

ホームページからPDF版を
見るができます



ほどがや



特集

学校と力を合わせる
民生委員・児童委員……………6

知ってる?スポーツ推進委員……………7

放課後の子どもたち

～地域に支えられて～

小学生の子どもたちが放課後に過ごす居場所として、放課後キッズクラブ・放課後児童クラブがあります。それぞれのクラブが地域の皆さんの温かい支援をいただきながら特色ある活動をしています。

☎区役所学校連携・こども担当
☎334-6322 ☎333-6309

放課後キッズクラブ



じゃがいもが
いっぱい
とれたよ!

大きな
さつまいもが
とれてうれしい!

近所の人から畑をお借りし、夏は
じゃがいも掘り、秋はさつまいも掘
りをしています。なんと1回に
230kgとったことも子どもたちに
とって貴重な機会となっています。



初音が丘小学校
放課後キッズクラブ職員の皆さん

100人以上の子どもたちに、毎回、
土まみれになりながら楽しんでも
らっています。今年は実施できな
かったので、早く子どもたちの笑顔
と元気な声が畑に戻ってくることを
願っています。



畑を提供している 山本さん

放課後児童クラブ

町内会
のお祭りに参加

おみこし
わっしょい!



地域のイベントに参加させて
もらい楽しんでいます。これか
ら地域の人と一緒に活動し
ていきたいです。

峯学童クラブ指導員 宮代さん

いつも遊んでいる
公園をきれいに
するよ!



子どもたちが公園の清掃を
手伝ってくれて感謝していま
す。まちをきれいに保つこと
の大切さを考えるきっかけに
なればうれしいです。



宮田町公園愛護会 会長 池田さん

子どもたちは地域の皆さんの協力によって、さまざまな体験をしながら成長しています。
放課後キッズクラブ・放課後児童クラブの活動に力を貸してくれる皆さん、大募集です!

放課後の居場所
について詳しく
知りたい人はこちら▶



イベントの様子(清掃を除く)は昨年のもので、今年は新型コロナウイルス感染症の影響により
普段どおりの活動はできませんが、感染症対策を行い、各クラブとも知恵を絞り工夫しながら元気に活動しています。

特集1 学校と力を合わせる 民生委員・児童委員

民生委員ってどんな人？

※このページでは民生委員・児童委員を「民生委員」と表記します。

- 日常生活での困りごとの相談にのります。
- 相談内容によっては、関係機関と連携し、必要な支援を受けられるようパイプ役となります。
- 地域からの推薦を受け、厚生労働大臣から委嘱されています。
- 法律で守秘義務が定められているため、相談の秘密は守ります。

まずはお気軽にご相談ください



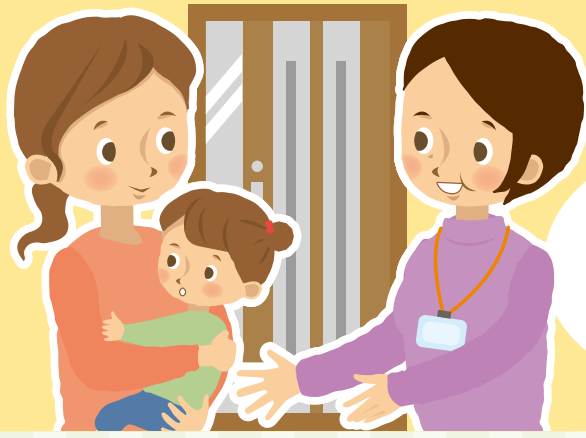
区民生委員児童委員協議会
会長 井上さん

どんな活動をしているの？

地域の子どもたちが安心して暮らせるように見守りをしています



地域の人の話し相手となり困りごとの相談にのっています



このような普段の活動に加えて、小・中学校と連携した取組があります。コロナ禍でも、地域とのつながりを保つために行っている意見交換会の様子を紹介します。

民生委員と学校が連携

子どもたちの現状について、今年も意見交換をし、学校・地域・民生委員のつながりや子どもたちへの理解が深まりました！



新桜ヶ丘地区 中村さん

学校・家庭・地域の連携の大切さを確認し合う良い機会でした。先生たちから、家にいる時間が長かったことによるトラブルやさまざまなストレスなど、学校再開後の様子が話されました。私たちだけでは気付かなかった子どもの様子などを知ることができたので、今後の活動に生かしていきます。



新井小学校 坂本先生
(児童支援専任教諭)

子どもたちが多くの時間を過ごす学校で、先生と民生委員の連携を深めるために実施しました。今年は、卒業式や入学式の縮小開催、夜間パトロールなどが中止になりましたが、登下校の見守り・声かけ活動や虐待防止活動については継続的に行っています。

学校の取組やお願いを民生委員に発信することで、集団感染を防ぐ対応など「学校の新しい生活様式」を地域の人にも理解していただき、学校と地域が一体となって子どもの成長を見守っていくという方向性を確認することができました。



上新地区 齊藤さん

訪問・見守り活動のさらなる充実を目指します～協力員制度～

見守りや相談・支援を必要とする人の増加や、相談内容が複雑になってきていることから、区では平成30年7月から民生委員・児童委員協力員が活動しています。(11月時点、32人)

民生委員・児童委員協力員って？

- 民生委員の活動を補佐します。
- 民生委員が希望する場合に地域からの推薦により、区長から随時委嘱されます。
- 民生委員と同じように、守秘義務があるため相談の秘密は守ります。



▲民生委員・児童委員協力員の皆さん

お住まいの地区を担当する民生委員を紹介します

区民生委員児童委員協議会事務局(区役所運営企画係)にお気軽にお問合せください。相談内容によっては、関係機関の担当部署を紹介する場合があります。

特集2

知ってる?

スポーツ推進委員

☎ 区役所生涯学習支援係 ☎ 334-6308 ☎ 332-7409

スポーツ推進委員は市長から委嘱され、スポーツ基本法に基づき活動しています。日常生活の中で、皆さんがスポーツ・レクリエーション活動に親しむことができるように地域に根ざしたスポーツの企画や運営をしています。よく知っているあのイベントにもスポーツ推進委員が関わっているかもしれません。ここでは、私たちが運営しているイベントを紹介します。どこにいるか分かりますか？



区スポーツ推進委員連絡協議会
会長 木村さん



こんなところに!スポーツ推進委員

少年少女 球技大会



ドッジボールの主審をしています。この大会ではミニバスケットやトスベアスボールもやっていて、参加者が楽しく安全にゲームを行えるよう、私たちが地区予選から運営しています。

西谷地区 中村さん

かるがも ファミリー マラソン大会



区で行われる最大級のスポーツイベントです。毎年1,200人を超える参加者を迎え、前日の会場準備から当日の受付・選手の誘導・会場警備・表彰式までを私たちの手で運営しています。

和田・釜台地区 市井さん

地区での 活動



権太坂境木地区
飯田さん

地域の人と一緒にラジオ体操をしたり、ボッチャ・ラダーゲッターなどの誰でも気軽にできる「さわやかスポーツ」を普及したりしています。地域に根ざした健康増進・スポーツ振興活動をしています。

その他

- 保土ヶ谷区グラウンドゴルフ大会
- 横浜マラソンや世界トライアスロンなど 県や市のイベントへの協力
- 区民まつりへのブース出店(昔遊びなど)
- 各種目の審判講習会への参加
- 広報誌「スポーツかるがも」の発刊 など



スポーツ推進委員に聞いてみました!

委員になったきっかけは?



中央地区 大迫さん

先輩に誘われたのがきっかけです。「スポーツ推進委員」という言葉も聞いたことがなかったのですが、スポーツに携わり、いろいろな人と活動するのが楽しいです。

スポーツ推進委員のやりがいは?



川島原地区 遠藤さん

試合に勝ったときの子どもたちの笑顔や、負けたときの悔し涙を流す姿は心を打たれます。そして、審判への「ありがとうございました」の言葉をもらうときは、特にやりがいを感じます。

女性でも活躍できる?



中央地区 川崎さん

ベテラン委員たちが丁寧に指導してくれて、分からないことがあればすぐに教えてくれます。女性にも参加しやすく、さまざまな場面で活躍できると感じています。

スポーツ推進委員は 地域のスポーツ振興や普及を進めています!

※紹介したイベントは過去に開催したものです。今年は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため各種イベントを中止していますが、その中でできる活動を行っています。

第33期スポーツ推進委員を募集中!

スポーツ推進委員は自治会町内会に推薦を依頼しています

任期:2021年4月から2年間
20歳以上で原則65歳未満(再任は原則70歳未満)

「横浜夢座」による朗読劇「真昼の夕焼け」無料

区役所生涯学習支援係
☎334-6305 ☎332-7409

～読書活動推進朗読会～

横浜大空襲の被災体験をもとに書かれた短編小説の朗読劇です。命の大切さを考え、今ある生活に改めて感謝する機会となる作品となっています。臨場感あふれる朗読劇を聴くという貴重な体験ができます。「戦争」と「平和」、「生きる」ことについて考えるきっかけにしませんか。

日時 2021年2月20日(土)14時～15時(受付:13時30分～)

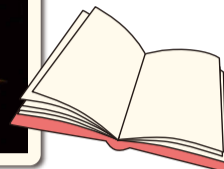
会場 保土ヶ谷公会堂 **定員** 300人程度(抽選)

出演 五大 路子、大和田 悠太、高橋 和久、高井 清史
伊藤 はるか、栗木 健

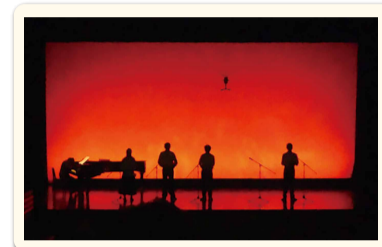
申込み 2021年1月15日まではがきか電子申請システム
〒住所・参加者全員の氏名(ふりがな)・電話番号・
参加人数(4人まで)・応募動機を明記
〒240-0001 川辺町2-9
区役所生涯学習支援係「読書朗読会」担当
※抽選結果は、当選者のみ2月5日までに通知します。



横浜夢座 座長 五大 路子さん



電子申請システム



高齢者に絵本を届けよう ～ひろげよう絵本の世界～ 無料

区役所生涯学習支援係
☎334-6305 ☎332-7409
✉ho-dokusho@city.yokohama.jp

絵本は子どもだけのものだと思いませんか?大人も十分に楽しむことができるのが絵本の魅力です。実演などを通して絵本の読み語りをしませんか。

日時 2021年1月28日(木)14時～16時(受付:13時45分～)

会場 保土ヶ谷公会堂

対象・定員 高齢者への絵本の読み語りボランティアを始めてみようと思っている人
または関心のある人 先着20人

申込み 12月15日からはがきかEメール
〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号・応募動機を明記
〒240-0001 川辺町2-9
区役所生涯学習支援係「高齢者に絵本を届けよう」担当



講師
吉岡 真由美さん

介護福祉士・教員・保育士・学校図書館司書教諭の資格を持ち、学校や福祉施設での現場経験を経て、現在介護福祉士養成校で講師をしています。学生と共に介護のブックトークを創り、福祉現場に届けています。

ほどがや防犯川柳コンクール 作品募集

区役所地域活動係
☎334-6302 ☎332-7409
✉ho-senryu@city.yokohama.jp

対象 区内在住・在勤・在学

テーマ 犯罪と被害の防止を呼び掛ける川柳

小中学生の部:「特殊詐欺(振り込め詐欺など)」や「こどもの安全」など
一般の部:「特殊詐欺(振り込め詐欺など)」

申込み 2021年1月8日まではがき・FAX・Eメール・電子申請システム
〒住所・氏名・年齢(学校名・学年)・電話番号・作品(句)を明記
〒240-0001 川辺町2-9
区役所地域活動係「ほどがや防犯川柳コンクール」担当
※Eメールの場合は件名に「ほどがや防犯川柳応募」と明記。
※作品の著作権は保土ヶ谷区に帰属するものとします。



電子申請システム

入賞者には表彰状と記念品が贈られます。また、入賞作品はポスターや啓発グッズに活用されます。



一人ひとりの輝きが、元気な地域をつくります!

ほどがや地域レポート 第33回

安全・安心な保土ヶ谷を目指して
保土ヶ谷郵便局 局長 大川 清さん

区役所広報相談係
☎334-6221
☎333-7945



大川 清さん

今年8月、区内郵便局・ゆうちょ銀行が保土ヶ谷土木事務所と「地域における協力に関する協定*」を締結しました。その内容は、郵便局・ゆうちょ銀行社員が勤務中に、道路・河川・公園施設の不具合や落書き、不法投棄を発見した際、土木事務所に報告することで犯罪や事故の未然防止を図るというものです。保土ヶ谷郵便局 局長の大川さんは、「道路の不具合などは大げがにつながることもある。区民の方がけがをされては困る。私たちがまちの安全と安心に貢献できればうれしい。」と話します。

郵便局が所有する車両は、二輪車140台・四輪車30台あり、1日の総走行距離は3,000kmにもものぼるといいます。区内を隅々まで走行する車両を生かした取組として、もう一つ「防犯ステッカー」があります。区・警察署・防犯協会と連携し、車両にステッカーを貼り付けて走行することで、地域の見守りと犯罪抑止につながっています。他にも、年賀状や暑中見舞いを利用した、振り込め詐欺防止・熱中症予防など注意喚起はがきの

配達や、交通安全の取組にも力を入れています。

新型コロナウイルス感染症流行後は、荷物の配達が増えたり、感染対策に細心の注意を払ったり、社員の負担も大きかったとのこと。「このような状況でも、お客様から感謝のお手紙や激励の声かけをいただくことがあり、本当に励みになっている。」と言います。

最後に今後の抱負を聞くと、「私たちの目標は“確かな信頼「安全」「安心」保土ヶ谷」です。」と力強く語ってくれました。

※防犯ステッカーについては9ページをご覧ください。 ※日本郵便株式会社保土ヶ谷区内郵便局及びゆうちょ銀行保土ヶ谷支店と保土ヶ谷区保土ヶ谷土木事務所との地域における協力に関する協定



防犯ステッカーを付けて区内を走ります▲

✿ 申告は早めの準備をお願いします

☎ 区役所市民税担当
☎ 334-6241 ☎ 332-7489

個人の市民税・県民税の申告期間は、令和3年2月16日～3月15日(予定)です。申告をする人は、申告に必要な書類(源泉徴収票・控除証明書など)を紛失しないように注意してください。書類が届かない・紛失した場合は、勤務先などに確認・相談をしてください。

申告に必要な書類と発行元の例

書類	発行元
● 給与所得の源泉徴収票……………	▶ 勤務先
● 公的年金等の源泉徴収票……………	▶ 日本年金機構など
● 国民健康保険料、後期高齢者医療保険料、 介護保険料年間納付済額のお知らせ……………	▶ 区役所保険年金課
● 国民年金保険料控除証明書……………	▶ 日本年金機構
● 生命保険料、地震保険料控除証明書……………	▶ 保険会社など

医療費控除を申告する人へ

令和2年分の申告から、「医療費控除の明細書」の添付が必要です。
 ※令和2年分から医療費の領収書の添付・提示では受付できません。
 ※医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります。
 (求められたときは、提示または提出をしなければなりません)
 ※医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付すると、明細の記入を省略できます。(医療費通知とは、健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」などです)

※ふるさと納税をした人は注意してください。

医療費控除などの確定申告をする場合は、ワンストップ特例の適用は受けられません。この場合は、ふるさと納税をした地方公共団体が発行する寄付金の証明書や領収書を添付して、必ず医療費控除などの申告と併せて確定申告をしてください。

✿ ノロウイルスを予防しましょう

☎ 区役所食品衛生係 ☎ 334-6361 ☎ 333-6309
 ☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6347 ☎ 333-6309

ノロウイルスの特徴

- 冬季を中心に流行し、感染力が非常に強い
- 「食品から人」または「人から人」に感染
- 回復後も最長約1か月間はウイルスを排泄する可能性がある
- 抵抗力が弱い乳幼児や高齢者は重症化するリスクがある

ノロウイルス予防の4原則

① 持ち込まない

発熱や下痢などの症状がある場合は調理を避けましょう。症状がなくても感染している場合があるので家族に感染者がいる場合も手をしっかり洗いましょう。

② につけない

調理や食事の前、トイレ後は石けんをよく泡立てて手を洗いましょう。洗う前に時計や指輪などはずします。また、爪は常に短く切りましょう。

③ やっつける

カキなどの二枚貝は中心部まで、85～90℃で90秒以上加熱しましょう。調理器具は食材ごとに熱湯や塩素系漂白剤を使って消毒しましょう。アルコールは効きにくいので、注意してください。

④ 広げない

おう吐物は塩素系漂白剤で適切に処理しましょう。



保土ヶ谷区 ノロウイルス対策 検索

✿ 地域を見守る“防犯ステッカー”車両を募集しています

☎ 区役所地域活動係 ☎ 334-6303 ☎ 332-7409

“防犯ステッカー”に協力いただける区内の企業・団体を募集しています。
 「防犯ステッカー」は、安全・安心に暮らせる環境づくりを進めるため、区・警察署・防犯協会が連携して作成しました。
 ステッカーを車両(自動車・自動二輪車・自転車)に貼り付け、日常業務での走行を通じて地域の見守りを強化し犯罪の抑止につなげていきます。(12月1日現在、協力企業・団体 38団体)

詳しくは地域活動係まで



健康・医療に関するひとことアドバイス

ウィズコロナの新常識

区医師会 小泉クリニック 小泉 和彦



新型コロナウイルス感染症の初期症状は、発熱・咳・倦怠感など風邪と同じような症状です。味やにおいが分からないというのは、新型コロナウイルス感染症に特徴的な症状ですが、全員に出るわけではありません。また、検査をしてもウイルス量が少ないと、新型コロナウイルスに感染していても、感染していない結果(偽陰性)になることがあります。そのため、診断には発熱や咳症状のある人と一緒にいたなどの接触歴が実は大事です。

1m程度の距離で、感染予防策(マスクなど)なしに、新型コロナウイルス感染症の患者と15分以上接触があった場合は、濃厚接触者となる場合があります。発熱や咳などの症状が出て医療機関を受診したいときは、事前に電話をしてから医療機関を受診しましょう。受診時には、症状だけでなく、症状がある人や陽性者との接触歴も医師に伝えてください。

予防のために、普段から、手洗い・マスク着用・人と身体的距離をとる・密を避けるといった基本的なことを守ること。そして、自分の健康状態を知る上でも、体温を測って平熱を知っておくことも大事です。

☎ 区役所健康づくり係 ☎ 334-6344 ☎ 333-6309

アイコンの見方

- 🕒日時・期間
- 📍会場
- 👤対象・定員
- 💰費用
- 📄内容
- 🎒持ち物
- 📄申込み
- 🗨️問合せ
- ☎️電話番号
- 📠ファクス番号
- ✉️Eメールアドレス
- 🏠休館日
- 🆓無料
- 👶保育
- 📅要予約

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

区役所から

2021年1月に開催の「保土ヶ谷区消防出初式」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、一般参加・観覧はありません。表彰のみとし、例年行っているお囃子・吹奏楽部の演奏・放水なども実施しません。☎️保土ヶ谷消防署庶務係 ☎️ 342-0119

2021年1月に予定していた「高齢者囲碁・将棋大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します。☎️区老人クラブ連合会 ☎️ 331-3322、区役所高齢・障害係 ☎️ 334-6382 ☎️ 331-6550

アマチュア無線防災ボランティア募集

大震災などの災害発生時に地域防災拠点へ行き、災害状況について区と情報受伝達します。定期的な通信訓練も実施します。

🏠区内在住でアマチュア無線資格を保有する人・資格取得に興味がある人
 📄随時Eメール 横浜市アマチュア無線非常通信協力会・保土ヶ谷支部 呼出符号(コールサイン)JH1FUD
 ✉️ kanaya@aw.wakwak.com (金谷)☎️区役所庶務係 ☎️ 334-6203 ☎️ 334-6390

母子・父子・寡婦福祉資金(修学資金・就学支度資金)貸付について

🏠2021年4月に高校・専門学校・大学などへ進学予定の子どもがいる母子・父子家庭で、修学資金・就学支度資金の貸付を希望する人👤直近の源泉徴収票が確定申告の控え、進学希望先のパンフレット※所得により手続きが異なります☎️子ども家庭係(本館3階34番)☎️ 334-6353 ☎️ 333-6309

ほめ方しかり方練習講座 ¥0

🕒2021年1月16日・23日・30日、2月6日、3月6日の土曜(全5回)10時~12時👤親子のつどいの広場「風の子」(西谷3-24-12-101)🏠区内在住でおおむね3歳以上の未就学児の保護者 先着6人※保育は生後4か月~未就学児
 📄12月15日から電話☎️子ども家庭係 ☎️ 334-6323 ☎️ 333-6309

こんなにいい写真が撮れるなんて!子育てで写真の撮り方講座 ¥0

🕒12月22日(火)14時~16時👤ほどがや市民活動センター アワーズ(星川1-2-1)🏠子育てで写真を上手に撮影したい人 先着10人👤デジタル一眼レフカメラかスマートフォン(フィルムカメラ不可)
 📄12月15日からFAXかEメール 住所・氏名・年齢・電話番号・保育の有無を明記☎️生涯学習支援係 ☎️ 334-6308 ☎️ 332-7409
 ✉️ ho-manabi@city.yokohama.jp

ほどがや産野菜を使用している飲食店を募集します ~地産地消飲食店マップ~

地産地消の取組を行う飲食店を紹介するマップを作成するため、ほどがや産野菜を使用している飲食店を募集します。
 🏠ほどがや産野菜を使用したメニューを提供している区内の飲食店 📄12月28日までに電話かFAX 店名と連絡先を明記☎️地域力推進担当 ☎️ 334-6380 ☎️ 333-7945

横浜中部地区市民朝市

野菜・果物・花などを即売します。(主催:横浜中部地区市民朝市出店者会)
 🕒12月27日(日)7時30分~8時30分(売り切れ次第終了)📍保土ヶ谷公園ミ二運動広場※直接会場へ。公園駐車場(有料)は5時からオープン。☎️北部農政事務所 ☎️ 948-2480 ☎️ 948-2488

最期の願いは、僕たちが支える「ピア~まちをつなぐもの~」特別上映会 ¥0

地域で生きるとは?在宅で療養するとは?笑って泣けて人生に前向きになれる命と希望の物語。

🕒2021年2月11日(祝・木)13時30分~15時30分📍保土ヶ谷公会堂🏠先着200人📄12月16日からはがき・FAX・Eメール・区在宅医療相談室HP 住所・氏名・電話番号を明記 〒240-0003 天王町1-21 保土ヶ谷区在宅医療相談室 ☎️ 465-6366 ☎️ 465-6367

✉️ soudanhodo@yahoo.co.jp ☎️区役所高齢者支援担当 ☎️ 334-6326 ☎️ 331-6550

保土ヶ谷区在宅医療相談室 検索

ギャラリーガイド

- ☎️生涯学習支援係 ☎️ 334-6305
- 区民ギャラリー(区役所本館1階ロビー)
 - ほどがや街の学習応援隊 活動PR展
- 🕒12月19日(土)~2021年1月7日(木)
 - 保土ヶ谷、あの街この街
- 🕒2021年1月9日(土)~21日(木)
 - アーバンアートほどがや(JR保土ヶ谷駅ビル3階)
 - トールペイントクリスマス作品
- 🕒12月11日(金)~23日(水)
 - 版画カレンダーの木版画オリジナル展
- 🕒12月25日(金)~2021年1月6日(水)
 - 税に関する絵はがきコンクール
- 🕒2021年1月8日(金)~20日(水)

まちなか農家さんの「ほどがや朝市」~旬な「ほどがや野菜」を直売します~

🕒12月12日(土)・25日(金)9時30分~(売り切れ次第終了)📍区役所前広場※直接会場へ(小雨決行・荒天中止。マイバッグを持参)☎️地域力推進担当 ☎️ 334-6380 ☎️ 333-7945

区民会議と協働! ほどがや朝市で「フードドライブ」を実施します

家庭で使いきれない未使用食品をお持ちください

🕒 12月25日(金)9時~10時

📄 賞味期限が2か月以上で常温保存が可能な食品(缶詰・レトルト食品など)

📍 寄付いただいた食品は福祉団体など、必要としている人に届けます

☎️資源化推進担当 ☎️ 334-6304 ☎️ 332-7409

羽沢横浜国大駅周辺地区のバリアフリーに関する情報をお寄せください

どんな情報を集めているの?

皆さまがよく利用する施設(駅・福祉施設・区民利用施設・病院・商業施設など)や、駅からその施設に行くまでの経路で、バリアフリーの観点で問題があると思われる情報を集めています。

- 📄 例え
- 施設の入り口に段差があって入りづらい
 - 横断歩道前の歩道の傾斜がきつくて、車いす利用者は信号待ちが大変 など
- いただいた情報は、バリアフリー化を進めるための基本構想策定の参考とします。

📄 回答方法 [バリアフリーに関する情報記入用紙] に記入し、窓口・郵送・FAX・Eメール

📅 募集期間 2021年1月29日必着

※常盤台地域ケアプラザの回収ボックスも利用できます。

保土ヶ谷区役所(本館2階22番)
 〒240-0001 川辺町2-9 区役所企画調整係
 ☎️ 334-6227 ☎️ 333-7945 ✉️ ho-kikaku@city.yokohama.jp

神奈川区役所(本館5階502番)
 〒221-0824 神奈川区広台太田町3-8 区役所企画調整係
 ☎️ 411-7028 ☎️ 314-8890 ✉️ kg-kusei@city.yokohama.jp

※どちらの区役所でも受付できます。

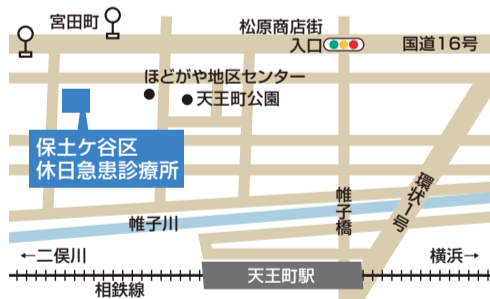
情報記入用紙は、区役所や区内各地区センター・地域ケアプラザで配架しています。また、ホームページからもダウンロードできます。

羽沢横浜国大バリアフリー 検索

年末年始の急病は保土ヶ谷区休日急患診療所へ

発熱の症状がある人は、事前に電話でお問合せください。

- 📄 診療日 日曜、祝日、年末年始(12月30日~2021年1月3日)
- 📄 診療時間 10時~16時(受付:9時30分~15時30分)
- 📄 診療科目 内科、小児科
- 📄 所在地 天王町1-21
- 📄 問合せ ☎️ 335-5975



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

施設から

ほ도가や地区センター

〒240-0003 天王町1-21
☎333-0064 ㊟520-1650
休12/21(月)・28(月)～2021/1/4(月)

■体操de心身リラックス

🕒2021年1月8日・15日・22日・29日、2月5日の金曜(全5回)10時～11時
👤50歳以上 先着10人 ㊟1,000円 ㊟ヨガマットやバスタオルなどの敷物・タオル・上履き ㊟12月15日9時30分から電話

初音が丘地区センター

〒240-0031 藤塚町15-1
☎352-3992 ㊟442-3559
休12/21(月)・28(月)～2021/1/4(月)

■筋力アップ健康ストレッチ体操教室 第3期

🕒2021年1月5日～3月30日の火曜 ※祝日を除く(全12回)10時15分～11時30分
👤成人 先着50人 ㊟3,600円 ㊟12月15日9時30分から窓口

■アコーディオンにのせて昭和の歌を歌いましょう

🕒2021年1月20日(水)13時～14時30分
👤成人 先着30人 ㊟200円 ㊟12月16日9時30分から窓口

■心を癒すアロマ&ハーブ

🕒2021年1月25日、2月22日、3月8日の月曜(全3回)10時30分～12時30分
👤成人 先着16人※保育は2歳以上 先着6人 ㊟2,400円※保育は別途1,800円 ㊟12月16日9時30分から窓口

西谷地区センター

〒240-0052 西谷3-15-1
☎371-3794 ㊟370-3161
休12/21(月)・28(月)～2021/1/4(月)

■季節の料理

🕒2021年1月14日(木)10時～12時30分
👤成人 先着8人 ㊟1,500円 ㊟12月17日10時から電話かHP

■マタニティヨガ

🕒2021年1月23日(土)15時30分～16時30分
👤妊娠5か月から臨月までの妊婦 先着6人 ㊟300円 ㊟2021年1月6日10時から電話かHP

くぬぎ台小学校コミュニティハウス

〒240-0045 川島町1374-1
☎㊟371-7611
休火・金曜、12/29(火)～2021/1/3(日)

■新春くぬぎ台寄席

🕒2021年1月11日(祝・月)14時～15時
👤先着30人 ㊟手品、落語 ㊟12月16日から窓口・電話・FAX ㊟住所・氏名・電話番号を明記

桜ヶ丘コミュニティハウス

〒240-0015 岩崎町15-30
☎331-5368 ㊟331-8990
休12/21(月)・29(火)～2021/1/3(日)

■子育てサロン

🕒2021年1月7日(木)10時30分～11時30分
👤未就園児と保護者 先着5組 ㊟12月16日9時30分から窓口(電話は翌日から)

■アマビエキーホルダーをつくろう!

🕒2021年1月9日(土)10時30分～12時
👤先着10人 ㊟100円 ㊟12月16日9時30分から窓口(電話は翌日から)

■おうち時間も楽しくアロマ 自分をいたわるとろける美容液

🕒2021年1月11日(祝・月)10時30分～12時
👤先着10人 ㊟1,000円 ㊟12月16日9時30分から窓口(電話は翌日から)

榎太坂コミュニティハウス

〒240-0026 榎太坂3-1-1榎太坂スクエアA-1
☎713-6625 ㊟713-6695
休12/21(月)・29(火)～2021/1/3(日)

■パソコン相談会

パソコンの困りごとを相談できます。
🕒12月15日・22日の火曜 13時30分～16時30分 ㊟パソコン ㊟直接会場へ

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 西区浅間町5-375-1-2F
☎311-6085 ㊟311-6050
休12/21(月)・29(火)～2021/1/3(日)

■本のクリスマスプレゼント

🕒12月19日(土)～25日(金) ㊟先着10人 ㊟子ども向け・大人向けに選んだ本を貸出 ㊟直接会場へ

■大人のためのおはなし会

🕒2021年1月5日(火)11時～11時45分
👤成人 先着6人 ㊟おはなしの語り・絵本紹介・詩など ㊟12月15日から窓口か電話

■新春コンサート

🕒2021年1月17日(日)13時30分～14時30分
👤成人 先着12人 ㊟100円 ㊟ヴィヴァルディ 四季より「春」ほか ㊟12月15日から窓口か電話

瀬戸ヶ谷スポーツ会館

〒240-0024 瀬戸ヶ谷町71
☎㊟712-2412
休12/21(月)・28(月)～2021年1/4(月)

■小学生お楽しみ工作

羊毛フェルトでストラップを作ろう。
🕒12月19日(土)10時～15時(入退室自由) ㊟小学生 ㊟100円 ㊟直接会場へ

保土ヶ谷図書館

〒240-0006 星川1-2-1
☎333-1336 ㊟335-0421
休12/21(月)・29(火)～2021/1/3(日)

■定例おはなし会

🕒①2021年1月6日(水)、②1月20日(水)15時30分～16時
👤一人で話を聞ける子ども 各先着9人 ㊟絵本、紙芝居の読み聞かせなど ㊟①12月23日、②2021年1月13日9時30分から窓口か電話

■親子おはなし会

🕒2021年1月21日(木)①10時30分～、②11時～※各回同一内容
👤2歳以下の乳幼児と保護者 各先着7組 ㊟わらべ歌、絵本の読み聞かせなど ㊟2021年1月14日9時30分から窓口か電話

岩間市民プラザ

〒240-0004 岩間町1-7-15
☎337-0011 ㊟337-2500 休12/14(月)・21(月)・29(火)～2021/1/3(日)

■偕恵いわまワークスカレンダー原画展「描き続けて8年!」

🕒11月26日(木)～12月13日(日)9時30分～17時 ㊟直接会場へ

ほ도가や国際交流ラウンジ

〒240-0004 岩間町1-7-15 岩間市民プラザ1階
☎337-0012 ㊟337-0013 休12/14(月)・21(月)・29(火)～2021/1/3(日)
✉toiawase@hodogaya-kokusai.com

■外国人母親交流会～ぴっころ～

🕒2021年1月19日(火)10時30分～11時30分
👤先着10組(日本人5組まで) ㊟おもちゃ作り ㊟12月15日10時から電話かEメール 氏名(親子とも)・電話番号・子どもの年齢を明記

■異文化理解・食の国際交流

🕒2021年1月24日(日)10時30分～11時45分
👤先着15人 ㊟500円 ㊟ロシアの生活と食事 ㊟12月20日10時から窓口か電話

常盤公園

〒240-0067 常盤台42
☎㊟331-5995 休12/29(火)～2021/1/3(日)

■新春を迎える花木の寄せ植え教室

🕒12月17日(木)13時30分～15時
👤公園詰所 ㊟先着10人 ㊟1,500円(材料費) ㊟マンリョウなど6種の縁起の良い花木を鉢に植え付け ㊟12月15日から電話かFAX ㊟住所・氏名・電話番号・人数を明記

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎862-5052 ㊟865-4671
休12/24(木)・29(火)～2021/1/3(日)

■女性のためのこころのケア講座

DV・モラハラによるこころの傷つきを理解し、自分を大切にケアする講座です。
🕒12月19日(土)10時～12時 ㊟女性 先着25人 ㊟600円 ㊟直接会場へ

■3か月コース 女性のためのコンディショニングヨガ

🕒2021年1月18日～3月22日の月曜(全10回)13時15分～14時30分
㊟女性 先着17人 ㊟9,000円 ㊟12月15日9時から電話

■女性のためのパソコン講座～エクセル中級～

🕒2021年1月23日(土)・24日(日)(全2回)10時～15時30分
㊟女性 先着10人 ㊟11,000円 ㊟12月15日9時30分から電話(㊟862-4496)かHP

※保育は2か月～未就学児、予約制、有料 ㊟子どもの部屋 ㊟862-4750

こども植物園

〒232-0066 南区六ツ川3-122
☎741-1015 ㊟742-7604
休12/21(月)・29(火)～2021/1/3(日)

■こめ展

🕒12月5日(土)～2021年1月17日(日)9時～16時30分
㊟米にまつわるパネルや標本を展示 ㊟直接会場へ

■めでたい植物(ミニ展示)

🕒2021年1月5日(火)～17日(日)9時～16時30分
㊟正月に飾られる縁起植物の展示 ㊟直接会場へ

■持ち手つきのかご編み

🕒2021年1月20日(水)13時～15時30分
👤成人 10人(抽選) ㊟1,000円 ㊟2021年1月6日までに窓口・はがき・FAX・HP ㊟住所・氏名(フリガナ)・電話番号を明記

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 旭区大池町65-1
☎811-8444 ㊟812-5778
休12/14(月)・28(月)～2021/1/5(火)

■自然を写そう!デジカメテクニックD

🕒2021年1月30日(土)9時30分～12時
👤小学5年生以上 10人(抽選) ㊟1,000円 ㊟写真家鈴木清美によるデジタルカメラの基本操作と自然を綺麗に撮るテクニック ㊟12月25日消印有効で往復はがきかHP ㊟住所・氏名(フリガナ)・性別・年齢・電話番号・Eメールアドレス・デジカメテクニックDを明記

広告

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期となる場合があります。事前にホームページや問合せ先でご確認ください。

保健・子育てインフォメーション

申問 健康づくり係 ☎334-6344~7 fax 333-6309

■胃がん・子宮がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診、横浜市健康診査予
内容などの詳細は、広報ほどがや区版5月号「保存版保健だより」に掲載

■肺がん検診(受診は年1回)予 ☎334-6345

☎2021年1月20日(水)〈受付〉9時~10時30分※予約時に指定〈予約〉12月22日から ☎区役所本館3階 ☎40歳以上(2021年4月1日時点)先着25人 ¥エックス線撮影680円※協力医療機関でも実施

■食と生活の健康相談 予 ☎334-6346

食生活・運動・禁煙などの相談(糖尿病・脂質異常症・高血圧・肥満など)
☎①12月17日(木)、②2021年1月14日(木)9時~、10時~、11時~ ☎区役所本館3階栄養相談室

■子どもの食生活相談 予 ☎334-6346

☎12月18日(金)9時~、10時~、11時~ ☎区役所本館3階栄養相談室 ☎0~18歳の食事の相談 ☎母子健康手帳

■離乳食教室 予 ☎334-6346

☎12月18日(金)13時30分~、14時30分~※時間は後日連絡 ☎区役所本館3階会議室 ☎生後7~8か月児(離乳食1日2回程度)と保護者 各先着12組 ☎離乳食の話、調理実演、個別相談 ☎タオル、母子健康手帳

スマートフォンからの申込みはこちら→



■歯っぴいいきいき1歳児 予 ☎334-6347

☎2021年1月6日(水)9時45分~、10時45分~※時間は後日連絡〈予約〉12月15日から ☎区役所本館3階受付 ☎2019年12月~2020年2月生まれ 各先着10人 ☎歯ブラシ(親子とも)、母子健康手帳

スマートフォンからの申込みはこちら→



申問 子育て家庭係 ☎334-6323 fax 333-6309

■乳幼児歯科相談 予 ☎334-6297

☎2021年1月12日(火)13時30分~、14時~ ☎区役所本館3階母子相談室 ☎未就学児 ☎歯ブラシ、母子健康手帳

■乳幼児健康診査 予 ※予約不要

対象	日程	受付時間
4か月児	12月16日、2021年1月6日の水曜	12時45分~13時30分の間で個別にご案内した時間
1歳6か月児	12月23日(水)、2021年1月14日(木)	
3歳児	12月24日、2021年1月7日の木曜	

☎区役所本館3階健診受付 ☎問診票、母子健康手帳、おむつ・パンツの予備、バスタオル、歯ブラシ(1歳6か月児、3歳児)、尿・尿検査申込書(3歳児)
※体調不良や都合の悪いときは次回以降の日程にお越しください。
※転入された方にはご案内が届かない場合がありますのでお問合せください。

■土曜日にプレパパ・プレママ集まれー! 予

☎2021年1月23日(土)10時~12時 ☎地域子育て支援拠点 こっころ(川辺町2-5 1階) ☎初産で妊娠16~32週のプレママとプレパパ 先着4組 ☎沐浴体験、妊婦体験、先輩パパの話 申問 2021年1月4日から電話 子育て家庭係 ☎334-6323 fax 333-6309

地域子育て支援拠点 こっころからのお知らせ

〒240-0001 川辺町2-5 パークタワー横濱星川11階 ☎340-0013 fax 332-3190
休 日・月曜(月曜祝日の場合は火曜)・祝日、12/26(土)12時~2021/1/4(月)

■絵本作家 保科琢音と12人のお父さん達リターンズ! ~オンライン(ZOOM)で配信~ 予

楽しい音楽を奏でてくれたお父さん達が再登場。保科琢音とコラボライブ。

☎12月19日(土)10時30分~11時30分 ☎未就学児と保護者
※申込み方法など詳細はHPをご覧ください。

■横浜子育てサポートシステム入会説明会 予

子どもを預けたい人と子育てを応援したい人(預かる人)を対象とした説明会です。会員になるためには、この説明会への参加が必要です。子どもも同席できます。
☎2021年1月30日(土)10時30分~11時30分 ☎子ども(生後57日~小学6年生)を預けたい人、預かる人(市内在住の成人で健康な人) 先着7人 申 12月15日から窓口か電話 ☎333-3885

スポーツ情報

平沼記念体育館

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
☎311-6186 fax 316-8521
休 12/21(月)・30(水)~2021/1/3(日)

■定期教室(1~3月)

教室名	日程	時間	費用	定員
火曜バドミントン	2021年1月12日~3月30日の火曜 ※祝日を除く(全11回)	9時~10時50分	10,560円	先着35人
木曜はつらつ健康	2021年1月7日~3月25日の木曜 ※祝日を除く(全11回)	9時20分~10時20分	9,020円	先着10人
木曜ジュニアバドミントン1		17時~17時50分		
木曜ジュニアバドミントン2		17時55分~18時45分		
木曜ジュニアテニス1		17時~17時50分		
木曜ジュニアテニス2		17時55分~18時45分		

申 12月15日からHP

清水ヶ丘公園体育館

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
☎243-4447 fax 243-4497
休 12/29(火)~2021/1/4(月)

■教室参加者募集

教室名	日程	時間	費用	対象	定員
シェイプアップダンス	2021年1月7日~28日の木曜(全4回)	10時~11時	2,000円	18歳以上	先着20人
健康ダンス&ストレッチ	2021年1月8日~29日の金曜(全4回)				先着40人

申 12月16日から窓口



12月1日は世界エイズデー

エイズについてもう一度知ろう

「知っている!? HIVとエイズの違い」

▲レッドリボン

HIV陽性者は、治療を早く始め、続けることで、エイズの発症を防ぐことができ、感染前と変わらない生活を送ることができるようになりました。

区役所本館3階では12月25日(金)まで、エイズに関する知識や検査方法に関する展示を行います。

エイズについて「知っている!」と自分に問いかける機会にしてみませんか?

■エイズ・梅毒検査 予 ☎匿名での検査 ☎334-6347

※事前に実施状況を電話で問合せください。

☎原則毎週火曜(閉庁日を除く)〈受付〉9時~9時15分 ☎区役所本館3階 ☎結果を翌週以降の火曜(閉庁日を除く)に説明〈受付〉8時45分~9時

問 区役所健康づくり係 ☎334-6347 fax 333-6309

「保土ヶ谷区新型コロナウイルス感染症対策講習会」の動画を公開しました

医師と看護師を招いて、新型コロナウイルス感染症に関する講演を実施しました。マスクの正しい扱い方や手指衛生の重要性にも触れていますので、ぜひ普段の生活にお役立てください。

ほどがや 検索



問 区役所健康づくり係 ☎334-6345 fax 333-6309

12月号には原則として12月11日~2021年1月10日の情報を掲載しています



編集・発行 保土ヶ谷区役所 広報相談係

〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町2-9

☎334-6221 fax 333-7945 (代)☎334-6262

ホームページ

保土ヶ谷区役所 検索

SNSでも保土ヶ谷の魅力・情報発信中

Instagram



Twitter



区の人口 206,013人
区の家帯数 97,635世帯
(2020年9月1日現在)