音菩薩立像は国の重要文化財に指定されています。鎌倉幕府が編纂した歴史書「吾妻鏡」に、源氏の繁栄を祈る祈願所「求明寺」と記述があり、これは、現在の弘明寺のことです。鎌倉幕府の鬼門にあたる寺として、鎌倉幕府の保護を受け栄えました。



2 若宮八幡宮

閑静な住宅街の大きな鳥居をくぐり、長い階段を登ると、きれいに清掃された境内が。境内の「若宮八幡宮御由緒」によると、源頼朝が鎌倉の鬼門鎮護のため創建したとあります。



近隣おすすめスポット /

3 天然温泉 中島館



地元の人が多く通う、地域に愛される銭湯です。店名の由来は中島町にあるからとのこと。

1階と2階に浴場があり、男女週替わり制になっています。広々としたお風呂はもちろん、黒湯の露天風呂も楽しめます。

☎ 火曜日 (営業時間) 12時~23時

近隣おすすめスポット /

4 おにぎり屋 むすび



昨年6月にオープンしたばかりの、鎌倉街道沿いにあるテイクアウト専門店のお店です。お米やお水、海苔など、食材にこだわっているとのこと。定番から旬の食材を使ったおにぎりまで約20種類がそろいます。

☎ 第2・4土曜日・日曜日・祝日(不定休)
(営業時間) 月~金曜日:8時~15時 / 土曜日:10時~16時



● 5月号は「井土ヶ谷編」お楽しみに!
● 区ウェブページで弘明寺、若宮八幡宮の取材ごぼれ話などを公開中。

詳しくはこちら▶



連載

みなみ de 多文化共生

南区は外国人の数が、横浜市18区の中で3番目に多いんだ。外国の文化について、みなみラウンジに聞いてみたよ。



☎ みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ ☎ 232-9544 ☎ 242-0897

今月のテーマ 中国の学校事情って？

4月、日本の学校は新学期が始まりますね。中国では9月が新学期。実は世界に目を向けると4月から新学期の国は少数派。中国、アメリカなど9月から新学期の国が多いのです。

今回は中国の学校事情について、12歳まで中国の大連に住んでいた王云沢さんにお話を聞きました。

「私の通った小学校では入学式がなく、事前説明を受けるとすぐに学校生活がスタートしました。ランドセルはなく、自分のリュックサックと指定の運動服で小学校へ通いました。宿題やテストがたくさんあり、家に帰ったらすぐ宿題をする毎日でした。テストの点数はいつもみんなの前で発表されましたが、自分の点数が人に知られることは気にしなかったですね。」

王さんが小学3・4年生のとき、日本で働くため、両親が相次いで中国を離れてしまい、寮のある私立の学校へ転校しました。中国では両親が海外で働くことも多く、寮のある学校もめずらしくないそうです。



指定の運動服での授業風景



王云沢さん

12歳のとき、日本で働いていた両親の呼び寄せで来日し、共進中学校に転入。英語と数学は答えがわかるのに、日本語の問題文が読めず苦労した経験も。みなみラウンジの学習支援教室にも通いました。現在、IT系の専門学校に通い、ゲームプログラマーを目指しています。

▲ 就活スタイルで取材に応じてくれました

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジとは…通称「みなみラウンジ」。市民活動のサポート、そして日本人も外国人も、ともに理解しあって暮らす地域づくりの(住所) 浦舟町3-46浦舟複合福祉施設10F ため、さまざまな情報提供、講座、相談などを行っています。お気軽にお立ち寄りください!

【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3月1日現在) 区の人口 >>> 197,076人 世帯数 >>> 104,375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
こちらから



みなみ
Pick up!

若者(おおむね15~39歳)のための専門相談

家族・支援者・地域の人の
相談も可能です。

☎ こども家庭相談 ☎ 341-1153 ☎ 341-1145

人間関係に悩んでいる、生きづらさを感じている、不登校やひきこもりなどさまざまな問題について、ご相談を受けます。ご本人・ご家族の気持ちを大切にしながら、一緒に考えていきます。

お困りではありませんか?

- 自室に閉じこもって
家族と顔を合わさない
- 外出することに不安を感じている
- 家族がどう接したらよいかわからない
- 社会に出るために何をすれば
よいかわからない
- 状況を変えることが
家族だけでは難しそう



ご相談ください!

相談は
無料です

秘密は
守ります

事前に電話で予約が必要です。(空がある場合は当日受付可)

▶ 予約は、よこはま東部ユースプラザ ☎ 642-7001

予約受付時間 月~土曜日、11時~19時(毎月第3月曜日・日曜日・祝日・年末年始は休み)

対象 おおむね15歳~39歳の区民 ※家族・支援者・地域の人の相談も可能です。

相談場所 区役所相談室(2階25番窓口)

相談日 毎月第1・3金曜日の13時30分~16時30分(1回の相談時間は50分)

対応者 よこはま東部ユースプラザの地域連携相談員(社会福祉士など)

※具体的な相談日は10ページ「みなみ掲示板」の「お知らせ」欄をご確認ください。



▲よこはま東部
ユースプラザ
公式LINE

みなみ
Pick up!

空家のはなし ~住まいの相続に備えよう~

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

住まいは、誰に、何を、どれだけ引き継ぐか、あらかじめ考えておかないと、いざというときに売却や賃貸ができず、親族間のトラブルのもとになる可能性があります。相続に関わる全員が、住まいの引き継ぎ方を考えることが大切です。



ステップ① 不動産登記を確認しよう

不動産登記が現在の所有者になっているかを確認しましょう。不動産登記は法務局で誰でも確認できます(有料です)。

ステップ② 資産価値を調べてみよう

道路の接し方などによって土地と建物の価値は大きく変わります。誰かに引き継ぐには、価値を正しく知ることが大切です。専門家に相談してみましょう。

ステップ③ 親族で話し合っておこう

民法では遺産の相続の順番が定められており、売却などを行う場合は相続人全員の協議が必要です。親族が集まる機会に話し合ってみましょう。

空家の総合案内窓口 相談無料

空家の所有者やその親族などからの一般的な相談を受け付けています。

横浜市住宅供給公社 ☎ 451-7762

住所 神奈川区栄町8番地1
ヨコハマポートサイドビル4階 住まいるイン

時間 10時~17時(土曜日・日曜日・祝日・年末年始を除く)

連載

区民おすすめの
お土産はいかが?

みなみやげ



☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240



たこ焼き

外はカリッと中はトロトロ。基本を大事に、素材を大切に、本場の味をお手頃価格で提供してくれるのがうれしい。

(1箱6個入り300円(税込))



「おいしいものを安く」がモットーです。お客様の笑顔のために頑張ります。弘明寺にお越しの際には、ぜひ、お立ち寄りください。

梅鉢流まみい

営業時間: 11時~20時(売り切り次第閉店)
定休日: 月曜日・火曜日(水曜日臨時休業あり)
住所: 弘明寺町323 ☎ 721-8957
アクセス: 京急本線弘明寺駅下車 出口1すぐ/
市営地下鉄ブルーライン弘明寺駅下車 徒歩7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 誰かのごはん

☎ 南図書館 ☎ 715-7200 ☎ 715-7271

一般書 『おしまいのデート』

瀬尾 まいこ / 著

発行: 集英社 書誌番号: 3-02111004420

スーパーに就職した俺は、毎月の給料日に必ず、恩師の「上じい」と玉子丼を食べる。高校生の時に何度もごちそうしてもらった玉子丼。借りを返し終わる日、上じいは姿を見せず…(「ランクアップ丼」)。この他に優しいデートのお話が4つ入っています。

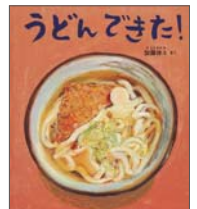


児童書 『うどんできた!』

加藤 林ミ / さく

発行: 福音館書店 書誌番号: 3-0500788142

家族みんなで、うどんを作ります。うどんの粉はふわふわで気持ちいい。塩水と混ぜてどんどんこねたら、足で踏みふみふみダンス。おもしろい形のうどんも作っちゃおう。楽しくておいしいうどん作り、家で再現できるレシピ付きです。



みなみ Pick up!

窓口の混雑状況をリアルタイムで確認できるサービスを始めました!

☎ 登録担当 ☎ 341-1118 ☎ 341-1123 / 国民年金係 ☎ 341-1129 ☎ 341-1131

まずは、混雑状況を確認

3月7日から、区役所2階戸籍課・保険年金課の窓口混雑状況を、専用のウェブページからリアルタイムで配信しています!

パソコンやスマートフォンなどのインターネット環境があれば、来庁する前に外出先や自宅から、各窓口の『待ち人数』『現在の呼出番号』を確認することができます。

3月から5月は、引っ越しなどの手続きに伴い、窓口が大変混み合います。ぜひご活用ください。

「今、空いているの? 混んでいるの?」
来庁しなくても確認できます!
ネコのキャラクターが混雑状況をお知らせします。



リプライス株式会社が提供する「ネコの目システム」を導入しています。



▲ウェブページイメージ



▲窓口混雑状況配信ページはこちら

さらに、呼出通知サービスを利用すると便利です

来庁時に窓口が混雑していた場合は、発券された番号カードの二次元コードを読み取り、専用ウェブページの呼出通知の登録をすると、呼出しの順番が近づいて来たら、LINEやメールでお知らせします。

呼出しの順番が近づくまで、窓口での密を避けて、区役所周辺のお好きなところで、待つことも可能です。



▲ウェブページイメージ



待ち時間で
買い物ができました。

リラックスして
待てるのがいいな。

みなみ Pick up!

横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた 南区アクションプランを策定しました!

☎ 地域包括ケア推進担当 ☎ 341-1139 ☎ 341-1144

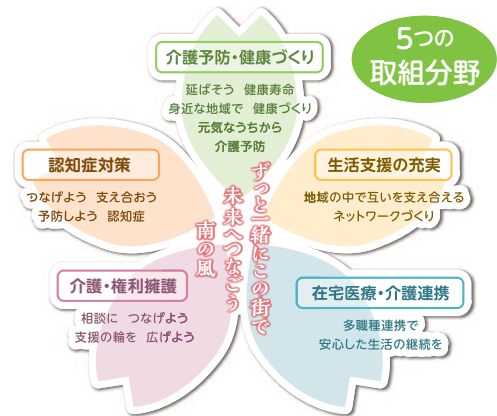
高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けることができるよう、**介護・医療・介護予防・生活支援・住まい**が包括的に確保される体制(地域包括ケアシステム)の構築を目指し、南区では「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区行動指針」(平成30年3月策定)により取組を進めてまいりました。

この南区行動指針に目標値等を盛り込み、区民の皆さんからの意見も受けて改定し、「横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた南区アクションプラン」として策定しました。

🌸 **スローガン** ずっと一緒にこの街で 未来へつなごう 南の風

目指す方向性

- 支援や介護が必要になっても地域とつながりながら暮らし続けられる地域づくりを推進します。
- 地域の見守り・支え合いの取組を、多様な主体(関係団体・機関、事業者、ボランティア等)に広げながら充実させていきます。また、支援が必要になったときに早期に相談につながるよう地域と医療・介護専門職のネットワークをつくります。
- 高齢者自身も、介護予防に取り組み、生きがいを持って暮らし続けられるよう、それらに資する活動を支援します。



冊子は、区役所・地域ケアプラザなどで配布しています。区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。「広報よこはま」に掲載されている内容とは関係ありません。

特集 第4期南区地域福祉保健計画を策定しました*

計画期間 3~7年度(2021年~2025年度)



第4期南区地域福祉保健計画は、住民一人ひとりが「健康で安心して笑顔で暮らせるまち」を目指して、区民の皆さんと区役所、区社会福祉協議会、地域ケアプラザなどが協力して進めていく活動や取組をまとめた計画です。

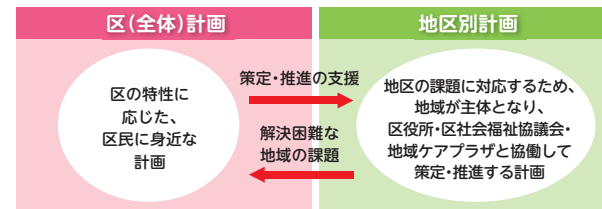
事業企画担当 ☎ 341-1183 ☎ 341-1189

基本理念

区民の情(こころ)が生きるまち 南区
~様々な個性や価値観をもつ住民一人ひとりが人や地域と
つながりを持ち、共に支え合い、健康で自分らしく、
安心して、笑顔で暮らしているまち~

区(全体)計画と地区別計画の関係

区計画は、区全体計画と地区別計画(区内16地区)から構成されます。2つの計画は、基本理念の実現を目指し、連携することで南区全体の取組が進みます。



区(全体)計画



第4期では、「つながり」、「健康」、「安心」、「笑顔」がキーワードだよ。

4つの目標の実現に向け、目標ごとに取組の柱を設けています。

目標1

孤立しがちな人をお互いさまのまなざしで、見守り・支え合いの活動を広げよう



身近な相談機関(地域ケアプラザ)

取組の柱

- 1-① 住民同士の見守り・支え合いの活動の拡大
- 1-② 見守り・早期発見の仕組みづくりの構築

取組の柱

- 2-① 選択できる多様な参加の場の継続と創出
- 2-② 身近な地域で取り組む健康づくり活動の充実
- 2-③ 連携と協働による活動の拡大

様々な個性や世代の住民が参加・活躍できる機会や場づくりを進めよう

目標2



高齢者の健康づくりの場



親子が気軽に交流の場(はくはくの樹)

安心

健康

笑顔



目標3

情報を届けることで地域・活動への関心を高めよう



広報紙



ICT(情報通信技術)を活用した取組

取組の柱

- 3-① 地域への関心と「つながり」の大切さを届ける広報活動の推進
- 3-② 必要な人に必要な情報が届く仕組みの構築

取組の柱

- 4-① 様々な機関が連携した地域人材の発掘と育成
- 4-② 地域活動の充実に向けた支援

地域福祉保健の活動の基盤を強くしよう

目標4



ボランティア活動(区社会福祉協議会)

地区別計画



各地区社会福祉協議会が中心となり、スローガンなどを地域のみんなでもとめたよ!

16の地区ごとの計画です。あなたの住む地域にもプランがあります。ぜひご覧ください。



区役所、区社会福祉協議会、区内地域ケアプラザでの配布(4月中旬予定)の他、区ウェブページにも掲載しています。

区内に8か所あります。地域ケアプラザ

高齢者、子ども、障害のある人など、誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点です。

福祉・保健の個別の相談をお受けします
地域の活動や仲間づくりを応援します

- 福祉や健康に関する講座やイベントを開催
- 活動や交流の場として部屋を貸出
- ボランティアの育成や活動を支援

- ★大岡地域ケアプラザ ☎ 743-6102 ☎ 743-6104
- ★清水ヶ丘地域ケアプラザ ☎ 253-0071 ☎ 253-0146
- ★永田地域ケアプラザ ☎ 711-8611 ☎ 711-8614
- ★六ツ川地域ケアプラザ ☎ 716-0680 ☎ 716-0685

- ★浦舟地域ケアプラザ ☎ 261-3315 ☎ 264-1238
- ★中村地域ケアプラザ ☎ 260-5100 ☎ 260-5102
- ★陸地域ケアプラザ ☎ 730-5151 ☎ 711-0012
- ★別所地域ケアプラザ ☎ 716-3884 ☎ 716-3885

開館時間

月~土曜日 9時~21時
(18時~21時は、事前利用申請があった場合のみ利用可能です。)
日曜・祝日 9時~17時

休館日

年末年始 (12月29日~1月3日)
施設点検日 (各施設に直接お問い合わせください。)

計画冊子の閲覧先

4月中旬以降、区役所(4階42番窓口)・区社会福祉協議会・区内地域ケアプラザで閲覧できます。

PDFはこちらから▶



みなみ 掲示板

- 申込みの**必要事項**は、(行事名・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用無記載は無料 ●区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
- このほか南区ホームページ内イベントカレンダーにも行事を掲載

4月号に掲載のイベント実施について

掲載されているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。事前に各問合せ先や施設へご確認ください。

子ども・子育て

▶地域子育て支援拠点ははぐはぐの樹 プレママ会

出産・子育ての準備に情報交換やお友達作りをしませんか。希望者は沐浴の練習(お湯無し)ができます。

- 5月7日(土)10時15分～11時30分
- 第1子妊娠中の人、4人(先着順)

▶4月23日9時30分から電話または直接施設へ

みんなおいでよ!おはなし会

手遊びやパネルシアターなど

- 5月12日(木)・26日(木)11時～11時30分※どちらか1回のみ参加可
- 0～3歳児と保護者、5組(先着順)

▶4月28日9時30分から電話または直接施設へ

0歳児はじめましての会

はぐはぐの樹の利用初心者同士で気軽にお話しましょう。スタッフが館内を丁寧に案内します。

- 5月20日(金)13時30分～14時30分

●0歳児の保護者ではぐはぐの樹の利用初心者、6人(先着順)

▶5月6日9時30分から電話で申込み

▶地域子育て支援拠点ははぐはぐの樹 交流スペース

〒232-0067 弘明寺町158 カルムI 2階

☎ 715-3728

(日・月・祝休日、月曜日が祝休日の場合その翌日は休館)



はぐはぐの樹 ホームページ▶

▶南区ふれあいキャンプ2022

キャンプファイヤーやレクリエーションなど。青少年指導員と一緒にキャンプに行きませんか。

- 7月16日(土)～17日(日)1泊2日
- 国立中央青少年交流の家(静岡県御殿場市)※今年度は感染症対策を行います。宿泊棟にて実施

●区内在住・在学の小学3年生～中学生、40人(先着順)

●13,000円(交通費・食費・保険料等含む)

▶4月28日までにメール(必要事項、生年月日・学年(※4月時点)・性別を記入)で区民活動推進係へ

※一緒に参加する友達がいる場合は、友達の分も記載

☎ 341-1238 fax 341-1240

✉ mn-fureai@city.yokohama.jp

お知らせ

▶南区地域の力応援補助金の申請を受け付けています

南区内で新たに地域活動を始めたい団体(グループでも可)や、他団体と連携して行う新たな取組を応援する「南区地域の力応援補助金」を新設しました。ぜひ、ご活用ください。

●【対象団体】①新たに地域の課題解決に取り組みたい団体②既に地域の課題解決に取り組んでいる団体

●【対象事業】①に該当: 寺子屋みなみ等の講座修了生を2人以上有する団体が行う活動または自治会町内会と連携して行う活動②に該当: 他団体と連携して行う新たな活動

●【補助額】最大15万円(補助対象経費の7割～9割補助)※審査あり

▶4月22日までに必要書類を地域力推進担当へ。申込みを検討されている団体は、事前にご相談ください。

☎ 341-1239

fax 341-1240

詳細はホームページをご覧ください▶



▶若者(おおむね15～39歳)のための専門相談

不登校やひきこもり、人間関係の悩みなどの相談をよこはま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

- 4月15日(金)、5月6日(金)、13時30分～16時30分(1回50分)

●区役所2階

●おおむね15～39歳の区民※家族・支援者・地域の人の相談も可能です。

▶4月11日～5月12日に電話で高齢者支援担当へ

☎ 642-7001 fax 642-7003

イベント

▶「横浜18区コンサート」大江馨(ヴァイオリン)

俊英ソリストと弦楽五重奏で聴くヴァイオリン協奏曲

- 7月20日(水)15時～16時(予定)
- 吉野町市民プラザ

●190人(先着順)※未就学児入場不可

●3,000円

▶4月12日11時からホームページまたは電話で申込み

▶横浜みなとみらいホール仮事務所 チケットセンター

☎ 682-2000

fax 682-2023



(c)Shigeto Imura

横浜18区コンサート 大江馨 で 検索

スポーツ・健康づくり

▶南区民春季ゲートボール大会

- 5月18日(水)9時から
- 南センター

●60歳以上の区内在住・在勤者で構成するチーム、15チーム※1チーム5人

●1人1,000円(会員は500円)

▶4月12日～20日にFAXで南区ゲートボール連合 坂本へ

☎ fax 744-1718

▶本牧市民公園 テニススクール

いつからでも始められます。体験受講も随時募集中。①一般クラス②ジュニアクラス

- ①毎週火・金曜日9時30分～14時30分②毎週水曜日15時～17時

●本牧市民公園テニスコート(中区本牧三之谷59)

※費用など詳細はお問合せください。

▶4月11日～5月12日に電話で高齢者支援担当へ

☎ 03-3448-1040 fax 03-3448-1041

✉ mf@f-agency.co.jp

福祉・保健

▶かいご予防サポーター&脳トレウォーキングボランティア講習会

介護予防健診の運営や介護予防の取組・必要性などを伝え実践するボランティアを養成します。

- 5月13日(金)・17日(火)・24日(火)・31日(火)、6月7日(火)、13時30分～15時45分(全5回)

●区役所1階

●区民、20人(先着順)

▶4月11日～5月12日に電話で高齢者支援担当へ

☎ 341-1140 fax 341-1144

施設から

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46・10F

☎ 243-2496 fax 243-2497

☎ 第3月曜日

▶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。

- 4月21日(木)10時～11時30分
- 未就学児と保護者、6組(先着順)

▶4月12日11時からホームページまたは電話で申込み

▶横浜みなとみらいホール仮事務所 チケットセンター

☎ 682-2000

fax 682-2023

▶4月12日11時からホームページまたは電話で申込み

▶横浜みなとみらいホール仮事務所 チケットセンター

フォトダイアリー

～南の風だより～

区内のイベントなどの様子をご覧になれます



南センター

〒232-0006 南太田2-32-1

☎ 741-8812 fax 741-8813

☎ 第3月曜日

▶能楽初心者講座「能を楽しむ」

古典芸能「能」の基礎を学び、能楽堂で舞台鑑賞をします。

- 講座:4月20日、5月11日、6月22日、7月6日(すべて水曜日)10時～11時30分(全4回)

鑑賞会:5月5日(木・祝)13時30分から(国立能楽堂)、7月18日(月・祝)14時から(横浜能楽堂)(全2回)

●成人、20人(先着順)

●7,000円

▶4月11日9時から直接施設へ



▶こそだて広場

絵本の読み聞かせやパネルシアター、親子での手遊びなど

- 4月15日(金)10時30分～11時30分
- 未就学児と保護者、7組(先着順)

▶4月11日9時から直接施設へ

大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1

☎ 743-2411 fax 743-6290

☎ 第3月曜日

▶Let'sウォーキング

「能見台から金沢自然公園へ」

5月の新緑を十分に楽しめるコースです。

- 5月11日(水)10時～12時30分

●成人、20人(先着順)

●300円

▶4月20日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶スマホ教室(アンドロイドスマホ)

基本的な使い方から知っておくと便利な使い方まで学びます。

- 5月13日・20日・27日(すべて金曜日)、9時30分～11時30分(全3回)

●成人、12人(先着順)

●1,500円

▶4月15日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶ファミリータイム「リトミック」

音楽と一緒に体も動かして楽しく遊びます。

- 4月16日(土)10時～11時

●未就学児と保護者、10組(先着順)

▶4月12日11時から直接施設へ

睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25

☎ 741-9436 fax 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

- 5月13日(金)10時30分～11時30分
- 未就学児と保護者、10組(先着順)

▶4月12日11時から直接施設へ

中村地区センター

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

▶“生ごみブレンドプロジェクト”
始めませんか?

毎日の生活から出る調理くずや食べ残しを活かす生ごみリサイクルなど、食品ロスについて学びましょう。

●5月21日(土)10時～11時

●15人(先着順)

📍 4月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶カラオケ交流会

得意でない人も気軽に楽しく歌いましょう!

●5月9日(月)13時30分～15時30分

●10人(先着順)

●200円

📍 4月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

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

▶親子運動遊び(前期)

親子で一緒に体を動かすことの楽しさを体験します。親子の絆を深めながら、幼児期に伸びるリズム感などを身につけます。

●5月8日、6月12日、7月10日、9月11日、10月9日(すべて日曜日)、10時～11時30分(全5回)

●3歳～10歳くらいまでの子どもと保護者、10組(先着順) ●1,000円

📍 4月17日10時から費用を添えて直接施設へ(電話での申込みは14時から)

▶パソコン相談

パソコンでお悩みの人、相談に応じます。

●5月16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。相談内容は事前に連絡ください。

▶おはなしの会

地域ボランティアグループ「かんがある」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

●5月14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

南寿荘

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

▶シニアにわかりやすいSDGs入門

映画「乗り遅れた旅人」(20分)を視聴した後、SDGsアドバイザーから、SDGsについてわかりやすくお話いただきます。

●5月18日(水)13時

30分～15時

●60歳以上の市民、20人(先着順)

📍 4月11日9時から直接施設へ

▶介護予防教室

『脳トレ・姿勢スツキリ体操』

姿勢測定により、運動効果を実感できます。また、自宅でもできる運動プログラムを教わります。

●5月13日～7月15日 毎週金曜日(全10回)、9時30分～11時(5月13日と7月8日は9時～11時)

●60歳以上の市民、30人(先着順)

📍 4月21日9時から直接施設へ

▶シニア映画会『妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ』

山田洋次監督によるコメディードラマのシリーズ第3弾。

●4月28日(木)13時30分～15時20分

●60歳以上の市民、30人(先着順)

📍 4月11日9時から

直接施設へ



(c)2018「妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ」製作委員会

六ツ川一丁目コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川1-267-1
☎ 721-8801 ☎ 721-8812
📅 第3月曜日

▶初心者おもてなし英会話教室

街で見かけた外国人にあいさつ、道案内、自己紹介など、初心者向けのおもてなし英会話を学びます。

●5月19日・26日、6月2日・9日(すべて木曜日)、10時～11時30分(全4回)

●10人(先着順) ●1,000円

📍 4月21日10時から費用を添えて直接施設へ

▶親子であそぼう!「おはなしの会」

わらべうたや絵本の読み聞かせ、手遊びなどで楽しく遊びます。

●5月11日(水)10時30分～11時30分

●未就学児と保護者、5組(先着順)

📍 当日直接施設へ

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。

蒔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

▶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。

●4月28日(木)10時～11時30分

●未就学児と保護者、10組(先着順)

📍 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。友達作りやイベント、楽しいおしゃべりなどの場です。

●5月10日(火)10時～11時30分

●0歳～未就園児と保護者

●100円

📍 当日直接施設へ

▶小断教室

佐の樋藤助さんに小断や落語を習いましょう!

●4月23日(土)18時～20時

●小学生以上、10人(先着順)

📍 当日直接施設へ

別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1
☎ 721-8050
📅 第3月曜日

▶網戸張替え講座

夏に備えて自分で張り替えしてみませんか。

●5月8日(日)10時～12時

●成人、10人(先着順) ●500円

📍 4月11日9時30分より費用を添えて直接施設へ

▶認知症介護ケア

認知症の介護を知ろう!介護者が元気になる介護とは

●5月17日(火)・31日(火)、13時30分～15時

●成人、20人(先着順)

📍 4月19日9時30分より直接施設へ

▶いきいきキッズ&キッズ用品

リサイクルコーナー

小道具を使ったお話など、楽しくテンプよく展開します。

●4月13日(水)10時～11時30分

●未就学児と保護者、7組(先着順)

📍 当日直接施設へ

大岡地域ケアプラザ

〒232-0061 大岡1-14-1
☎ 743-6102 ☎ 743-6104
📅 第3月曜日

▶オンライン講座

安産のコツ教えます

オンライン(Zoom)によるマタニティヨガ教室です。

●①5月19日、6月2日・16日、7月7日・21日②9月15日、10月6日・20日、11月3日・17日③5年1月19日、2月2日・16日、3月2日・16日(すべて木曜日)、10時～11時(いずれも全5回)

●対象となる出産日①7月28日～11月24日②11月24日～5年3月23日③5年3月23日～7月27日

●市内在住で経過良好な妊婦、各期5人(先着順)

●1,000円

📍 ①4月11日から、②8月12日から、③12月12日から電話後にメール(oooka-cp@ysj.k.jp)で申込み

保土ヶ谷プール

〒240-0025 保土ヶ谷区狩場町238-3
☎ 742-2003 ☎ 742-2005
📅 第4火曜日

▶保土ヶ谷プールスタジオ
ワンコイン教室実施中!

姿勢改善やお腹周りの引き締めを目的とした体操を行います。

●毎週月・火・金曜日

●成人、各10～15人(先着順)

※費用・詳細はお問合せください。

📍 費用を添えて当日直接施設へ

清水ヶ丘公園体育館

〒232-0007 清水ヶ丘87-2
☎ 243-4447 ☎ 243-4497
📅 第1月曜日

▶清水ヶ丘公園体育館

教室参加者募集

①シェイプアップダンス教室

②健康ダンス&ストレッチ教室

●①5月12日・19日・26日(すべて木曜日)、10時～11時(全3回)②5月6日・13日・20日・27日(すべて金曜日)、10時～11時(全4回)

●①18歳以上、20人(先着順)②18歳以上、40人(先着順)

●①1,500円②2,000円

📍 4月16日から費用を添えて直接施設へ

こども植物園
〒232-0066 六ツ川3-122
☎741-1015 ☎742-7604
📅 第3月曜日

- ▶①さくらそう展
こども植物園で保存している古典園芸植物のひとつ、サクラソウの鉢物展示
●4月16日(土)～24日(日)、9時～16時30分
- ▶②バラ展
バラの歴史や利用法などのパネル展示
●5月7日(土)～15日(日)、9時～16時30分
- ▶③バラ園特別ガイド
バラ園の見どころや品種について職員が解説
●5月8日(日)10時～11時
- ▶④バラのアレンジメント
●5月18日(水)14時～16時
●成人、14人(抽選)
●2,500円
申 ④5月4日(必着)までにホームページ、FAX、はがき(必着事項)を記入または直接施設へ。①②③は直接会場へ

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

- ▶ごみ拾いボランティア
一緒に街を歩いて、清掃活動をしていませんか。ボランティア体験をしたい人などお気軽にご参加ください。
●5月25日(水) (雨天順延)6月1日(水)10時～12時
●10人(先着順)
●集合場所:トモニー(南区福祉保健活動拠点)浦舟町3-46 8階※活動場所は未定
申 4月11日から電話で申込み

南図書館
〒232-0067 弘明寺町265-1
☎715-7200 ☎715-7271
📅 4月18日(月)

- ▶土曜日のおはなし会
ストーリーテリングと絵本の読み聞かせのおはなし会
●5月14日(土)11時～11時30分
●4歳～成人、7組(先着順)
申 5月5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
●4月19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)
申 4月12日9時30分から電話または直接施設へ
- ▶おび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
●4月28日(木)11時～11時30分
●0～4歳児と保護者、7組(先着順)
申 4月21日9時30分から電話または直接施設へ

永田地区センター
〒232-0076 永田台45-1
☎714-9751 ☎714-9752
📅 第3月曜日

- ▶ポーセリンアート マイ茶碗作り
母の日に、世界でオンリーワンの手作り「マイ茶碗」をプレゼントしてみませんか。
●4月24日(日)10時～12時
●小学生～成人、15人(先着順)※小学2年生以下は保護者同伴●500円
申 4月11日9時30分から電話または直接施設へ(初日のみ電話申込みは13時から)



- ▶写経の時間
弘明寺観音副住職をお招きして、写経が初めての人にも分かりやすく目的や作法などのお話を聞き、一緒に写経も行います。
●5月11日(水)14時～16時30分
●成人、30人(先着順)●500円
申 4月12日9時30分から電話または直接施設へ(初日のみ電話申込みは13時から)

- ▶体をほぐそう!ストレッチヨガ
ヨガが初めての人も歓迎です。
●4月27日(水)①9時30分～10時30分②10時45分～11時45分
●成人、各7人(先着順)●500円
申 事前に電話または直接施設へ
- ▶「パソコン/スマホ/タブレット相談室」
ちょっとわからないところだけ教えてほしい人、新しいワザを覚えたい人、気軽にご参加ください。
●4月20日(水)12時30分～14時30分
●成人、6人(先着順)※相談希望のパソコン/スマホ/タブレットをお持ちください。●200円
申 事前に電話または直接施設へ

- ▶永田地区センターおもちゃ病院
毎月一回おもちゃ修理専門の病院を開いています。※ハイテクおもちゃを除く
●4月23日(土)10時～11時30分
●壊れたおもちゃを持参できる人、10人(先着順)
●無料※ただし、300円以上の部品代がかかる場合は事前に相談の上、ご負担いただくことがあります。
申 当日直接施設へ(常時修理受付可・休館日は除く)
- ▶「さくらザウルス」の出張「おはなし会」
紙芝居・手遊び・パネルシアターなど
●4月11日(月)11時～11時30分
●未就学児と保護者、3組(先着順)
※4月から1階プレイルームで実施
申 当日直接施設へ



福祉保健センターから

区役所会場のがん検診(電話予約制)

- 乳がん:40歳以上女性・2年度に1回(①か②の選択)
5月11日(水)午前
●予約受付:4月11日～28日(13時～16時)
●40人(先着順)
●①1,370円(視触診690円+マンモグラフィ680円)
②680円(マンモグラフィのみ)
申 公財)神奈川県結核予防会 ☎251-2363
- 肺がん:40歳以上・年度内(4月～3月)1回
5月9日(月)午前
●予約受付:4月19日～26日(8時45分～17時)
●30人(先着順) ●680円
申 健康づくり係 ☎341-1185 ☎341-1189

健康相談・講座(予約制)

- 生活習慣改善相談/禁煙相談
4月21日(木)午後
- 歯と口の健康相談
5月9日(月)午前
- 食生活栄養・健康相談
4月21日(木)午後、5月9日(月)午前
- 子どもの食生活相談
5月9日(月)午後
※電話・FAXからお申込みください。
- 離乳食講座(おおむね5～8か月児)
4月13日(水)14時～15時
●12組(先着順)
※ホームページ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、講座ともに区役所4階健診会場
申 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。
5月10日(火)14時～16時
●鶴見区役所1階 母子健康相談室
※詳細はお問い合わせください。
申 障害者支援担当 ☎341-1142 ☎341-1144

- 乳幼児歯科相談(0歳児から未就学児)
4月26日(火)9時15分～11時
●区役所4階 健診会場
申 子ども家庭係 ☎341-1148 ☎341-1145

乳幼児健康診査

- 4か月児 4月19日(火)、5月10日(火)
- 1歳6か月児 4月21日(木)
- 3歳児 4月14日(木)、4月28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。
申 子ども家庭係 ☎341-1148 ☎341-1145

横浜市内で急な病気やけがで
病院に行くか救急車を呼ぶか迷ったら

救急相談センター

☎ #7119 年中無休 24時間対応

または ☎ 045-232-7119へ