



# みなみ

6 月号  
No.308

南区の情報を発信中!  
フォローをお願いします!!



みなみ  
Pick up!

## 食中毒にご注意を!

~これからの季節に注意していただきたいこと~

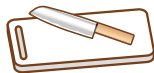
☎ 食品衛生係 ☎ 341-1191 ㊟ 341-1189

夏の時期は、細菌が増殖しやすく、食中毒が多く発生します。特に食肉には、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌などの食中毒の原因となる細菌がついています。これらの細菌は、**わずかな菌量でも下痢や腹痛、発熱などを引き起こし、重症化することがあります。**

新鮮だからといって必ずしも安全ではありません。食肉は十分に加熱して食べましょう。

### 食肉による食中毒を防ぐには...

- 生や半生の肉は食べない。
- 肉は中心部まで十分に加熱する。75℃で1分以上加熱(中心部が白くなるまで)。  
「湯引き」「あぶり」「たたき」では菌は死滅しません。
- 生肉に触れた手や器具を、十分に洗浄・消毒する。
- 生肉の汁で他の食品を汚さないように、肉は密閉して清潔に保存する。
- 焼肉をする場合、「生肉専用のトングか箸」と「焼けた肉を取り分ける用のトングか箸」を用意する。  
口に入れる箸で肉を焼かない。



### お祭りなどで注意してほしいこと

イベントやお祭りでは、一度に大量に調理するため、加熱不十分などによる事故が起きやすく注意が必要です。食品を提供するときは次の点に注意しましょう!

- ①十分に加熱し、すぐに食べてもらう**  
当日調理が原則です。不十分な加熱調理後の放置は食中毒菌を増殖させる恐れがあります。
- ②よく手を洗って調理する**  
調理前、トイレ後などはよく手を洗いましょう。また直接食品に触れないよう使い捨て手袋を活用しましょう。
- ③食材はきちんと管理する**  
冷蔵品はきちんと冷蔵し、食品に異物が入らないよう、ふた付きの容器で保管し、直射日光を避けて販売しましょう。

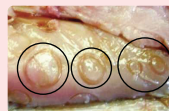


地域のお祭りなどで食品を取り扱う場合は行事開催届の提出が必要です!

### アニサキス食中毒について

近年、アニサキス食中毒の報告数が増加しています。アニサキスは魚介類に寄生している寄生虫で、アニサキスが寄生した生の魚を食べると、激しい腹痛や嘔吐などを引き起こします。

確実な予防方法としては、①加熱する(生食しない)②冷凍処理(-20℃で24時間以上)をするといった方法でアニサキスを死滅させることです。自分で釣った魚を生で食べる場合は、アニサキスがいなかどうかを目で見確認してください。



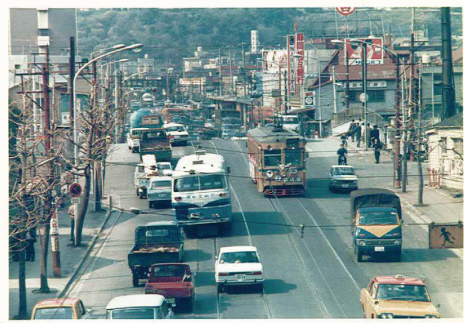
## 連載 南区の思い出アルバム

Vol.2 阪東橋駅周辺

☎ 広報相談係 ☎ 341-1112 ㊟ 341-1241

阪東橋駅周辺を昔の写真で振り返ります。当時の景色に触れて、懐かしい出来事を思い出してみませんか?

1972(昭和47)年撮影



提供:しでの学校、撮影:黒川昭夫

写真は市営地下鉄ブルーライン阪東橋駅近く、藤棚浦舟通りを撮影したものです。奥には京急本線の線路が見え、中央には市電が写っています。市電はこの年に廃止されました。

昭和53年に大通り公園ができる前は、「阪東橋」が架かっていたよ!



南区マスコットキャラクター「みなっち」

現在



南吉田小学校そばの歩道橋から撮影

【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 (2023年5月1日現在)

区の人口 >>> 198,828人

世帯数 >>> 107,499世帯

〈編集・発行〉 南区役所広報相談係

☎ 341-1112 ㊟ 341-1241

✉ mn-kouhou@city.yokohama.jp

広報区版を  
スマホで読めます



## みんなで紡ぐエピソード写真展を開催します

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

「#みんなで作る南区動画」制作にあたり、応募いただいた写真などをパネルにした写真展を開催します。

6月16日(金)～7月6日(木) 南センター  
 7月14日(金)～8月3日(木) 永田地区センター  
 8月10日(木)～8月30日(水) 大岡健康プラザ

区制80周年記念事業「#みんなで作る南区動画」に使用する区内で撮影した思い出の写真やエピソードを募集中です!

写真の一例





▲応募・詳細はこちら


## 南区環境講演会

### 「夏休みに親子で考える身近な環境問題」


☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240

夏は、エアコンなどの使用により電気の消費量が上がります。おうちの省エネ度がスマホで気軽にわかる「うちエコ診断」や、窓断熱のDIYなど親子で簡単に取り組める省エネ術を紹介し、身近なところから環境問題に取り組んでみませんか?

参加者にはLED電球をプレゼント!



日時	8月6日(日) 14時～15時30分(受付開始:13時30分)
講師	DIYアドバイザー 石井 麻紀子さん、生活協同組合パルシステム神奈川
会場	みなみん(南公会堂)
対象・定員	区内在住の小学生と保護者、300人(抽選) ※抽選結果は7月10日までにメールで連絡します。 ※保護者1人に対し、子どもは複数人参加可。 ※要約筆記、一時保育あり(要予約)
申込方法	6月30日までに申込みフォームで企画調整係へ



▲申込みフォーム

## 家庭で使い切れない未使用食品はありませんか?

☎ 資源化推進担当 ☎ 341-1236 ☎ 341-1240

次のような食品がありましたらぜひ、フードドライブ回収ボックスにお持ちください。

1 未開封のもの(内装が破損していないもの)

2 賞味期限(要明記)が2か月以上残っているもの

3 常温で保存できるもの


以上3つの条件をすべて満たす食品  
 例:穀類、缶詰、レトルト、乾物、飲料(酒類を除く)、調味料、お菓子など

### フードドライブとは?

フードドライブとは、各家庭で使い切れない未使用食品を持ち寄り、それらをまとめて地域の福祉団体や施設などへ寄贈する活動のことです。集まった食品は、南区社会福祉協議会を通じて子育てサロンやこどもの居場所などの活動に役立てます。令和4年度、南区では、約870点、計165kgの未使用食品の提供がありました。引き続き、ご協力をよろしくお願いいたします。

受付場所

- 区役所資源化推進担当(6階62番) 月～金曜日 8時45分～17時
- 資源循環局南事務所(2階入口) 月～土曜日 9時～16時



フードドライブ回収ボックス


## 図書委員がおすすめする一冊 ～平楽中学校～

☎ 学校連携・子ども担当 ☎ 341-1155 ☎ 341-1145

平楽中学校の図書委員がおすすめする本を、おすすめポイントとともに紹介します。

本の題名

### 5分後に意外な結末 ～①赤い悪夢～



『本の内容紹介』  
 さまざまなジャンルの話が5分程度の時間で読める、ひねりの効いた短編小説集です。短い時間で読めますが、どの話も最後に「まさか!」「嘘でしょ?!」と驚く大どんでん返しがありません。学校での朝の読書にも最適な一冊です。

『学校嫌い』


2回読んで面白いです。1回目は、引きこもりの女の子の話だと思っていたのですが、実は○○でビックリ!最初は意地悪すぎない?と思っていたけど、2回目は、○○ならダメだよ～と違う見方になりました。ぜひ読んでみてください!

『老婦人の肖像』


老婦人が絵描きのところに通い、昔の話をするたびに2人は打ち解け、肖像画のリアリティが増していきます。しかし、老婦人がなぜ絵描きに絵を描かせたか、最後に分かる目的が…。その秘密をしっかりと目撃してください!!

『動物園』


この話は、人間が動物のフリをします。給料のためなら動物になりきる仕事もできることが面白いです。お客さんにバレるのでは?と思いましたが、予想外のラストが!驚かされると同時に恐怖を感じました。ぜひ、衝撃のラストを楽しんでください!




2年 菅野さん



3年 福留さん



2年 金須さん



2年 津ノ井さん

「5分後に意外な結末①赤い悪夢」発行:学研プラス(Gakken)  
 コラムで紹介した本に興味がある人は、図書館へ!

みなみ  
Pick up!

## 食生活等改善推進員 (愛称:ヘルスマイト) をご存じですか? ～毎年6月は「食育月間」です～

☎健康づくり係 ☎341-1185 ㊟341-1189

「食育」とは、一生を通じて健康な食生活を送れるようにすることです。  
“私たちの健康は私たちの手で”を合言葉に、ヘルスマイトは健康づくりの案内役として、区内全域で「食育ボランティア活動」を実践しています。

### どんな活動をしているの?

おやこの食育教室、健康づくりウォーキング、地域での健康づくり教室など、「食生活」や「運動」を中心とした健康づくり活動を楽しんでいます。

活動には、自主活動のほか、(一財)日本食生活協会や横浜市からの依頼を受けて行う健康づくりの活動があります。



南区健康福祉まつり「南なんデー」での啓発活動の様子

### あなたも食育ボランティアになりませんか

南区食生活等改善推進員セミナー(ヘルスマイト養成講座)受講者募集

- 日程 7月10日(月)、8月14日(月)、9月11日(月)、10月16日(月)、11月20日(月)、12月1日(金)、6年1月15日(月)、2月19日(月)(全8回)
- 時間 14時～16時  
※12月1日(金)のみ13時30分～16時
- 会場 区役所4階ほか
- 対象・定員 区民、20人(抽選)
- 費用 テキスト代1,200円程度
- 申込み 6月26日までに電話、FAXまたは申込みフォームで健康づくり係へ



※養成講座を修了すると、「ヘルスマイト」として活動ができます。

みなみ  
Pick up!

## 早めの熱中症予防を心掛けましょう

☎南消防署総務・予防課 ☎㊟253-0119

熱中症は、**気温が高い場所**や、**湿度が高い場所**、**日差しが強い場所**などの環境下で、体温調節の機能がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こります。



### 熱中症は予防が大切!

#### 暑さを避けましょう

外出は、涼しい服装を心掛け、暑い日や暑い時間帯を避けて活動しましょう

#### こまめに水分を取りましょう

のどが渇く前に、こまめに水分補給しましょう

#### 暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理をしましょう

熱くなり始めた頃から、無理のない範囲で適度に運動をしましょう  
また、毎日定時の体温測定や健康状態をチェックしましょう

#### 部屋を涼しくしましょう

エアコン、扇風機などを適度に活用しましょう

### 応急手当

- ▶ 直射日光が当たらない涼しいところへ移動し、衣服を緩めて寝かせましょう。
- ▶ 意識がしっかりあれば、スポーツ飲料や経口補水液等を飲ませましょう。
- ▶ 冷たいタオルや、風を当てて冷やしましょう。

#### 冷やす部位

脇、股関節など  
太い血管が通っている場所



### 熱中症になりやすい人

#### 子ども

汗腺が未発達なため、体温をうまくコントロールできず、短時間で体温が上昇しやすいです。

#### 高齢者

体内の水分の割合が少なく、暑さやのどの渇きを感じにくいため、室内でも熱中症になりやすいです。

#### 持病がある人

高血圧、心臓病、腎臓病糖尿病などの内分疾患の人は熱中症になりやすく、重症化しやすいです。

#### 肥満傾向の人

皮下脂肪が体内の熱を逃がしにくくし、体内に熱がこもりやすいため、軽い運動をただけでも熱中症になりやすいです。

#### 体調が優れない人

しっかりと食事をとれていなかったり、睡眠不足が続くと、体温調整機能が低下し、熱中症になりやすいです。

### こんな時はためらわずに救急車を呼びましょう

- 自分で水が飲めない、脱力感や倦怠感が強くて動けない場合
- 意識障害がある場合
- けいれんがあるなどの症状を発見した場合



令和5年度  
南区運営方針

# 地域の皆さまとともにつくる「あったかい南区」



企画調整係 ☎341-1232 📠341-1240

区民の皆さまの安全・安心を守るとともに、子育て世代を支援し、地域とともに活動する仲間を増やしていきながら、高齢者を支えていく等の好循環を創り出すことで、誰もが“つながり”や“あったかさ”を感じられ、ずっと住み続けたいと思える南区をめざします。

令和5年は区制80周年という記念すべき年となります。コロナ禍により、行事やイベントの中止が長く続いた中で、地域のつながりや賑わいの回復につなげていくため、自治会町内会をはじめ地域の様々な機関と連携しながら、多面的に記念事業を推進していきます。



▲詳しくはこちら



南区制80周年記念  
ロゴマーク

南区役所では、「市民目線」と「スピード感」を重視し、日常的に自由に意見が言える、新しいことに積極的にチャレンジできる組織風土を作り、チーム力を生かして目標達成に向けて取り組みます。

そして、自治会町内会や各種団体、事業者、学校や各施設等と連携することで、「共感と信頼」、「横のつながり」を育み、暮らしやすく住み続けたいと感じられる「あったかい」南区をつくってまいります。



南区長 高澤 和義

## にぎわいにあふれ、あったかさを感ぜられるまちづくり

予算額  
25,215 千円



みなみ桜まつり 絵どうろ

下町情緒を感じさせる商店街、歴史ある寺社や文化財、区民に親しまれるまつりなどの資源を生かして、区内外に向けた魅力の発信に力を入れるとともに、賑わいと地域経済の活性化に資する取組を進めます。また、区制80周年を多くの地域の皆さまとお祝いできるような、様々な記念事業に取り組みます。



商店街フェスタ



みなっちスポーツフェスタ

### 主な事業・取組

- 区制80周年記念の取組
- 魅力発信・賑わいづくり
- みなみ桜まつりの開催
- 商店街活性化
- 区民文化・スポーツ支援

## 誰もが住み続けたい、子育てしやすいまちづくり

予算額  
22,182 千円

南区を子育てしやすいまちにしていくため、子育て支援の相談体制の充実や子どもの居場所づくりを一層強化するとともに、青少年の健全育成に取り組みます。また、区民の健康の維持・増進や高齢者の介護予防、障害者支援など様々な取組を進め、一人ひとりが住み慣れた地域で自分らしく暮らせるまちを目指します。



土曜両親教室

### 主な事業・取組

- すこやか子育て支援
- 保育施設交流・入所サポート
- 健やか元気応援
- 地域包括ケア推進
- 「地域福祉保健計画」の推進
- 青少年の健全育成



赤ちゃん学級



公園での介護予防活動

## 安全で安心して暮らせるまちづくり

予算額  
25,711 千円



地域防災拠点 拠点訓練

区民一人ひとりの自助力や地域の防災力を高めるため、出前講座の開催、防災マップや冊子の作成などの啓発事業を実施するとともに、災害時要援護者の把握や平常時からの見守り体制づくり等を地域の皆さまと進めます。また、引き続き交通安全や防犯対策などに地域と協働で取り組むほか、市民利用施設のLED化など脱炭素につながる事業を推進していきます。



小中学校等への花苗等の配布



南区つながり清掃ウォーク

### 主な事業・取組

- 減災の取組
- 脱炭素行動の普及啓発
- 交通安全・防犯等の取組
- ヨコハマ3R夢プランと街の美化の推進
- 食とくらしの衛生支援

## 地域の皆さまとともに歩む区づくり

予算額  
25,984 千円

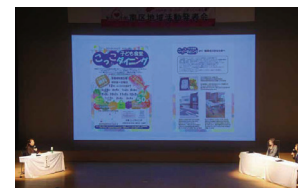
各種広報媒体を通じて区の様々な情報を発信するほか、地域の活力アップや、地域活動に携わる人材の発掘・育成等に取り組みます。また、外国籍住民等との相互理解を深める取組などを通じて、多文化共生のまちづくりを進めます。



窓口混雑状況のリアルタイム配信

### 主な事業・取組

- ICT等を活用した庁舎環境の整備
- 多文化共生の推進
- 地域の力応援
- 自治会町内会の支援
- 丁寧な広聴・効果的な広報等の実施




南区地域活動発表会



外国人への生活ガイダンスの様子

# みなみ 掲示板

- 申込みの**必要事項**は、(行事項・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用が無記載の場合は無料 ● のマークは、おおむね12歳以下が対象です
- 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ

## 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ください。



## イベント

### ▶南区明るい選挙映画会

アニメ映画「ミニオンズフィーバー」上映会

●7月29日(土)14時から(開場は13時30分から)●みなみん(南公会堂)●区内在住・在勤・在学者、250人(抽選)※小学生以下は保護者同伴

申問 7月19日までに申込みフォーム、電話、FAX(代表者氏名、電話番号、参加人数を記入)または直接、統計選挙係(6階65番窓口)へ

☎ 341-1227 ☎ 241-1151



▲申込みフォーム

©2022 Universal Studios. All Rights Reserved.

## 子ども・子育て

### ▶地域子育て支援拠点はぐはぐの樹

#### 双子・三つ子の会

双子・三つ子の保護者同士で、あるある話や情報交換をしましょう。スタッフがお子さんの見守りをお手伝いします。

●6月24日(土)13時30分～14時30分●乳幼児の双子・三つ子の保護者、多胎児妊娠中の人と家族

申問 当日直接施設へ

#### 授乳・卒乳相談

ベテラン助産師さんから具体的なアドバイスがもらえます。離乳食、トイレトレーニング、産後の体調などの相談も気軽にどうぞ。(相談時間:15分)

●6月27日(火)13時30分～15時

●子育て中の人、4人(先着順)

申問 6月13日9時30分から電話または直接施設へ

#### 地域子育て支援拠点はぐはぐの樹 交流スペース

〒232-0067 弘明寺町158 カルム1  
2階 ☎☎ 715-3728(日・月・祝休  
日、月曜日が祝休日の翌日火曜)



はぐはぐの樹ウェブサイト▶



## お知らせ

### ▶南区家庭防災員を募集します

防火・防災に関して、必要な知識および技術を身に付けられます。

●満15歳以上の区民●研修日程は申込み後にお知らせします。

申問 7月10日までに電話で南消防署へ ☎☎ 253-0119

### ▶マイナンバーカードの講座& 申請相談会を実施します!

マイナンバーカードの申請・受取方法や安全性・活用方法などをわかりやすくお伝えします。申請相談会では、無料で顔写真の撮影も実施。

●【南センター】申請相談会:6月23日(金)・24日(土)、10時～18時、講座:6月23日(金)・24日(土)、13時15分から、14時から

【大岡地区センター】申請相談会:6月23日(金)12時～18時・24日(土)10時～15時、講座:6月23日(金)12時15分から・24日(土)10時15分から

【永田地区センター】申請相談会:6月11日(日)10時～16時・26日(月)10時～18時、講座:6月11日(日)11時15分から、12時から・26日(月)13時15分から、14時から

【中村地区センター】申請相談会:6月11日(日)10時～16時・12日(月)10時～18時、講座:6月11日(日)・12日(月)、13時15分から、13時45分から、14時15分から

※当日、申請を希望する場合は、二次元コード付き交付申請書またはマイナンバーがわかるものをご持参ください。

申問 当日直接各施設へ

問 横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル ☎ 0120-321-590  
☎ 350-8484

### ▶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ほま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

●6月16日(金)、7月7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。

申問 事前に電話、FAXまたはEメールでよこほま東部ユースプラザへ

☎ 642-7001 ☎ 642-7003

☎ ypt@sodateage.net

### ▶街の先生体験クラス 「フィットネスボクシング」

音楽に合わせてリズムよく、パンチを打ち分けます。ストレス解消・筋力維持・美しい姿勢の保持に役立ちます。

●ボディメイクスペシャリスト <sup>さねな</sup> 蛸名 貴子さん●6月21日(水)13時30分～14時30分●みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ●15人(先着順)

申問 6月11日9時から電話、FAXまたはEメール(必要事項、年齢を記入)でみなみ市民活動・多文化共生ラウンジ「街の先生体験クラス」担当へ

☎ 232-9544 ☎ 242-0897

☎ minami-kouza@yoke.or.jp

### ▶みなみ会 学習会

精神障害がある人の家族の会が開く学習会です。障害者の成年後見制度について話を聞きます。

●7月6日(木)13時30分～15時

●南区社会福祉協議会●区内在住の精神障害者のいる家族、10人(先着順)

申問 6月30日までに電話またはFAXで障害者支援担当へ

☎ 341-1142 ☎ 341-1144

### ▶多文化体験会～インドネシア料理～

300以上の民族が暮らすインドネシアでは多様な料理があります。その一つマルタバックという料理を作って交流しましょう。

●6月29日(木)10時～13時●浦舟コミュニティハウス●12人(先着順)●500円

申問 6月11日9時から電話、FAXまたはEメール(必要事項を記入)でみなみ市民活動・多文化共生ラウンジへ

☎ 232-9544 ☎ 242-0897

☎ minami-kouza@yoke.or.jp

## スポーツ・健康づくり

### ▶日本の踊り

日本の踊りを楽しんでみませんか!

●6月17日(土)13時～15時●南スポーツセンター●区内在住・在勤・在学者●500円※会員は無料※上履きをお持ちください。

申問 当日直接会場へ

問 南区体操協会・加藤

☎☎ 741-4045

### ▶南区民成人健康体操教室

●7月12日～9月20日の毎週水曜日※8月16日を除く(全10回)①9時30分～10時30分②10時45分～11時45分●吉野町市民プラザ

●区内在住・在勤者、各30人(抽選)●各6,200円

申問 7月5日10時に吉野町市民プラザ4階ホールで抽選後、当選者本人が費用を添えて申込み

問 南区体操協会・堀川

☎☎ 711-1374

### ▶南区女子Cランク以下ペアマッチ 卓球大会

試合順序:①シングルス②シングルス③ダブルス

●7月22日(土)9時～19時●南スポーツセンター●女性、Cランク以下のペア●2,000円/チーム

申問 7月8日までにFAXで南区スポーツ協会へ ☎ 716-5753

問 南区卓球協会・鈴木


☎☎ 731-2173

ひとりで悩まずに  
話してみませんか

あなたの悩みや不安を相談できる場所が身近にあります。まずは気軽に相談してみませんか。

健康のことで悩んでいる  
 気持ちが落ち込む  
 眠れない  
 お酒がやめられない

横浜市こころの健康サイト



## 施設から

### 大岡地区センター

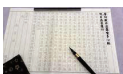
〒232-0061 大岡 1-14-1  
☎ 743-2411 ☎ 743-6290  
☎ 第3月曜日

### ▶写経の時間(写経と法話)

弘明寺観音の美松副住職を招いて、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ながら一緒に写経を行います。

●7月6日(木)14時～16時30分●成人、30人(先着順)●500円

申問 6月15日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)



### ▶はじめてのウクレレ教室

「弦の押さえ方から習い、最終回には2曲弾ける」を目標とします。(初心者に限る)

●7月10日(月)・24日(月)、10時～11時30分(全2回)●成人、12人(先着順)●1,000円※貸出し用ウクレレあります。

申問 6月12日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)



### 吉野町市民プラザ

〒232-0014 吉野町5-26  
☎ 243-9261 ☎ 243-9263  
☎ 6月5日(月)

### ▶「チャレンジ・ザ・ギターワーク ショップ2023」参加者募集

アコースティックギターを基礎から学びます。成果発表会として、多くのサークルが参加するアコースティックギターコンサートに出演。練習曲を全員で演奏し、披露します。

●7月16日・23日・30日、8月6日・13日・20日・27日、9月3日(すべて日曜日)、10時～12時(全8回)

※成果発表会:9月10日(日)13時～17時(予定)●小学3年生以上、20人(先着順)●15,000円(高校生以下8,000円、親子ペア18,000円)

申問 ウェブページまたは直接施設へ

### 南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1  
☎ 715-7200 ☎ 715-7271  
☎ 6月19日(月)・27日(火)～29日(木)

### ▶みんないっしょのおはなし会

●6月20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)

申問 6月13日9時30分から電話または直接施設へ

### ▶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

●7月8日(土)11時～11時30分●4歳～成人、7組(先着順)

申問 6月30日9時30分から電話または直接施設へ

**中村地区センター**  
 〒232-0033 中村町 4-270  
 ☎ 251-0130 ㊟ 251-0133  
 ㊟ 第3月曜日


**▶中村の歴史から読み解く地域防災(前編)**  
 関東大震災から100年、中村町にあった奇跡の大規模救援施設「関西村」の歴史から地域防災について考えます。  
 ●7月22日(土)13時~15時  
 ●30人(先着順)  
**申** 6月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

**▶ZUMBA® KIDS**  
 子ども向けのダンスフィットネスです。楽しいリズムとダンスを通じて、心も体も開放的に!初めてでも安心してご参加ください。  
 ●7月26日、8月2日・9日・23日(すべて水曜日)、10時45分~11時30分  
 ●小学生、10人(先着順)●2,000円  
**申** 6月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

**浦舟コミュニティハウス**  
 〒232-0024 浦舟町3-46・10階  
 ☎ 243-2496 ㊟ 243-2497  
 ㊟ 第3月曜日

**▶親子で楽しむバランスボールエクササイズ**  
 ボールで弾んで楽しく体力づくりができます。運動が久しぶりの人、歓迎です!  
 ●7月15日(土)・16日(日)、10時30分~11時30分●小学生と保護者、6組(先着順)●1,500円/組  
**申** 6月12日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)  
**▶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。  
 ●6月15日(木)10時~11時30分  
 ●未就園児と保護者、6組(先着順)  
**申** 当日直接施設へ

**移動図書館「はまかせ号」**  
 中央図書館サービス課  
 ☎ 262-0050 ㊟ 231-8299

図書館の本を約3,000冊載せて巡回し、本の貸出し、返却、予約を行います。  
 ●6月27日(火)9時50分~10時40分※荒天中止●永田みなみ台公園(永田みなみ台4)  
 巡回情報はこちら▶ 

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

**①花菖蒲展**  
 こども植物園で保存している山形県長井市に伝わる長井古種の展示  
 ●6月14日(水)~23日(金)、9時~16時30分  
**②エジソンのマダケで点灯実験**  
 ●7月23日(日)㊟10時~12時㊟13時30分~15時30分※㊟㊟どちらか一方のみ申込み可●小・中学生、各5組(抽選)●1,000円/組※小学生は保護者同伴  
**申** ①は直接施設へ②7月9日までにウェブページ、FAX、はがき(※**秘密事項**)と、学年、保護者氏名を記入)または直接施設へ

**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

**▶市民健康講話**  
 排尿からみた健康長寿の秘訣  
 ~知って得する!尿漏れ・排尿障害の予防~  
 ●聖隷横浜病院 院長補佐 泌尿器科部長 波多野 孝士さん  
 ●7月7日(金)14時~15時30分  
 ●40人(先着順)  
**申** 6月12日から直接施設へ(電話申込みは10時から)  
**▶シニアスマホ教室**  
 「初めてのLINE」  
 ●7月14日(金)・21日(金)、13時30分~15時30分●60歳以上でLINEアプリが入ったスマホを持参できる人●12人(先着順)※LINEアプリが入っていない人は申込み時にお知らせください。●1,000円  
**申** 6月13日から費用を添えて直接施設へ

**南スポーツセンター**  
 〒232-0061 大岡1-14-1  
 ☎ 743-6341 ㊟ 743-6519  
 ㊟ 第3月曜日

**▶ちょこっとエクササイズ参加者募集中**  
 簡単な体操や柔軟体操で健康維持・体力アップを図りましょう。  
 ●6月13日・20日・27日(すべて水曜日)、14時10分~14時50分  
 ●16歳以上、各40人(先着順)  
 ●500円/回  
**申** 当日13時40分から直接施設へ

**フォーラム南太田**  
 〒232-0006 南太田 1-7-20  
 ☎ 714-5911 ㊟ 714-5912  
 ㊟ 第3月曜日

**▶ママのすっきりヨガ**  
 育児中の腰痛や肩こりはありませんか。ヨガのポーズと深い呼吸で、不調改善を目指します。  
 ●7月4日・18日、8月1日・15日、9月5日・19日(すべて火曜日)、10時30分~11時30分(全6回)●女性、18人(先着順)●4,200円※保育あり、免除制度あり(満2か月以上の未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)  
**申** 6月12日から電話、ウェブページまたは直接施設へ  
**▶女性としごと応援デスク**  
 キャリア・カウンセリング  
 働く女性や、これから働きたいと思っている女性のさまざまな思いや疑問にお答えする相談です。  
 ●7月8日(土)・28日(金)、10時~10時50分、11時~11時50分、13時~13時50分、14時~14時50分  
 ●女性、各時間1人(先着順)※電話・オンライン相談も可能です。※保育あり、免除制度あり(満2か月以上の未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)  
**申** 6月11日から電話または直接施設へ

**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、みんなで楽しく過ごします。  
 ●6月22日(木)10時~11時30分  
 ●未就学児と保護者、10組(先着順)  
**申** 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。お友達づくりやイベント、楽しいおしゃべりなどの場です。  
 ●7月4日(火)10時~11時30分  
 ●未就園児と保護者●100円  
**申** 当日直接施設へ

**永田台コミュニティハウス**  
 〒232-0075 永田みなみ台6-1  
 ☎ 721-0730 ㊟ 721-0730  
 ㊟ 火・金曜日、土・日曜日を除く祝日

**▶七夕飾り~市民図書室で笹に短冊を飾ろう!~**  
 短冊に願い事を書いて笹に飾ります。願い事を書いてくれた人には、ごほうびがあります。(なくなり次第終了)  
 ●7月1日(土)・2日(日)・6日(木)、13時30分~16時30分※7月6日は14時30分~16時30分●永田台小学校市民図書室●小学生以下、40人(先着順)※未就学児は保護者同伴  
**申** 当日直接会場へ  
**▶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  
 ●7月8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  
**申** 当日直接会場へ

**南センター**  
 〒232-0006 南太田2-32-1  
 ☎ 741-8812 ㊟ 741-8813  
 ㊟ 第3月曜日

**▶資源循環局 環境学習講座**  
 毎日の生活に密接に関わりがある、食品ロスの削減、ごみ分別のルールなど、身近な環境について学びます。  
 ●7月10日(月)10時~11時30分  
 ●成人、20人(先着順)  
**申** 6月11日9時から直接施設へ(電話申込みは13時から)  
**▶短冊に願いごとを書いて笹の葉に飾ろう!**  
 館内の笹の葉に、短冊を飾ってください。  
 ●6月23日(金)~7月7日(金)  
**申** 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・8階  
 ☎ 260-2531 ㊟ 251-3264  
 ㊟ 日曜・祝日

**▶学校関連ボランティア募集**  
 障害児の登下校の付き添いや学校内での支援等のボランティアとして、活動していただける人を募集します。  
 ●活動日時・内容:保護者や学校からの依頼による  
**申** 随時。電話または直接施設へ

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。

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

▶司法書士に学ぶ「相続・遺言」のいろは  
南区の司法書士 田中弘毅さんから、相続や遺言をわかりやすく学びます。また、6年から施行される相続登記義務化も学びます。

●6月24日(土)13時～14時30分  
●60歳以上の市民、30人(先着順)  
※エンディングノートを配布します。  
㊟ 6月11日9時から直接施設へ(電話申込みは13時から)

▶シニア映画会  
『グレース・オブ・モナコ』  
公妃に降りかかる、モナコ公国存亡の危機!国を救うために、生涯一の〈難役〉に挑んだプリンセスの知られざる感動の物語。  
●7月27日(木)13時30分～15時15分  
●60歳以上の市民、30人(抽選)  
㊟ 6月29日9時30分に施設で抽選



©2014 STONE ANGELS SAS

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

▶発酵食とお酒の楽しみ方  
弘明寺商店街の「大人の酒塾・発酵塾」主宰 川松正孝さんが発酵食品で免疫力を高める方法を解説。日本酒とおつまみのペアリング体験もあります。  
●7月9日(日)・23日(日)、10時30分～12時(全2回) ●20歳以上、20人(先着順) ●1,000円  
㊟ 6月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは13時から)

▶多文化体験会  
～ウクライナについて知ろう～  
講師は横浜国際交流協会で避難民相談員を務めるウクライナ人のイリーナさん。美しい写真で文化や観光地の魅力を紹介後、現地の最新状況も写真とともにお話しします。  
●7月2日(日)11時～12時30分 ●30人(先着順) ※未就学児は保護者同伴  
㊟ 6月11日9時30分から直接施設へ(電話申込みは13時から)

**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

▶木工体験椅子作り  
大工さんから金づちなど道具の使い方も学びます。  
●7月23日(日)10時～12時 ●小・中学生、10人(先着順) ※小学3年生以下は保護者同伴 ●500円  
㊟ 6月21日9時30分から費用を添えて直接施設へ(電話申込みは11時から)



▶夏休み貝殻工作  
貝殻を使って自由に作品を作ります。  
●8月5日(土)13時～15時 ●小・中学生、10人(先着順) ※小学3年生以下は保護者同伴 ●500円  
㊟ 6月21日9時30分から費用を添えて直接施設へ(電話申込みは11時から)



**横浜にぎわい座**  
〒231-0064 中区野毛町3-110-1  
☎ 231-2525 ㊟ 231-4545  
㊟ 6月21日(水)・22日(木)

▶「横浜にぎわい寄席」  
区民優待デー  
落語などの間に漫才、マジック、太神楽などを挟んだ寄席形式の公演です。区制80周年を記念して、区民優待デーを実施します。この機会にぜひお越しください。  
●7月1日(土)～7日(金)、14時～16時 ●区内在住・在勤・在学者 ●一般・シニア2,000円、学生(高校生以上)1,000円、子ども(中学生以下)700円、障害者手帳をお持ちの人1,000円 ※同伴者1人まで同料金  
㊟ 当日直接施設へ。当日入場券を購入の際に、住所、勤務先、通学先が確認できる証明書が必要です。



**永田みなみ台公園  
こどもログハウス**  
〒232-0075 永田みなみ台4  
☎ 742-1169  
㊟ 第3火曜日

▶ミニゲーム大会  
ヨーヨーつり、ストラックアウトなど、家族みんなで楽しく遊みましょう。  
●6月18日(日)10時～12時  
●100人(先着順)  
※未就学児は保護者同伴  
㊟ 当日直接施設へ



▶七夕飾り  
短冊を書いて、お星様にみんなで願い事をしましょう。未就学児は保護者と一緒に参加してください。  
●6月24日(土)～7月7日(金)  
㊟ 当日直接施設へ

**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

▶手作りシルバーペンダント  
純銀粘土を使ってすてきなシルバーペンダントを作ります。希望者は透明メッキ加工もできます。

●7月1日(土)・8日(土)、10時～12時 ●成人、10人(先着順) ●1,800円  
㊟ 6月12日10時から費用を添えて直接施設へ



▶おやこであそぼう!  
むつみっこくらぶ  
みんなで元気に体を動かしましょう。0歳児から楽しく遊べます。  
●6月28日(水)10時～11時 ●未就学児と保護者、10組(先着順)  
㊟ 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(予約制:有料)

- 乳がん:40歳以上女性・2年度に1回  
8月4日(金)午前 ●予約受付:7月3日～21日、13時～16時 ●40人(先着順)  
㊟ 健康づくり係 ☎ 251-2363
- 肺がん:40歳以上・年度内(4月～3月)1回  
7月3日(月)午前 ●予約受付:6月13日～20日、8時45分から ●40人(先着順)  
㊟ 健康づくり係 ☎ 341-1185 ㊟ 341-1189

健康相談・教室(予約制)

- 生活習慣改善相談 / 禁煙相談  
6月21日(水)午前、7月5日(水)午前
- 歯と口の健康相談  
7月3日(月)午前
- 食生活栄養・健康相談  
6月15日(木)午後、7月3日(月)午前
- 子どもの食生活相談  
7月3日(月)午後  
※電話・FAXでお申し込みください。
- 離乳食教室 (おおむね4～8か月児の養育者)  
6月14日(水)、7月12日(水)、14時～15時
- 各相談、教室とも区役所4階 健診会場  
㊟ 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。  
7月4日(火)14時～16時 ●神奈川区役所本館B1階 機能訓練室  
※詳細はお問い合わせください。  
㊟ 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)  
6月12日(月)、7月10日(月)、9時15分～11時 ●区役所4階 健診会場  
㊟ こども家庭係 ☎ 341-1148 ㊟ 341-1145

乳幼児健康診査

- 4か月児 …… 6月20日(火)、7月4日(火) ●8時45分～9時45分
- 1歳6か月児 …… 6月22日(木)、7月6日(木) ●区役所4階 健診会場
- 3歳児 …… 6月15日(木) ※詳細は個別に郵送される通知をご確認ください。

㊟ こども家庭係 ☎ 341-1148 ㊟ 341-1145

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。