

▶ 6~12ページはなか区版です

区政TOPICS

キャッシュカードを渡しちゃ

ダメ!



# なか 2

No.268/2020年

【問合せ】区役所地域振興課 ☎224-8132 ☎224-8215

## 「あなたのキャッシュカードが…」という電話は詐欺!

こどもや孫を装って電話をかけお金をだましとるオレオレ詐欺、役所の職員をかたって還付金があると電話をし、ATMに誘導した上お金を振り込ませる還付金詐欺などを総称して「特殊詐欺」と呼びます。特殊詐欺のなかでも最近増えているのがキャッシュカード受け渡し型詐欺です。

昨年1月から10月までの、中区のキャッシュカード受け渡し型詐欺の被害額は19件で約3,600万円。市内18区で3番目に多い額です。

●●銀行の者です。  
あなたのキャッシュカードが不正に使われています。  
カードを止める手続きのため銀行員が伺います。

●●銀行の〇〇です。  
新しいキャッシュカードが発行されるまで、暗証番号を書いた紙と一緒に封筒に入れて、カギのかかるところに大切に保管してください。

しっかりと封印するので、印鑑を持ってきてください。

その場を離れている際に他のカードが入った封筒とすり替えられて、本物のキャッシュカードを取られ、ATMで現金を下ろされてしまいました。

犯人は銀行員の他にも、銀行協会職員、金融庁職員、警察官、デパート店員などと名乗り、「キャッシュカードが悪用されているため預かります」「郵送してください」など、手を替え品を替えてだまそうとしてきます。

**電話でお金や通帳、キャッシュカードの話が出たらそれは詐欺です。すぐに警察署に通報しましょう!!**

### 警察署から

山手警察署生活安全課の警察官に聞きました

#### 最近の特殊詐欺の傾向と対策

詐欺の犯人は実在の役所や店舗の名前をかたって電話をし、最初は偽者だと判断が付きにくくなっています。また、息子と称して電話をしてきて、「かばんを落とした」「会社のお金を立て替えてほしい」などと作り話をしてお金をだましとるオレオレ詐欺の被害も依然として発生しています。

いつあなたの家に電話がかかってくるかわかりません。

日ごろからしっかり対策をしておきましょう!

一人で判断せず  
必ず誰かに相談しましょう!  
電話でカードやお金の話が  
でたら、自分だけで判断せず  
家族や友達、近所の人など  
に相談しましょう。

自分の声を残したくない  
犯人は、録音機能のある電話を  
嫌います。留守番電話機能付きの電話  
であれば、常時留守番電話をセットしておき、  
相手の声を確認してから電話に  
出るようにしましょう!

この電話は  
迷惑電話防止の  
ために会話を  
録音します

迷惑電話防止  
機能付き電話機の  
活用も効果的です



#### 特殊詐欺に加担させられた青少年の実態

詐欺の電話をかけたり、カードや現金を受け取りに行ったりする役割を担うのはほとんどが若者です。報酬を目当てに安易に加担してしまい、逮捕された結果せっかく入学した大学を辞めざるを得なくなった若者もいます。詐欺は加害者・被害者ともに大きく人生を変えてしまう卑劣な犯罪です。

若者が詐欺に加担することのないよう家族や学校・地域で見守りましょう。

【問合せ】山手警察署 ☎☎623-0110 伊勢佐木警察署 ☎☎231-0110  
加賀町警察署 ☎☎641-0110 横浜水上警察署 ☎☎212-0110



### 笑って学ぶ寄席de防犯

真面目な内容も、寄席を見るだけで学べるのなら苦じゃないはず。

防犯エンターテイメント集団「GIFT」のマジックショーと、二代目林家木久蔵師匠の防犯落語。みんなでお腹をかかえて笑いながら学びましょう。



林家木久蔵師匠

【日時】2月25日(火)

13時30分～15時30分

【会場】横浜にぎわい座(桜木町駅徒歩3分)

※申込み不要。当日先着350人 ※無料

【問合せ】区役所地域振興課 ☎224-8132 ☎224-8215

### 中区安全・安心メールに登録を!

区内で発生した空き巣・詐欺などの防犯情報を区役所から週に1回程度メールで配信しています。

登録は二次元コードを読み取り、HPから。→

【安全・安心メールの例】



【ひったくり】

発生日時:〇月〇日22時30分頃

場所:〇〇町

発生状況:帰宅途中に、後ろから来たバイクに乗った犯人に、ハンドバッグをひたたくられた。

対策:バッグは車道と反対側(建物側)の手で持ちましょう。後ろから来るバイクなどに注意を払い、時々振り返ることで被害を防げます。

### 中区役所

〒231-0021  
横浜市中区日本大通35  
☎224-8181(代表)

開庁時間

●平日8時45分～17時  
●第2・4土曜9時～12時(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の窓口)

### 人口・世帯数

149,910人  
81,445世帯  
(2020年1月1日現在)



### 中区区政情報

災害情報のほか、中区の旬の話題やイベント情報を発信中



### 編集・発行

中区役所広報相談係  
☎224-8123  
☎224-8214



今年の中区制93周年。「93」と中区のマスコット・スウィングーをデザインしたロゴマークです▶



# 特集 野毛さんぽ

## ～昼間の野毛を歩いてみませんか？

「野毛=夜のまち」。そんなイメージを持っていませんか。昼間の野毛を歩いてみるとレトロな街並みやまちの歴史を楽しむことができます。このマップを片手に散歩を楽しみながら、野毛周辺の新たな魅力を見つけてみましょう。

【問合せ】区役所地域振興課 ☎224-8132 ㊟224-8215

明るくなった日ノ出町の街並みもぜひ楽しんでください。



2代目オーナー 鈴木 昭利さん

### 街並みは変わっても変わらない味 ～オーナーの優しい笑顔が迎えてくれる洋食店

#### 1 ミツワグリル (日ノ出町駅前商店会)

住所 日ノ出町1-20  
電話 241-0696  
営業時間 11時～14時30分  
17時～19時  
定休日 水曜



安くておいしい人気のBランチ。メインはハンバーグとチキンカツ

1952年の創業以来、ソースやドレッシングの手づくりにこだわっています。地元の方からは「変わらない味」「懐かしい味」と喜んでもらっています。毎週通ってくださる常連さんやインターネットでの評判を見て遠くからご来店される方など、多くのお客様の「おいしい」という声がとても励みになっています。この辺りは、昔は暗いイメージがりましたが商店街や地域の頑張りもあり、今はずいぶん明るくなりました。散歩も楽しめる安全なまちになりましたよ。

大岡川沿いのウォーキングがおすすめです！野毛のまちを楽しんでください。



4代目店主 若林 嘉一郎さん

### 料理人も使う本格的なテーブルウェア ～野毛はもちろん、元町や関内の飲食店で使われるグラスや食器が手に入る専門店

#### 2 若林洋食器店 (野毛商店街協同組合)

住所 野毛町2-79  
電話 251-7339  
営業時間 月～金曜10時30分～19時30分  
土曜10時30分～18時  
定休日 日曜・祝日



普段使いできる食器からおもてなしにピッタリの本格的な食器まで数多く並びます

創業は1904年。1971年から野毛に事務所があります。以前は業務用のみの扱いでしたが、3年ほど前から一般のお客様にも来店いただける店舗に改装しました。グラスや食器によって味わいも変わってきますのでぜひお気に入りのテーブルウェアを探してみてくださいね。野毛のまちには、ショッピングセンターにはない、商店街ならではの魅力があります。最近では若い方や外国人のお客様も増えていますね。地域と商店街とが協力し、野毛のまちをより良くしていきたいですね。

## スマートフォンを持って、野毛のまちを歩こう！

「よこはまウォーキングポイント」の歩数計アプリを使えば、気軽に楽しく健康づくりに取り組むことができます。アプリでは、決められた歩数を達成するとクーポンが獲得できる「ミッション」も随時開催！「よこはまウォーキングポイント」について詳しくはホームページをご確認ください。

よこはまウォーキングポイント 検索

よこはまウォーキングポイント歩数計アプリはこちらの二次元コードからダウンロードできます。

Android端末をご利用の場合



Google Play からダウンロード

iPhoneをご利用の場合



App Store からダウンロード

## 商店街についてもっと知ろう！ 商店街動画配信中心！

中区役所では、中区の商店街の魅力を紹介する動画を配信しています。商店街の魅力を動画でチェック！

中区の商店街振興 検索

※現在、野毛エリアの商店街のPR動画を制作中！（3月公開予定）

## 苦難を乗り越え、安全・安心なまちとしてにぎわう野毛

野毛というまちには、三菱重工横浜造船所のドック閉鎖や、東急東横線桜木町駅廃止など、お客様の足が遠のく苦難が何度もありました。そのたびに、地域と商店街とが連携して、一つひとつ乗り越えてきました。今は若い経営者も増え、同時に若いお客様や女性も増え、まちは大変にぎわっています。また、安全・安心なまちづくりに、力を注いでいます。野毛にあるお店は700にもものぼり、とても個性豊かです。夜はもちろんですが、実はお昼もとても魅力的なお店が多く、私自身もランチを楽しんでいます。レトロで、そして安全・安心なまちというのは、ほかにはない特徴です。今年は東京2020オリンピック・パラリンピックが開催され、たくさんの方が横浜を訪れるのではないのでしょうか。横浜全体が盛り上がる中で、ぜひ野毛にも遊びに来ていただきたいですね。



野毛地区街づくり委員会 野毛地区振興事業協同組合理事長 平出 揚治さん

## 野毛さんぽMAP

マップにのっているお散歩スポットをあなたはいくつ知っていますか？

## 昭和風情と共に楽しむ味 ～野毛のまちを見守り続けるお好み焼き店

#### 3 みかさ (宮川町商店会協同組合)

住所 宮川町2-23  
電話 231-0353  
営業時間 火～金曜17時～23時30分  
土曜12時～23時30分  
日曜・祝日12時～22時30分  
定休日 月曜 (祝日の場合は翌日火曜)

銀座で修業していた祖母が1953年に創業しました。鉄板やテーブルなどは創業当時のものを大切に使い、お好み焼きに使っている牛だしは、味が変わらないようにつぎ足しながら使っています。66年の伝統を守りながらも、もんじゃ焼きなどの新しいメニューを増やしてきました。外国の方や若い方も増えましたが、昔から通ってくれるお客さんも多く、親子4代で来てくれる方もいらっしゃいますよ。

まちの発展と共に、地域と商店街が協力して、野毛ならではの文化を育ててきました。中でも、30年以上続く「野毛大道芸」はまち全体が盛り上がる大きなイベントです。ぜひ遊びに来てください。

今年の「野毛大道芸」は4月25日(土)・26日(日)に開催



野毛で食事をしながらレトロな街並みを楽しんでください！



3代目店主 笠間 千恵子さん

ほうろろのカップで提供される「みかさ焼」は創業当時から変わらない

## ウォーキングを始めるならここで相談 ～野毛っ子が通うスポーツ用品店

#### 4 B&D横浜桜木町店 (桜木町おシティ商店会)

住所 桜木町1-1  
桜木町おシティ2F  
電話 663-3345  
営業時間 10時～20時  
定休日 なし

小学生や中学生の頃に通ってくれたお客様が今ではお子さんと一緒に来店されることもあり、とてもうれしいですね。最近では60代70代のお客様も増えてきました。当店ではサッカーやランニング用品など幅広い商品を取り揃えています。ウォーキングやジャムが流行っているため、スポーツウェアやシューズも充実させています。スポーツ経験者や専門の資格を持つ社員も多くいるので、探し物などがあ



小さい頃は野毛山で遊びました。緑も多くあるのでランニングにもおすすめです！



スポーツシューフィッター® 店主 小島 涉さん 大貫 浩さん

※スポーツシューズとインソールの専門家

今回紹介する地図上のお散歩スポット①～⑮を順番に歩くと約10,000歩。野毛周辺の街並みを楽しみながら歩いてみましょう。



今月11日以降のイベントなどを掲載しています。特に記載のないものは、無料・事前申込不要・先着順・締切日必着です

# Event Clip

イベント クリップ

## マークの説明

- 🕒 日時・期間
- 📍 会場
- 👤 対象・定員
- 👶 保育
- 💰 費用
- 📄 申込み
- 🗨️ 問合せ
- ☎️ 電話
- 📠 ファクス
- ✉️ Eメール
- 🚏 バス停
- 📮 郵便番号・住所
- 📅 行事名
- 👤 氏名(ふりがな)
- 👴 年齢

一部のイベントなどはHPでも紹介しています。

### 70種約300本からなる梅林で 根岸森林公園「梅まつり」

2/15(土)・16(日)

- ▶野点
- 🕒 11時～14時 📍 70人 💰 500円
- ▶お箏の演奏
- 🕒 11時30分～14時※途中休憩あり
- ▶生け花パフォーマンス
- 🕒 11時30分～12時
- ▶公園職員による梅ガイド
- 🕒 14時(梅林四阿集合)～14時30分 📍 20人
- 【共通】📍 根岸森林公園梅林(旭台) 📍 同園
- ☎️ 641-9185 📠 663-1130



市内でも屈指の梅の名所を満喫しませんか

### 大佛次郎×ねこ写真展2020

2/22(土)～4/19(日)

- 大の愛猫家だった大佛次郎にちなんだ、ねこ写真展。一般応募作品の他、大佛次郎が撮影したねこ写真や所蔵のねこのおもちゃ絵(浮世絵)も展示。
- 🕒 10時～17時※4月は17時30分まで 📍 大佛次郎記念館(港の見える丘公園前) 💰 200円(中学生以下・市内在住の65歳以上は無料)
- 📍 同館
- ☎️ 622-5002
- 📠 622-5071



撮影：石居延弘

### 「ひきこもり・不登校・働けない」で悩む ご家族、地域の方へのセミナー・個別相談会

2/29(土)

- 若者が自立に向けて一歩を踏み出すために知っておきたい、家族や地域としての支え方について話します。セミナー後、個別相談も(希望者のみ)。
- 🕒 13時30分～16時30分 📍 区役所別館305会議室
- 📄 2月11日(祝・火)から電話・Eメール(📠・📠・📠)個別相談希望の有無・本人との続柄を記入)で
- 📍 よこはま東部ユースプラザ
- ☎️ 642-7001
- 📠 642-7003
- ✉️ ypt@sodateage.net



ユースプラザの専門相談員がお話します

### 大切なペットのために 高齢ペットとの暮らし方セミナー

2/29(土)

- 高齢ペットに起こりやすい病気や問題行動と、その対処法や介護について、獣医師やドッグトレーナーがお話します。
- 🕒 14時～16時 📍 区役所7階会議室 📍 100人
- 📄 電話・FAX・HP(📠・📠・📠)を記入)で
- 📍 区役所生活衛生課
- ☎️ 224-8339 📠 681-9323



## 3/8(日) 横浜三塔の日イベント

会場：開港記念会館

三塔の日(3/10)にちなみ、今年は3月8日に開催します！

### PICK UP!

#### ◆開港記念会館の塔にのぼろう

- 🕒 10時～13時
- 📍 300人(10時から整理券配布)
- 💰 100円(含保険料)



▲普段はのぼることができない塔にのぼるチャンス

### PICK UP!

#### ◆コンサート

- 区内の中学校や演奏団体によるコンサート。
- 🕒 13時～16時10分
- 岩井春菜氏(フルート/右写真)とアンサンブル山手パロッコの共演も▶



ほかにも喫茶、ハイカラ衣装の貸し出し、影絵発表、物産展、ワークショップ、スタンプラリー、「Garden Necklace YOKOHAMA 2020」ブースなど盛りだくさん！詳しくはHPで。

- 📍 区役所地域振興課
- ☎️ 224-8135 📠 224-8215

# 歴史の散歩道

## 歴代市庁舎編

### 2代目横浜市庁舎

明治22(1889)年4月、市制施行により横浜市が誕生した。初代の市庁舎には、本町1丁目の元郵便電信局の建物が充てられており、市役所の機能は当初から庁舎の外に分散していたことから、早くから移転の計画が持ち上がっていた。

港町1丁目の現在地をあらたな用地とする移転計画は、いったんは日露戦争の影響で延期されたものの、明治41(1908)年にあらためて市会で予算案が可決し、同年7月18日から基礎工事が始まった。そして2年の工期を経て、明治44(1911)年6月25日に煉瓦造3階建ての新庁舎が完成し、7月1日に開庁式がおこなわれた。

横浜市技師の池田稔が設計した新庁舎は、中央に塔を立てた壮麗なネオ・ルネサンス様式で、1階には戸籍・税務・

出納の各課が、2階には市長室、助役室のほか庶務・教育・土木の各課が、そして3階には貴賓室、市会議場、議長室、参事会室などが設けられた。

当時の工事概要には、煉瓦の壁体に鉄材を挿入することで堅牢な構造としたことが記されており、実際に大正12(1923)年の関東大震災では、市庁舎は地震の揺れにびくともしなかったことから、一時は臨時救護所として多くの罹災者を受け入れていた。しかし、周囲の火災が中央の塔に延焼し、建物は煉瓦の壁を残して焼け落ちた。壁だけの姿となった市庁舎は、震災から1カ月が経った10月15日に爆破解体された。

それから90年が経った平成25(2013)年12月、現庁舎の緑化再整備工事にもない、横浜公園前の歩道に面した場所から、当時の市庁舎の煉瓦基礎が発見された。遺構は正面玄関の右側部分にあたり、現在、一部が植樹帯のなかに露出展示されている。

(横浜都市発展記念館副館長 青木祐介)



派大岡川と2代目横浜市庁舎 明治後期～大正期  
横浜都市発展記念館所蔵



植栽帯に残る煉瓦基礎 2017年撮影

## 展示のお知らせ

4月12日(日)まで企画展「近代横浜を掘る—洲干島からひろがる都市のすがた—」開催  
横浜都市発展記念館(日本大通り駅③出口) ☎️ 663-2424 休月曜(祝日の場合は翌日)

# なか Information 情報ひろば

## 講座・催し

**■大佛次郎記念館**  
**▶テーマ展示Ⅲ「誕生！鞍馬天狗 みんなのHEROができるまで」**  
 4月19日(日)まで 大佛次郎記念館2階ギャラリー(1港の見える丘公園前) ¥200円(中学生以下・市内在住の65歳以上無料)  
**▶大佛次郎賞受賞記念講演会**  
 第46回大佛次郎賞を受賞した「鶴見俊輔伝」の著者・黒川創による講演会。  
 3月21日(土)14時～15時40分 開港記念会館講堂 400人 ¥800円(大佛次郎記念館入館券付)※チケットぴあ・大佛次郎記念館窓口でチケット販売  
**【共通】** 大佛次郎記念館 ☎622-5002 fax 622-5071

**■第14回横浜山手芸術祭 ユースギャラリー**  
 山手にある学校の児童・生徒の美術作品を各館で展示。2月8日(土)～16日(日)9時30分～17時※大佛次郎記念館は10時～。休館日は要確認  
 外交官の家、ブラフ18番館、山手234番館、横浜市イギリス館、山手111番館、大佛次郎記念館 山手111番館 ☎fax 623-2957

**■中区ふれあい作品展**  
 手芸、絵画、写真、俳句、短歌、工芸などの作品展示。2月20日(木)9時30分～16時・21日(金)9時30分～14時 開港記念会館1号室 中區老人クラブ連合会事務局 ☎fax 681-8480

**■中区タウンピクニック**  
 ～博物館巡りと横浜にぎわい座  
 神奈川県立博物館と歯の博物館を見学。午後は横浜にぎわい座で「寄席de防犯」(5ページ参照)を楽しみます。  
 2月25日(火)9時30分(関内ホール前集合)～15時 20人 ¥1,200円(昼食代・入館料)  
 2月12日(水)から電話で 区役所地域振興課 ☎224-8137 fax 224-8215

**■ひな祭りのフラワーアレンジメント**  
 ひな祭りにふさわしい生花を使ったアレンジメントを丁寧に指導します。  
 2月27日(木)10時～12時 日ノ出川公園 10人 ¥2,000円  
 2月11日(祝・火)から電話・来園で 同園 ☎641-3513 fax 225-8203

**■横浜市民ギャラリーコレクション展 2020 うつし、描かれた港と水辺**  
 横浜を中心に、港や水辺が描かれた作品を紹介。2月28日(金)～3月15日(日)10時～18時 同館1階・地下1階展示室 同館 ☎315-2828 fax 315-3033

**■写真と模型でよみがえる横浜市電**  
 市電が走ったまちの昔と今の写真を展示。HOゲージ模型の走行も。  
 2月29日(土)13時～16時 中區区民活動センター(区役所別館) 同センター ☎224-8138 fax 224-8343

**■フォーラム南太田**  
**▶女性のためのパソコン講座**  
 (1)再就職・転職のためのパソコン講座(全5回)  
 3月11日(水)・12日(木)・13日(金)・17日(火)・18日(水) ¥20,000円  
 (2)速習パワーポイント(全2回)  
 3月21日(土)・22日(日) ¥11,000円  
**【パソコン講座共通】** 10時～15時30分 女性12人※費用免除制度あり 2月17日(月)から電話・HPで  
**▶女性としごと応援デスク**  
 (1)女性の労働サポート相談  
 3月21日(土)①13時～、②14時～、③15時～ 各1人  
 (2)キャリア・カウンセリング  
 3月27日(金)①10時～、②11時～、③13時～、④14時～ 各1人  
**【応援デスク共通】** 各回50分程度 2月11日(祝・火)から電話・来館で  
**【全講座共通】** 同館(南太田駅) あり(有料・要予約) 同館 ☎714-5911(パソコン講座は☎862-4496) fax 714-5912

**■ママのためのヘルスチェック & リフレッシュ講座**  
 簡易血糖測定・ストレッチ・試食・講話など。3月13日(金)10時～12時 区役所別館3階 子育て中の女性20人 あり 3月1日(日)までにHPで。抽選  
 区役所福祉保健課 ☎224-8332 fax 224-8157

**■なかよろずアップ企画 黙伝ゲームを体験しよう**  
 学校の授業や企業の研修にも取り入れられている、勝ち負けのない新しいカードゲーム。子どもから大人まで楽しめます。  
 3月14日(土)13時30分～16時30分 中區区民活動センター(区役所別館) 16人 2月11日(祝・火)から電話・来館で 同センター ☎224-8138 fax 224-8343

## お知らせ

**■「中区明るい選挙推進作文コンクール」受賞者決定**  
 入賞者の作品は、中区HPで紹介しています。たくさんのご応募ありがとうございました。(敬称略)

**●小学生A部門(1～3年生)**  
**【金賞(中区長賞)】**  
 「中国語を話せるようになりたい」岡崎 航士(間門小3年)  
**【銀賞】**水野 ひかる(北方小1年) 松本 暁(立野小3年)  
**【銅賞】**梶佐古 湊弘(北方小1年) 立花 栄樹(間門小1年) 佐藤 大嘉(本牧南小2年)

**●小学生B部門(4～6年生)**  
**【金賞(中区選挙管理委員会委員長賞)】**  
 「みんなの笑顔のために」池田 有杏(間門小6年)  
**【銀賞】**佐々木 陽向(大鳥小6年) 宮井 萌歌(大鳥小6年)  
**【銅賞】**河村 奈心(大鳥小5年) 鰐部 みか(北方小6年) 相馬 琢人(立野小6年)

**●中学生部門**  
**【金賞(中区明るい選挙推進協議会会長賞)】**  
 「明日の社会への選択肢」小田 夏奈香(横浜雙葉中3年)  
**【銀賞】**岩崎 実怜(仲尾台中1年) 平岡 蒼空(仲尾台中1年)

**【銅賞】**軍司 励(仲尾台中1年) 谷口 はるか(仲尾台中1年) 原田 華(横浜雙葉中3年)  
 区役所統計選挙係 ☎224-8119 fax 224-8109

## スポーツ

**■中区シニアソフトテニス教室**  
 2月13日～2月27日の毎週木曜 ①11時～13時/初心者、②13時～17時/経験者 日ノ出川公園(伊勢佐木長者町駅①出口) 60歳以上※テニスシューズ・スポーツウェア着用 ¥各300円 横浜健康福祉クラブ(高田) ☎270-8603 fax 270-9932

**■中区パドルテニス教室**  
 2月16日(日)、3月1日(日)13時30分～15時30分 山元小学校体育館(山元町2丁目) 小学3年生以上各20人 ¥各100円(中学生以下50円) 電話・Eメール(行・図・冊・印・を記入)で 横浜パドルテニス協会(川地) ☎321-3076 ✉seikawachi@yahoo.co.jp

**■日ノ出川ソフトテニス教室**  
 2月23日(祝・日)13時～15時※15時～17時フリー練習あり 日ノ出川公園(伊勢佐木長者町駅①出口) 小学5年生以上(午後は高校生以上)※テニスシューズ・スポーツウェア着用 ¥500円(中学生以下300円) 中區ソフトテニス協会事務局(吉門) ☎0-8727-0404 ✉yoshikado080766@docomo.ne.jp

**■THE BAYS「ACTIVE STYLE CLUB」はじめてのフィットネスプログラム ～はじめてのヨガ 基本の「き」**  
 中西区民(在住・在勤・在学)限定の無料体験プログラム。3月1日(日)16時15分～17時30分・11日(水)19時～20時15分 THE BAYS B1(日本大通り駅②出口) 18歳以上各15人 2月11日(祝・火)から電話・Eメール(行・参加日・図・冊・を記入)で 在勤在学の人は所在地も記入)・来館で 同クラブ ☎663-5280 ✉info@asc.dena-baystars.jp

# 大震災の教訓を活かす!

～3月は絆(きずな)月間～

区役所総務課 ☎224-8112 fax 224-8109

平成23年3月11日に発生した東日本大震災発災から早くも9年がたとうとしています。

中区では、この大震災を忘れず教訓とし、大きな災害が発生しても被害を最小限に抑えるため、3月を「中区絆(きずな)月間」と位置づけて講習会などを行い、防災・減災行動を推進しています。ぜひ参加してください。

## ■中区防災力アップセミナー

**第1部「元気になる災害食」**  
 防災料理研究家の鈴木佳世子氏がお話します。  
**第2部 災害対応カードゲーム「クロスロードゲーム」**  
 災害対応を楽しく、真剣に考えるためのカードゲームです。  
 3月6日(金)13時～16時15分 区役所7階703・704会議室 50人 2月12日(水)からFAX・Eメール(行・図・冊・を記入)で 区役所総務課 ☎224-8112 fax 224-8109 ✉na-bousai@city.yokohama.jp

## ■災害時のペット対策講習会

獣医師や中区役所の職員が国の動向を踏まえてお話します。専門家のお話を聞いて日頃の飼い方から見直してみましょう。※動物を連れての参加はできません  
 3月20日(祝・金)13時～14時30分 開港記念会館2階6号室 100人 電話・FAX・HP(行・図・冊・を記入)で 区役所生活衛生課 ☎224-8339 fax 681-9323 中区役所 犬猫 検索

今月11日以降のイベントなどを掲載しています。特に記載のないものは、無料・事前申込不要・先着順・締切日必着です

## 施設から

### 野毛地区センター

☎241-4535  
☎241-4889  
野毛町3-160-4  
桜木町駅  
第2月曜(祝は翌日)



### ◆野毛ギャラリー

#### ～春紅会(書道)作品展示

☎2月16日(日)～25日(火)  
※展示初日・最終日の展示時間は電話確認を

#### ◆「ぼっぼっぼっ」とあそぼう!

手遊び・パネルシアター・紙芝居・手袋人形など。☎2月20日(木)10時～11時 未就園児と保護者

#### ◆親子de陶芸

1kgの粘土を材料に自由に作ります。☎2月22日(土)10時30分～12時30分 4歳以上の子と保護者6組 ¥2,000円/組※申込み時(電話申込みは3日以内)に支払い 申2月11日(祝・火)から電話・来館で



#### ◆おもちゃの病院

大切なおもちゃをボランティアドクターが修理します。☎2月23日(祝・日)①10時～11時、②13時～14時 各回10点※1人2点まで ¥電池・特殊部品などは実費 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆楽しく学ぼう!わかりやすい

#### 歯みがき講座

絵本などを通して、歯の大切さについて学びます。☎2月27日(木)10時～11時 未就園児と保護者10組 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆楽しい!小学生のためのキッズ・キッチン!～肉の日!ランチプレート

話題の「マンガ肉」などを作ります。☎2月29日(土)10時～13時 小学生12人 ¥700円※申込み時(電話申込みは3日以内)に支払い 申2月11日(祝・火)から電話・来館で



#### ◆井戸端交流コンサート～みんなで歌おう!童謡・唱歌

童謡や唱歌をいっしょに歌いながら交流しましょう。☎3月8日(日)13時30分～15時 80人 ¥500円(小学生以下無料) 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

### 本牧地区センター

☎622-4501  
☎622-4828  
本牧原16-1  
本牧原  
2/17(月)



#### ◆ヴォイストレーニング

☎2月14日(金)・20日(木)・28日(金)、3月6日(金)10時～11時

各30人 ¥各500円

#### ◆私の小さなお雛様

古布で可愛いお雛様を手作ります。

☎2月16日(日)10時～11時45分

10人 ¥1,500円

申2月11日(祝・火)から電話・来館で



#### ◆親子でリトミック

音楽の力を借りて創造力を身につけます。☎2月18日(火)①10時～10時45分/1歳児、②10時55分～11時40分/2・3歳児 未就学児と保護者各15組 ¥各500円/組

申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆こぐまの部屋

絵本の読み聞かせ、わらべ歌、手遊びなど。☎2月19日(水)11時～11時30分 未就学児と保護者10組

#### ◆みゆき先生の幸せレシピ

#### ～お肉活用術 豚肉

豚肉を使った料理3品・常備菜・デザートなど。☎2月21日(金)10時～14時 18人 ¥1,500円 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆味噌作り～今年のはたっぷり2kg

麴の風味を生かした味わい深い味噌作りをしましょう。☎2月24日(振・月)11時～12時30分 15人 ¥3,000円※希望者は700円追加で塩麴作りも 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆本もく座のおはなし会

#### ～おひなさま

桃の節句・おひなさまにちなんだ絵本や折り紙、歌で楽しく過ごします。☎3月3日(火)13時～14時

◆老いない体を作る四季の薬膳～春 春菊ジェノベーゼパスタ、魚介のトマトスープなど。

☎3月4日(水)10時～14時 14人 ¥1,500円 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

◆防災 包む・結ぶ・知恵と工夫の風呂敷活用術～いざという時に備えて

普段からおしゃれに便利に風呂敷を活用し、いざという時に備えましょう。

☎3月4日(水)14時～16時 10人 ¥1,500円(風呂敷付) 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆司法書士による「自分と家族を守る 相続・遺言・後見」

知っておきたいお金と家のはなし。

☎3月8日(日)10時～11時30分※11時50分～個別相談あり 20人 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

### 竹之丸地区センター

☎651-5575  
☎651-5576  
竹之丸133-3  
山手駅  
第3木曜(祝は翌日)



#### ◆TAKENOMARUロビーコンサート

演奏家によるピアノコンサート。☎2月12日(水)・14日(金)・26日(水)11時50分～12時30分

#### ◆絵本の部屋

絵本の読み聞かせ・手遊びなど。☎2月13日(木)10時30分～11時30分 未就学児と保護者

#### ◆マリンバリトミック

プロのマリンバ奏者による音楽教育。☎2月25日(火)10時～10時45分 未就学児と保護者12組 ¥700円/組 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

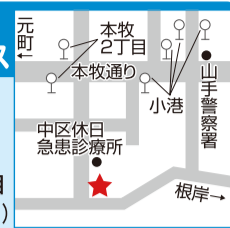
#### ◆芭蕉布ドールのペンダント作り

芭蕉布の古布を使って人形の形をしたアクセサリーを作ります。☎3月2日(月)10時～12時 10人 ¥3,000円 申2月11日(祝・火)から電話・来館で



### 中本牧コミュニティハウス

☎623-8483  
☎622-5517  
本牧町2-351  
小港・本牧2丁目  
第4月曜(祝は翌日)



#### ◆わいわいパネルシアター ～たまたまことあそぼう

パネルを使ったお話や季節の歌、手遊び。☎2月17日(月)11時30分～12時 50人

#### ◆小さな小さなクイリングフレーム

細長いペーパーを巻いて作るクイリングでかわいいフレームを作ります。☎2月20日(木)10時～12時 10人 ¥300円



申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆親子で作るひな祭りの茶巾寿司

☎2月23日(祝・日)10時～12時 子と保護者5組 ¥500円/組

申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆みんなあつまれ!おはなし会

絵本や紙芝居の読み聞かせです。☎2月26日(水)①12時～12時30分、②14時～14時30分 各50人

#### ◆地域リレー講座 part45

#### ～本牧・北方・根岸その2

郷土誌「本牧・北方・根岸その2」の内容を話します。☎2月27日(木)10時～12時 30人 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

#### ◆卒業・入学は手作りコサージュで

使用後は髪飾りやチャームとして活用できます。☎2月28日(金)10時～12時 10人 ¥1,500円 申2月11日(祝・火)から電話・来館で

## 山手の丘便り

山手地区にある洋館の魅力と旬な話題を、館長たちがお届けします。

### 横浜市認定歴史的建造物 山手234番館



「SPレコードを楽しむ蓄音機コンサートも人気です」と道林館長

山手234番館は関東大震災の復興事業の一環で、横浜を離れた外国人に戻ってもらうための外国人向け共同住宅として、1927年に建設されました。3LDKで暖炉や光庭のある少しぜいたくなアパートでした。同一形式の4つの扉が向かい合う玄関ポーチも魅力です。山手にお越しの際には、ぜひあたたかい館内でひとときをお過ごしください。

☎9時30分～17時  
毎月第4水曜  
(祝は翌日)・年末年始  
☎☎ 625-9393

イベント情報 ◆蓄音機コンサート ☎第2土曜14時～ 130人 ◆山手芸術祭 ☎2月24日(振・月)まで開催中

**大鳥中学校  
コミュニティハウス**

☎624-1651  
本牧原22-1  
📍本牧原  
🕒毎週火曜・木曜



◆おはなしの時間  
絵本やお話、わらべ歌を楽しみましょう。  
🕒2月26日(水)、3月11日(水)15時30分～16時  
👤各30人

◆漢方から見た身体のはなし  
漢方が身体に及ぼす効用とは。  
🕒2月28日(金)10時～11時30分  
👤30人 申2月12日(水)から電話・来館で

◆オリーブオイルの効用  
～知られざるオリーブオイルの力  
料理に美容に健康に、万能なオリーブオイルの効用を学びます。  
🕒3月6日(金)10時～11時30分  
👤25人 申2月12日(水)から電話・来館で

◆理学療法士が教えるシリーズ  
～痛みについて学び、療法を実践します  
🕒3月13日(金)10時～12時/膝の痛み・27日(金)10時～12時/腰の痛み  
👤各15人 料各500円 申2月12日(水)から電話・来館で

**仲尾台中学校  
コミュニティハウス**

☎623-6787  
仲尾台23  
山手駅  
🕒毎週水曜・金曜



【共通】申2月11日(祝・火)から電話・来館で

◆親子で遊ぼう  
～お雛様作り、虫歯予防の話  
🕒2月18日(火)10時30分～11時30分  
👤未就学児と保護者10組

◆武術家から学ぶ身体と呼吸  
～呼吸法で元気をもらおう  
武道やスポーツの基盤となる呼吸法をお話と実技で学びます。  
🕒2月23日(祝・日)14時～15時30分  
👤12人 料400円

◆大人のフォーク横丁～1970年代の楽曲を生演奏で聴く、歌う  
🕒3月7日(土)14時～15時30分  
👤45人 料300円



**本牧中学校  
コミュニティハウス**

☎623-6699  
本牧和田32-1  
📍二の谷  
🕒毎週火曜・木曜



◆「本牧の歴史」入門講座  
～本牧と牛肉・牛乳・キャベツ  
🕒2月17日(月)10時～12時  
👤60人 料200円 申2月12日(水)から電話・来館で

◆本牧IV～ランドマークタワーを眺める幕末明治他の歴史散歩  
幕末明治のころの横浜の歴史をたどります。  
🕒3月7日(土)9時50分(JR桜木町駅観光案内所前集合)～12時  
📍野毛～掃部山公園  
👤25人 料200円 申2月11日(祝・火)から電話(八聖殿郷土資料館 ☎622-2624)で

**山元小学校  
コミュニティハウス**

☎212-9099  
山元町3-152  
山元町2丁目  
🕒毎週火曜・金曜



◆懐かしい歌を歌う会  
～ピアノにのせて皆で歌う楽しみを  
🕒2月24日(振・月)10時～12時  
👤20人 申2月12日(水)から電話・来館で

**中図書館**

☎621-6621  
☎621-6444  
本牧原16-1  
📍本牧原  
🕒2/17(月)～19(水)  
※2/18・19は内装改修工事のため臨時休館



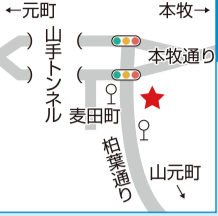
◆講座「もしものためのエンディングノート」  
行政書士がエンディングノートの書き方と活用方法を解説します。  
🕒2月15日(土)10時～12時  
👤20人 申電話・来館で

◆親子おはなし会このほんよんで!  
親子で絵本やわらべ歌を楽しみましょう。  
🕒2月22日(土)、3月10日(火)10時30分～11時  
👤1歳以上

◆定例おはなし会  
絵本の読み聞かせや手遊びなど。  
🕒3月4日(水)15時30分～16時  
👤3歳～小学生  
◆めぐみ座のおはなし会  
絵本の読み聞かせや手遊びなど。  
🕒3月7日(土)15時～15時30分  
👤3歳～小学生

**麦田清風荘**

☎664-2301  
☎664-2302  
麦田町1-26-1  
📍麦田町  
🕒第1月曜(祝は翌日)



◆令和2年度前期(4月～9月)「趣味の教室」

教室	日時	人数	費用
音楽健康体操	第2・3・4月曜 12:20～14:20	20人	
レクダンス体操	第2・4火曜 14:30～16:30	20人	
ぎょくよう 玉葉集の四季の歌	第2・4水曜 12:20～14:20	25人	500円
自然観察	第3水曜 10:00～12:00	15人	
編み物	第1・3木曜 12:20～14:20	10人	1,700円～2,700円
気ままに英会話	第2・4木曜 14:30～16:30	15人	

📍市内在住の60歳以上の人  
申2月21日(金)から3月12日(木)までに官製はがきと同館利用証が健康保険証を本人が持参し来館で。抽選※1人1教室。過去に受講した教室は申し込みません。ただし追加募集時には受け付けます

**本牧原地域  
ケアプラザ**

☎623-0971  
☎623-0977  
本牧原6-1  
📍和田山口  
🕒第4日曜



◆脳イキキ教室(全22回)  
簡単な「読み書き」「計算」を毎日15分程度行うことで、脳の働きを活性化!  
🕒4月2日～8月27日の毎週木曜①10時～10時40分、②10時40分～11時20分  
👤65歳以上各10人 料2,500円/1か月 申3月4日(水)までに本人が来館で。抽選

**善意銀行**  
<11月7日～12月9日受付分(敬称略)>  
横浜労働者福祉協議会なぎさ支部  
株式会社クラステイタス  
手芸ボランティアグループひばり会  
株式会社江戸清  
あたたかいご寄付をありがとうございました。  
☎中区社会福祉協議会  
☎681-6664 ☎641-6078

**中スポーツセンター**

☎625-0300  
☎624-1969  
新山下3-15-4  
📍みなと赤十字病院入口  
🕒第4月曜(祝は翌日)



◆定期教室参加者募集  
～2020年4月開始  
申2月21日(金)までに往復はがき(行・名・番・生年月日・〒・区・今年1月以降の同教室参加の有無を記入)・HPで。抽選 ※市外在住で市内在勤・在学・在園の方は勤務先・学校・園の名称も記入

**苦手種目に挑戦(全11回) 火曜**  
鉄棒、とび箱、マット運動にチャレンジ。  
🕒4月7日～6月30日17時15分～18時15分  
👤小学1～5年生30人  
料7,260円

**親子体操(全11回) 水曜**  
いろいろな運動遊びを体験。  
🕒4月1日～6月24日9時30分～10時30分  
👤2～4歳児と保護者35組  
料6,050円/組

**バドミントン(全10回) 木曜**  
基本ストロークからはじめ、ゲームを楽しめるように指導。  
🕒4月2日～6月11日9時～10時45分  
👤33人 料9,900円

**エンジョイスports(全12回) 金曜**  
週替わりでSportsを行います。  
🕒4月3日～6月26日11時10分～12時50分  
👤40歳以上40人  
料6,120円

**本気で体幹プロジェクト(全12回) 土曜**  
正しい体幹トレーニングや姿勢、体の使い方を学びます。  
🕒4月4日～6月27日9時～9時50分  
👤20人 料6,600円

**今月のポレポレグッズ**  
中区障害者地域作業所等製品  
2月28日(金)11時～13時30分  
区役所別館1階玄関ホール  
つぼみ、えちご家が販売します。



えちご家のハンカチ(100円)・どうぶつタオル(100円)・組むも製品(200円)  
区役所障害者支援担当  
☎224-8165 ☎224-8159

# 子育て Information

今月11日以降のイベントなどを掲載しています。特に記載のないものは、無料・事前申込不要・先着順・締切日必着です

●親子のひろば～親子で気軽に遊びに来ませんか  
地域の子育て支援者、主任児童委員が見守ります。

▶本牧ポートハイツセンター2階和室  
(本牧ポートハイツ前)

☎2月12日(水)10時～11時30分

▶野毛地区センター(桜木町駅)

☎3月10日(火)13時～14時30分

【共通】☎未就学児と保護者 ☎区役所福祉保健課 ☎224-8151 ☎224-8157

●横浜子育てサポートシステム入会説明会

子どもを預けたい人、預かれる人は会員登録を。地域で子育てをしましょう。

▶のんびりんこ(関内駅南口)

☎2月14日(金)・25日(火)10時30分～11時30分 ☎15人

▶シャーロックBABY本牧(三の谷)

☎2月19日(水)10時30分～11時30分 ☎6人

【共通】☎電話で ☎中区支部事務局(のんびりんこ内) ☎663-0676

●子育て応援ボランティア説明会

保育園やのんびりんこなどでボランティアをしてみませんか。☎2月21日(金)14時～15時 ☎のんびりんこ(関内駅南口)

☎中区在住の20歳以上の人10人 ☎のんびりんこ ☎663-9715

●のんびりんこ ☎663-9715  
地域子育て支援拠点(住吉町1-12-1belle横浜3階)

●子育て講座「幼児安全法」

子どもに起こりやすい病気やけがの手当ての仕方を学びます。☎2月22日(土)13時～15時 ☎未就学児と保護者 ☎電話・来館で

●子育て講座「離乳食のおはなし」

栄養士が実演を交えながら話します。☎2月27日(木)①10時20分～10時50分、②11時～12時 ☎①離乳食を始める前か直後の親子10組、②離乳食を進めている親子15組 ☎2月13日(木)から電話・来館で

●どうぞの会～リユースひろば～

服や子育て用品のリユースを行います。☎2月29日(土)10時～16時 ☎未就学児の保護者とこれから出産予定の人

●たくまっ子クラブ

親子のふれあい遊びと子育てミニ講座。☎3月7日(土)11時～12時 ☎0～2歳児と保護者15組

●公立保育園に遊びに来ませんか ※要予約の催しは各園で1か月前から電話受付

	●竹之丸保育園 ● ☎641-1646 山手駅	●山手保育園 ● ☎622-7403 千代崎町	●錦保育園 ● ☎621-5180 本牧ポートハイツ前
あからん	3/2(月) 10時～11時(6か月～10か月)10組(要予約) 13時～14時(5か月まで)	2/13(木) 10時～11時30分	2/21(金) 10時～11時30分
サロ	育児の悩みや情報交換など、おしゃべりをしながらお友達をつくりましょう!お気軽にお出かけください。身体計測・ベビーマッサージも行います。 ●対象:第1子で0歳児(竹之丸は10か月まで)の子どもがいる人		
ルーム	〈絵本貸出、育児相談〉 月～金曜 9時30分～14時30分	〈絵本貸出〉 火・水曜 9時～12時	〈絵本貸出、育児相談〉 月～金曜 9時～12時
育児講座	2/27(木)10時～10時45分 「リズム遊び」【交流保育】 1歳6か月～2歳6か月/10組 3/3(火)10時～10時45分 「みんなでひなまつり」【交流保育】 1歳～15組	この期間は実施しません。	3/3(火)10時～11時 「ひなまつり」【交流保育】 6か月～/5組

※山手保育園では月～金曜9時～12時に「育児相談」

## 地域のホット 子育て スポット32

プレイルーム・授乳室 (中区役所)

毎週火曜日の10時から11時30分までは「プレイルーム」の開放日です。予約なしで自由に入出りができ、保育士がふれあい遊びや育児相談を行っています。その他の曜日及び時間帯は、「授乳室」としてのみ利用できます。

中区役所5階 (日本大通35/日本大通駅)

日時 プレイルーム開放日: 火曜10時～11時30分  
※授乳室: 月～金曜8時45分～17時

この日はプレイルームの開放日。10時を過ぎ、親子が集まってくると、絵本の読み聞かせやベビーマッサージ、わらべうた遊びなどを楽しんでいました。「子供が遊ぶ遊びを提案してくれるので、家での過ごし方の参考になります。育児相談もできるいい場所です」と、利用者も笑顔でした。



◀ベビーマッサージで、心と体の成長発達をお手伝い



左側にあるのはシフォン布。これを使ったわらべ歌遊びも好評です▶



育児支援担当保育士 宇都木

ここには子育てのヒントがたくさん詰まっています。嬉しいこともつらいこともみんなで分け合い、子育てを一緒に楽しみましょう!

☎中区役所子ども家庭支援課 ☎224-8171 ☎224-8159

## 健康づくりカレンダー

【会場】記載のないものは中区役所別館(区役所本館隣)2・3階 ※できる限り公共交通機関をご利用ください  
【対象】原則、市内在住。エイズ・梅毒の検査・相談は市外の人でも可。\*の相談は中区在住・在勤・在学の人。結核検診は原則、中区在住 【費用】金額の記載のないものは無料 【予約】記載のないものは予約不要

種類	対象者	日時	内容・費用など
<b>問 福祉保健課 ☎224-8332 ☎224-8157</b>			
肺がん検診 (要予約)	2020年4月1日時点で40歳以上の人50人 ※血痰が出る人は医療機関を受診してください	3月6日(金) ※申込締切日は2月25日(火) 8時45分～9時30分	680円(胸部エックス線検査) 下記は無料(③に該当の人は事前に手続きが必要です) ①2020年4月1日時点で70歳以上の人 ②生活保護受給者 ③前年度の市県民税非課税世帯/均等割のみ課税世帯の人
禁煙相談*	本人または身近な人の禁煙について相談を希望する人	予約時にご案内します	肺年齢や呼気中一酸化炭素濃度の測定・禁煙についての相談 禁煙外来などの紹介や禁煙アドバイス
健康相談*	生活習慣病に関する健康相談を希望する人		保健師などによる生活習慣病についての相談
結核検診 (要予約)	65歳以上の人		結核の早期発見のための胸部エックス線検査
エイズ・梅毒の検査・相談 (要予約)	検査・相談を希望する人(匿名)	毎週木曜 9時～9時30分 ※受付は9時20分まで	血液検査。感染の疑いのある日から3か月経過してから検査をお受けください。結果は、次の実施日に直接ご本人にお知らせします。 ※なるべくエイズ・梅毒両方の検査を受けてください。梅毒のみの検査は実施していません
食生活健康相談 (要予約)	食生活の相談を希望する人	2月20日(木) 13時30分～15時30分	栄養士による生活習慣病・その他疾病などについての個別食生活相談(1時間程度)
子どもの食生活健康相談 (要予約)	乳幼児や小・中・高校生の食生活の相談を希望する人	2月28日(金) 9時～11時	栄養士による離乳食のすすめ方、少食、好き嫌い、やせ、肥満など、幼児食から小・中・高校生までの食生活相談
離乳食教室 (要予約)	生後7～8か月ごろ(離乳食2回食)の乳児と保護者	2月28日(金) 13時30分～15時	離乳食のすすめ方についてのお話、調理実演と試食
<b>問 子ども家庭支援課 ☎224-8171 ☎224-8159</b>			
乳幼児健診	4か月児	2019年10月1日～15日生まれ 2019年10月16日～31日生まれ	2月18日(火) 3月3日(火)
	1歳6か月児	2018年7月1日～15日生まれ 2018年7月16日～31日生まれ	2月12日(水) 2月25日(火)
		2017年1月16日～31日生まれ 2017年2月1日～15日生まれ	2月19日(水) 3月4日(水)
	3歳児		
計測、診察、育児・栄養・歯のお話 ※3歳児は尿検査もあります 【持ち物】母子健康手帳と筆記用具、バスタオル(4か月児)、使用中の歯ブラシ(1歳6か月児・3歳児)	12時45分～13時30分 ※12時30分から番号札配布		
乳幼児・妊産婦歯科相談 (要予約)	①未就学児 ②妊娠中の人・産後1年未満の人	2月26日(水)	①13時30分～14時30分 ②14時45分～15時 未就学児は歯科健診、ブラッシングなどの相談も 【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
プレ・マザーズクラス(両親教室)	この期間は実施しません ※次回の実施日は4月2日(木)		先輩ママ&赤ちゃんとの交流、パパの妊婦体験、お産のしくみと安産のヒント ※プレ・マザーズクラスは月4回開催。詳しくはHPで
<b>問 高齢・障害支援課 ☎224-8167 ☎224-8166 [共通] ☎224-8159</b>			
介護者のためのこころの相談* (要予約)	認知症などの人を介護する家族	3月2日(月)	①13時30分～ ②14時30分～ 認知症の人を介護する家族を対象に、介護不安を解消するためのカウンセリング
もの忘れ相談* (要予約)	認知症などのもの忘れが気になる人、家族の相談も可	2月26日(水)	①14時30分～ ②15時30分～ もの忘れや認知症で困っている症状についての専門医による相談
専門医による精神保健相談* (要予約)	精神疾病やこころの健康でお悩みの人、家族など	予約時にご案内します	精神疾病やこころの健康でお悩みの人、ご家族などへの精神科専門医による相談