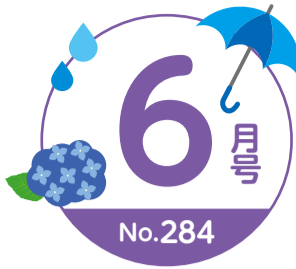




せや



瀬谷区の花 アジサイを楽しもう

~「瀬谷のアジサイ」の魅力をInstagramでシェアしよう~

瀬谷区には、区の花「アジサイ」を楽しめる見どころがたくさんあります。おすすめスポット12か所を紹介いたします。いつものお散歩コースに加えて、お楽しみください。
また、アジサイをオンラインでも楽しんでいただけるよう、区内にお住まいの人だけでなく、どなたでも参加できるInstagramのキャンペーンを実施します。「瀬谷のアジサイ」の魅力をシェアしてみませんか。



「瀬谷のアジサイ」をInstagramで楽しもう ~#瀬谷のアジサイ キャンペーン~

区内在住・在勤・在学者限定

Instagramに投稿してプレゼントを当てよう!

参加方法 応募期間:7月16日まで

- ①瀬谷区公式Instagramアカウント(@seya_yokohama)をフォローする。
- ②下記「アジサイの見どころマップ」のいずれかの場所でアジサイの写真を撮影する。
- ③撮影場所を明記し、ハッシュタグ「#瀬谷のアジサイ」「#アジサイ」を付けて、Instagramに投稿する。

プレゼント

- QUOカード1,000円分 5人
- せやまるクリアボトル 10人



※瀬谷区公式Instagramアカウントは、下記二次元コードからアクセスできます。

※Instagramのキャンペーンに応募の際は、瀬谷区ホームページに掲載の応募要項・規約を必ずご覧ください。

[瀬谷区 アジサイの見どころ](#) 検索

どなたでも参加OK

Instagramの投稿に「いいね!」してプレゼントを当てよう!

参加方法 応募期間:6月15日から7月16日まで

- ①瀬谷区公式Instagramアカウント(@seya_yokohama)をフォローする。
- ②6月15日(火)の瀬谷区公式Instagramアカウントの投稿に「いいね!」をする。

プレゼント

- せやまる マスクケース 10人



「#瀬谷のアジサイ」で検索して、みんなが撮影した写真でアジサイを楽しもう!



これは



アジサイがたくさん見られるスポット

- ①瀬谷本郷公園 本郷一丁目70-2
- ②二ツ橋公園 二ツ橋町83-1 ※区役所隣接
- ③和泉川 二ツ橋の水辺 宮沢一丁目
- ④東山ふれあい樹林 アジサイロード 宮沢二丁目72
- ⑤長屋門公園 阿久和東一丁目17

アジサイが楽しめるスポット

- ⑥大門川せせらぎ緑道 本郷二丁目 ※瀬谷中央公園隣接
- ⑦楽老南公園 二ツ橋町215-37
- ⑧三ツ境駅南口 ペDESTリアンデッキ
- ⑨二ツ橋南公園 二ツ橋町37-4
- ⑩南台こどものもり公園 南台二丁目3-20
- ⑪宮沢ふれあい樹林 宮沢一丁目54-6
- ⑫宮沢遊水地 宮沢四丁目

※各スポットへのアクセスは瀬谷区ホームページをご覧ください。

※天候事情等により、各スポットのアジサイの生育状況は異なる場合があります。

アジサイ鑑賞時の注意点

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、以下の点に気を付けて鑑賞してください。

- マスクを着用する
- 大人数で鑑賞しない
- ほかの鑑賞者との間に十分な距離を保つ

公園や道路などでおすすめのアジサイの見どころを見つけたら、区役所企画調整係まで、ぜひ情報をお寄せください。

●問合せ 区役所企画調整係(アジサイの見どころについて) ☎ 367-5632 fax 365-1170
区役所広報相談係(Instagramキャンペーンについて) ☎ 367-5636 fax 365-1170



“瀬谷の魅力” SNSで発信しています!



Instagram



6月の土曜日開庁 12日・26日 時間:9時~12時

戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部の業務を行っています。詳細はお問い合わせください。

特集

風水害に備えましょう

近年、台風やゲリラ豪雨などによる被害が各地で発生しており、特に6月から秋にかけては、被害が発生しやすくなります。風水害から身を守るための備えについて確認しましょう。

●問合せ 区役所危機管理・地域防災担当
☎ 367-5611 ☎ 366-9657

自宅の周辺を確認しよう

台風・大雨は、規模や進路を事前にある程度予測することができますが、ゲリラ豪雨は、予測が難しい大雨です。どちらも日頃からしっかりと備えることが、被害の軽減につながります。自宅等の周辺を改めて確認してみましょう!

飛ばされそうな物は、固定または撤去する

土のうや止水板(水の侵入を防ぐための板)をすぐに設置できるように準備しておく

屋根や塀、壁の点検・補強をする

窓ガラスが割れないよう、養生テープや飛散防止フィルムを貼る

側溝や排水溝を掃除し、水はけを良くしておく

避難時の持ち物を準備しよう

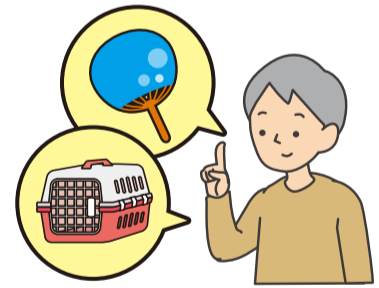
風水害時の避難場所は緊急に生命を守るための場所であり、避難生活をする場ではないため、原則、物品の配布はありません。避難時にすぐ持ち出せるよう、日頃から準備しましょう。

- 飲料水 食料品 懐中電灯・ランタン(予備電池含む) 携帯ラジオ(予備電池含む)
- 貴重品(現金・通帳など) 常備薬 マスク 体温計 手指消毒用アルコール
- その他必要なもの(乳児がいる場合:ミルク・哺乳瓶など、ペットがいる場合:ケージなど)



体験談に学ぶ「災害時に用意しておくといふもの」

- 夏場の避難は、蒸し暑く感じる事が多かったです。**うちわ**や濡らすだけで使える**冷却タオル**などを用意しておく、快適に過ごせると思います。
- ペット用の**ケージ**を用意していなかったため、避難場所のペット専用スペースでペットがほかの避難者やペットに迷惑をかけないか心配でした。ケージがあれば安心だと思います。
- 避難場所では、さまざまな人が避難しているため、ラジオなどを流したままにすることができませんでした。トラブル防止のために、**イヤホン**などを用意しておくといひです。



災害時の情報ツールを確認しよう

災害時は、迅速に情報を得ることが重要です。事前に登録しておくことで、災害時に情報を受け取れる便利なツールもあります。いざというときに活用できるよう、情報ツールを確認しておきましょう。

Yahoo!防災情報

スマートフォンにアプリをダウンロードすると、豪雨予報、避難情報などがお知らせされます。
※右の二次元コードからダウンロードできます。



瀬谷区役所公式Twitter (@seya_yokohama)

避難指示などの防災情報を配信します。
※本紙5ページ掲載の二次元コードからもご覧いただけます。



瀬谷区情報メールマガジン

台風発生時の大雨警報や水防情報、災害時の避難指示などを配信します。
※登録方法等の詳細は、瀬谷区ホームページをご覧ください。

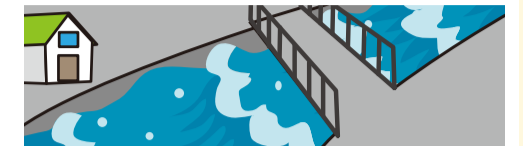
(瀬谷区情報メールマガジン 検索)

危険な場所を知っておこう

危険な場所を把握し、早め早めの避難行動につなげましょう。

その1 河川

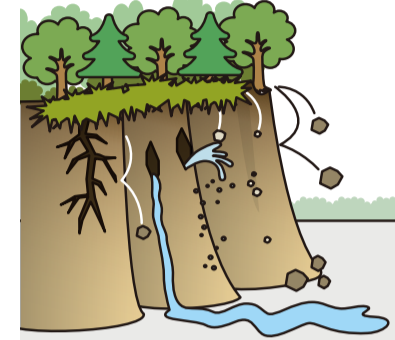
横浜市ホームページなどで、河川の水位を確認しましょう。
(横浜市 水防災のページ 検索)



その2 崖

避難のサイン

- 小石がパラパラ落下
- 斜面に湧き水が発生
- 斜面に亀裂が発生



崖崩れから自宅を守るために

崖地防災・減災対策工事助成金制度
土地所有者等が行う崖崩れによる災害を未然に防ぐための工事や、崖崩れ発生後の復旧工事で、費用の一部を助成できる場合があります。
※詳細は、横浜市ホームページをご覧ください。

(横浜市 崖助成金 検索)

●問合せ 建築局建築防災課 ☎ 671-2948 ☎ 663-3255

その3 下水

避難のサイン

側溝やマンホールから大量の水が溢れ出る



ハザードマップで危険な場所を具体的に把握することができます

ハザードマップを確認しよう

自宅周辺だけでなく、通勤・通学路などの生活圏の危険も確認しておきましょう。

[配布場所] 区役所3階39番窓口(危機管理・地域防災担当)

- ▶ **洪水ハザードマップ**.....河川の氾濫で浸水する地域や浸水する深さが分かります。
- ▶ **土砂災害ハザードマップ**.....崖崩れが発生した場合に、被害を受ける恐れのある地域が分かります。
- ▶ **内水ハザードマップ**.....下水道から雨水が溢れたときに、浸水する地域や浸水する深さが分かります。

※瀬谷区ホームページからもご覧いただけます。(瀬谷区防災関係マップ 検索)

ハザードマップには、避難(場)所も掲載していますが、安全な場所にいる場合、避難(場)所に行く必要はありません。

～「避難所」と「避難場所」の違い～

- **避難所**: 地震で自宅が被災した人が生活する場所 ※長期間の滞在を想定
- **避難場所**: 台風やゲリラ豪雨による浸水や建物の倒壊から緊急的に生命を守る場所 ※短期間の滞在を想定

新型コロナウイルス感染症を踏まえた備えをしよう

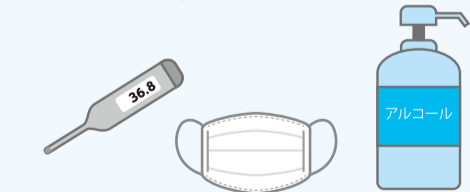
避難(場)所では、「密閉・密集・密接」といった条件がそろいやすく、感染リスクが高まります。集団感染を防止するための備えをあらかじめしておきましょう。

また、避難(場)所へ行くことだけが避難ではありません。在宅で避難できるよう備えるなど、避難(場)所以外での避難方法も考えておきましょう。

※新型コロナウイルス感染症の陽性者は、原則として宿泊療養施設での避難となります。また、風邪等の症状がある人は、避難(場)所内の別室等での避難となりますので、受付時に必ずお申し出ください。

事前の備え

- 避難(場)所に持参できるよう、マスク・手指消毒用アルコール・体温計を用意しておきましょう。
- 災害時にすぐ避難できるように、日頃から、親戚・友人宅など自宅以外の避難先も検討しておきましょう。



避難(場)所に行く際の注意点

感染拡大防止のために、以下の点について、ご協力をお願いします。

- マスクの着用
- 咳エチケットの徹底
- 手指消毒用アルコールでの消毒
- 体温計を持参し、検温を各自実施

※避難(場)所内では、極力大きな声での会話は避けましょう。



災害時に防災情報をわかりやすく提供することを目的に、警戒レベル(避難行動の目安)が変更されます。

詳細は、広報よこはま市版3ページまたは横浜市ホームページをご確認ください。(横浜市 警戒レベル 検索)

※そのほかの防災対策情報含め、詳細は「防災よこはま」(横浜市発行)をご覧ください。横浜市ホームページからもご覧いただけます。

防災よこはま 検索

せや 区からのお知らせ



- 原則として毎月11日以降の記事を掲載。
- 特に記載のない場合は、無料。
- 区役所への送付は
〒246-0021 ニツ橋町190 瀬谷区役所〇〇〇係・担当

ご注意ください 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載されているイベント等は中止・延期となる場合があります。イベント等に参加される際は、マスク着用等、感染予防のご協力をお願いします。また、イベントによっては、手指の消毒・検温を実施する場合があります。事前に各問合せ先やホームページなどでご確認ください。

令和3年度 瀬谷区運営方針を策定しました

基本目標 **幸せが実感できる瀬谷づくり**
～思い出も 未来も共に この瀬谷で～

区運営方針は、1年間の区役所の基本目標及び目標達成に向けた施策や組織運営の方向性をまとめたものです。

区役所一丸となって新型コロナウイルス感染症の状況に対応しながら、2つの姿勢・4つの施策のもと、区政を推進します。

目標達成に向けた基本姿勢

～地域からの信頼に応え、地域と共に歩む区役所～

1 基本的業務の「正確・丁寧・公平・迅速」な遂行

区民の最も身近な総合行政機関として、区民視点に立った質の高いサービスを提供します。

2 区民に寄り添った課題の解決

区民一人ひとりに寄り添った課題解決のために、関係課や地区支援チームが連携しながら支援します。



目標達成に向けた施策

1 子ども・青少年の育成

元気で心豊かな子ども・青少年を育む取組や、小・中学生への学習支援、乳幼児から学齢期までの切れ目のない支援、児童虐待等の予防・早期発見に向けた取組を推進します。

2 健康増進、福祉の充実

第4期地域福祉保健計画の策定及び取組推進や、健康づくり、介護予防及び認知症対策などの取組推進、生活に困窮する人への包括的な相談・支援を行います。

3 安全・安心のまちづくり

災害への危機管理対策や地域の防災体制強化、防犯や交通安全などの活動支援、感染症・食中毒の予防や拡大防止等の健康危機管理に取り組みます。

4 魅力の創出、区民協働の推進

瀬谷の魅力創出や発信、国際園芸博覧会の機運醸成に向けた取組推進と旧上瀬谷通信施設の土地利用検討、スポーツ振興などの区民活動支援を行います。

目標達成に向けた組織運営

区民満足度の向上

区民満足度のさらなる向上を目指し、積極的な挨拶・声かけや、親身な対応、分かりやすい説明を大切にします。



職員満足度の向上

職員満足度の向上を目指し、課の枠を超えた情報共有や連携強化に取り組み、チーム力を高めます。

※詳細は、区役所3階37番窓口で配布する「令和3年度 瀬谷区運営方針」または、瀬谷区 HP をご覧ください。 [瀬谷区運営方針](#) 検索

●問合せ 区役所企画調整係 ☎ 367-5632 ☎ 365-1170

せやっこわくわくワーク 工業コース 第1弾

横浜西部工業会に学ぶモノづくり体験!

瀬谷区の企業が、モノづくりの楽しさをお伝えします。

日時	内容	会場
1回目 7月27日(火) 10時～12時	組込みソフト開発の体験等	(株)芙蓉ビデオエイジェンシー 横浜工場(五貫目町20-21)
2回目 8月3日(火) 10時30分～12時	ステンレス製ツールボックス製作等	横浜ステンレス工業(株) (五貫目町16-8)
3回目 8月10日(火) 10時30分～12時		
4回目 8月17日(火) 10時30分～12時		



※いずれも現地集合・現地解散

☑ 区内在住・在学の小学5・6年生 9人 ☑

※原則全4回参加できる人 ※保護者等の見学不可

☑ 6月30日(着)まで

☑ 電子申請(右の二次元コード)から、または、☎か☎か☎か☎で、

☑ 必要事項と学年を問合せ先へ

※詳細は、瀬谷区 HP をご覧ください。 [せやっこ体験](#) 検索



●問合せ 区役所区民協働推進係 ☎ 367-5694 ☎ 367-4423

☎ se-jisedai@city.yokohama.jp

お知らせ

介護予防普及啓発講座 あたまも体もすっきり!
おうちで簡単エクササイズ!

☑ 6月24日(木) 10時～11時30分

☑ 区役所5階大会議室 ☑ 30人(予定) ☑

☑ 長めのタオル(体操で使用)、飲み物、体操のできる服装・靴

☑ 認知症及びロコモティブシンドローム(※)予防についての体操・講義
※加齢に伴う筋力低下や骨・関節の疾患などの運動器の障害が起こり、「立つ、座る、歩く」などの移動能力が低下する状態。

☑ 健康運動指導士 高垣 茂子 氏(かながわ健康財団)

☑ 6月11日から ☑ または ☎ で問合せ先へ

☑ 区役所高齢者支援担当 ☎ 367-5716 ☎ 364-2346

都岡地区恵みの里「とうもろこし収穫体験」

☑ ①7月10日(土) 10時から ※雨天の場合7月11日(日) 10時から

☑ ②7月17日(土) 10時から ※雨天の場合7月18日(日) 10時から

☑ 旭区下川井町の畑(三ツ境駅北口から「116系統 若葉台中央行き」バスに乗り、「程ヶ谷カントリークラブ前」下車、徒歩5分) ※車での来場可

☑ ①②市内在住の家族・グループ(1人でも可) 各20組 ☑

※当選者のみ後日郵送で通知

☑ 3本500円(収穫した分を買い取り)

☑ 6月18日(着)まで ☎ か ☎ で、☑ 必要事項と希望日(①か②)、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を都岡地区恵みの里運営協議会事務局「とうもろこし収穫体験in都岡」係(〒241-0031 旭区今宿西町289

☎ 955-5057)へ ※持ち物及び当日の緊急連絡先は、当選者に通知。

☑ 横浜市北部農政事務所 ☎ 948-2480 ☎ 948-2488

マークの説明

- ☎電話 ☎ファクス ✉Eメール 🏠HPホームページ 🏠休館日 🕒日時・期間 🎯対象・定員 📍会場 🕒先着 🎲抽選 💰費用 🎒持ち物
- 👤講師または出演者 🏠保育 📄内容 📄申込み 🗨️問合せ 📄当日直接 🕒事前に直接 📄往復はがき 📄はがき 📄返信用はがき持参
- ✉️郵送 (着)必着 (消)消印有効 📄**必要事項**行事名・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面 📄**電子申請**横浜市電子申請・届出サービス

食生活等改善推進員(ヘルスマイト) セミナー受講者募集

健康の基礎である“食”の大切さや、生活習慣病予防について楽しく学びます。受講後は、ヘルスマイトとして、食を通じた健康づくりボランティアを始めることができます。自分や家族の食事を見直したい人も、ぜひお申込みください。



🕒7月19日(月)、8月30日(月)、9月28日(火)、10月12日(火)、11月30日(火)、12月21日(火)、2022年1月18日(火)、2月15日(火)の全8回(連続講座)

※時間はいずれも9時30分～11時30分

📍区役所5階栄養相談室

🏠区内在住で本セミナーの受講歴がなく、ヘルスマイトの活動に関心がある人 15人限

💰1,210円(テキスト代)

📄健康づくりに関する講話、運動実技

📄6月14日～7月2日まで ☎か☎か☎で、**必要事項**を問合せ先へ

※詳細は、瀬谷区HPをご覧ください。🔍瀬谷区ヘルスマイト 検索

●問合せ 区役所健康づくり係 ☎367-5744 ☎365-5718

介護者のつどい 高齢者などを介護しているご家族のための交流や学習・リフレッシュの場です。

日時	内容	会場・申込み・問合せ
6月14日(月) 13時30分～15時30分	認知症高齢者を介護する 家族の集い「わらべの会」	区役所5階健康相談室 ☎ ☎367-5716
6月25日(金) 14時～15時30分	介護らく楽講座 「福祉用具について」	阿久和地域ケアプラザ ☎ ☎365-9892
6月30日(水) 11時～13時30分	ひまわりの会 「おもてなし 食事会」	中屋敷地域ケアプラザ ☎303-8100 📄6月11日から☎
7月21日(水) 13時30分～15時	いっぶくの会「座談会」 ※内容を変更する 場合あり	二ツ橋地域ケアプラザ ☎361-9807 📄6月11日から☎

●その他問合せ 区役所高齢者支援担当 ☎367-5716 ☎364-2346

介護こころ相談室 介護者のストレスや悩みを軽くするため、カウンセラーが相談に応じます。📄予約制

日時	会場・定員	申込み
7月20日(火) ①9時30分 ②10時30分	区役所4階40番 各回1組 先着順	6月11日から ☎で区役所高齢者支援担当 (☎367-5716 ☎364-2346)へ

福祉保健センターから健診などのお知らせ

📄予約・問合せ 子育て家庭係 ☎367-5760・5778 ☎367-2943

📍会場 区役所5階(女性福祉相談は4階40番窓口)

健診名など・対象		日時(★は受付時間)		受診方法・費用・内容・持ち物ほか
乳幼児健康診査(※)	4か月児	R3 2/3～2/28 生	6/30(水)	指定日に直接来所 無料 ☐母子健康手帳 ☐問診票 ☐バスタオル ☐歯ブラシ(1歳6か月児と3歳児) ☐尿と尿検査申込書(3歳児) ※尿は事前に送付されたケースを使用 ※人数を調整し、異なる健診日をご案内する場合があります。 対象者には、健診日の2週間前までに通知書を郵送します。 各月齢に達した月または翌月が健診日となります。指定された健診日の都合が悪い場合は、次回の健診日に受診してください。
	1歳 6か月児	R1 12/4～12/17 生	6/17(木)	
		R1 12/18～R2 1/1 生	7/1(木)	
3歳児	H30 6/11～6/24 生	6/24(木)	12時45分～13時30分★	
母親(両親)教室 ※3回目は両親教室		7/5(月)・12(月)・17(土)・26(月) 全4回	10時～12時	予約制 無料 初めての出産の心配を解消するための教室 ☐母子健康手帳 ☐使用中の歯ブラシ(1回目) ☐運動しやすい服装(2回目) ☐テキスト「子育てガイドブック」
女性福祉相談		月～金曜日(祝日を除く)	9時30分～16時30分(12時～13時を除く)	原則予約制 無料 女性の抱えるさまざまな悩みや問題の相談

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、区役所で実施している乳幼児健康診査(4か月児、1歳6か月児、3歳児)を休止する場合があります。

※今後の実施状況については、瀬谷区HPをご確認ください。🔍瀬谷区乳幼児健診 検索

📄予約・問合せ 学校連携・子ども担当 ☎367-5747 ☎367-2943

📍会場 区役所4階40番窓口

相談名	日時	費用・内容ほか
子ども・家庭支援相談	月～金曜日(祝日を除く) 8時45分～17時(12時～13時を除く)	無料 電話による乳幼児期から学童、思春期までの相談 ※面談相談は要予約
西部ユースプラザの出張相談	6/15(火)、7/6(火) 13時30分～16時20分	予約制 無料 不登校・ひきこもり・思春期の悩み相談 ※対象は、おおむね15歳～39歳の人とその家族

📄予約・問合せ 健康づくり係 ☎367-5744・5745・5746 ☎365-5718

📍会場 区役所5階

検診名など・対象	日時	受診方法・費用・内容・持ち物ほか
肺がん検診(エックス線)・40歳以上 ・職場や健康保険組合等でがん検診を受ける機会のない人	6/25(金) 午前中(時間は予約時にご確認ください。)	予約制 若干名 680円 予約は、健康づくり係へ☎か📄か 📄(se-kenkou@city.yokohama.jp)で受付。 ※2021年4月～2022年3月までに1回受診可。※検診費用が免除される場合があります。詳しくは、健康づくり係までお問い合わせください。
HIV(エイズ)・梅毒検査	祝日を除いた毎週火曜日 11時～11時30分	予約制 匿名 無料 HIV・梅毒の検査・相談 ※HIV検査のみでも可。
生活習慣病予防のための相談	6/29(火) 13時30分～16時30分	予約制 無料 食事や運動習慣、禁煙のことなど、保健師・栄養士がアドバイスします。
	7/7(水) 9時～11時	
乳幼児食生活健康相談	6/18(金) 9時～11時	予約制 無料 子どもの食生活についての相談
離乳食教室(生後7～11か月の乳児と養育者)	6/18(金) 13時30分～14時15分 14時45分～15時30分	予約制 無料 各回先着10組 離乳食のすすめ方についての話、調理説明
		予約制 無料 先着15組 楽しい食と歯みがきについての話、実演
1歳児 食と歯の元気教室(1歳～1歳4か月の子どもと養育者)	6/23(水) 10時～11時	予約制 無料 先着15組

●横浜市では、市内医療機関にて横浜市がん検診[肺・胃・大腸・乳・子宮・前立腺(PSA検査)]を行っています。詳しくは 🔍横浜市がん検診 検索

施設からのお知らせ



- 原則として毎月11日以降の記事を掲載。
- 〒**がない場合は、無料。費用の詳細は各施設へ確認を。
- ☎**がない場合は、掲載施設で実施。●**☎**がない場合は、当日参加可能。
- 各施設の**HP**は、**(施設名)**検索

ご注意ください 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載されているイベント等は中止・延期となる場合があります。イベント等に参加される際は、マスク着用等、感染予防のご協力をお願いします。また、イベントによっては、手指の消毒・検温を実施する場合があります。事前に各問合せ先やホームページなどでご確認ください。

瀬谷センター
〒246-0031 瀬谷三丁目 18-1
☎ 303-4400 ☎ 303-4464
📅 第3月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

瀬谷地区センター……………
以下のものは📅6月20日(着)まで
往に**☎**を記載して📧か📞

七夕コンサート
～篠笛と三味線の演奏会～
📅7月3日(土)13時～13時40分
👤20人 圏
～キルトの時間～
かわいいパニティポーチ
📅7月16・30日、8月27日、9月10・24日の金曜日 全5回 9時30分～11時30分
👤成人 10人 圏 📄1,250円

ワンパク講座……………
すきっぷす♪のおはなし会
～ゆったり親子時間～
パネルシアターを楽しもう
📅6月19日(土)10時30分～11時 圏
👤乳幼児と保護者 12組 圏
小中学生卓球教室
📅6月26日(土)9時30分～12時 圏
👤小・中学生 25人 圏
📄ラケット、上履き、飲み物、タオル

瀬谷和楽荘講座……………
(60歳以上の市内在住者)
お楽しみ和楽 ～脳トレ～
📅6月25日(金)10時～11時30分 圏
👤14人 圏
お楽しみ和楽 ～映画～
📅7月5日(月)13時～15時 圏
👤14人 圏
パソコン・スマホお悩み相談
📅7月21日(水)①13時～14時 ②14時15分～15時15分 ③15時30分～16時30分
👤①～③各3人 圏
📄ノートパソコン、スマートフォン
📅①～③の時間帯に講師に相談、前後の時間は自習可能(パソコンのインターネット接続は不可)
📄パソコンふれあい館・せや
📅6月20日(着)まで 往に**☎**を記載して📧か📞
※申込時に希望の時間帯を記載

阿久和地区センター
〒246-0026 阿久和南二丁目 9-2
☎ 365-9072 ☎ 365-9112
📅 第4月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

子どもバドミントン教室
📅6月19日(土)12時～14時(受付は11時30分から) 圏
👤小・中学生 20人 圏 📄ラケット(貸出しあり)、飲み物、タオル、上履き
子ども卓球教室
📅7月10日(土)12時～14時(受付は11時30分から) 圏
👤小・中学生 20人 圏 📄ラケット(貸出しあり)、飲み物、タオル、上履き

中屋敷地区センター
〒246-0004 中屋敷二丁目 18-6
☎ 304-3100 ☎ 304-3110
📅 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

すきっぷす♪のおはなし会
～ママのおひざで物語の世界へ～
📅7月7日(水)10時30分～11時 圏
👤未就園児と保護者 5組 圏

以下のものは📅各申込締切日まで
往に**☎**を記載して📧か📞

色鉛筆で描く夏
～はがきサイズで～
📅7月2日(金)13時～15時
👤成人 12人 圏 📄150円
📅6月20日(着)まで
もふもふかわいい
苔玉(KOKEDAMA)作り
📅7月6日(火)10時～11時30分
👤成人 15人 圏 📄1,500円
📅6月20日(着)まで
足と靴と健康の相談会
📅7月9日(金)9時30分～11時
👤成人 15人 圏 📄100円
📅6月25日(着)まで
収穫体験～とうもろこしを採ってみよう～
📅7月11日(日)9時30分～11時30分
※小雨決行 ※作物の成長により予定変更する場合あり。
📄中屋敷地区センターより 徒歩20分の畑 ※中屋敷地区センター集合・解散 👤小学生 20人 圏
📄保険代100円
📅6月25日(着)まで
サマーコンサート～津軽三味線の音色とともに～
📅7月17日(土)13時～14時
👤25人 圏
📅6月30日(着)まで

長屋門公園
〒246-0023 阿久和東一丁目 17
☎・☎ 364-7072
📅 第2・第4水曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

あじさいコンサート
バイオリンとピアノの演奏をお楽しみ下さい。
📅6月20日(日)14時～15時 圏
※雨天決行 👤30人 圏

瀬谷図書館
〒246-0015 本郷三丁目 22-1
☎ 301-7911 ☎ 302-3655
📅 6月15日(火)～17日(木)、21日(月)

休日おはなし会(7月)
お休みの日は家族で図書館へ！瀬谷区内で活動するボランティアグループによる楽しいおはなし会です。
📅7月4日(日)11時～11時30分
👤幼児～小学生 10人 圏
📄はらっぱの会
📅6月25日9時30分から 📄か📞
ひよこのおはなし会(7月)
わらべうたと絵本の読み聞かせを、お子さんと楽しみましょう。
📅7月15日(木)、28日(水)11時～11時30分
👤0歳～3歳の子と保護者 各回10組 圏
📅7月7日9時30分から 📄か📞

移動図書館「はまかせ号」
三ツ境 89-14 三ツ境大原第二公園

本の貸出・返却サービス
📅6月17日、7月8日の木曜日14時5分～14時45分 圏 ※荒天中止
📄横浜市中央図書館サービス課
☎ 262-0050 ☎ 231-8299

瀬谷中央公園こどもログハウス
〒246-0015 本郷二丁目 28-4
瀬谷中央公園内 ☎・☎ 304-4169
📅 第2月曜日(祝日等に重なる場合は翌日)

子育てママ応援企画
まるたのしろっこクラブ
📅6月15日(火)9時30分～12時30分 圏 👤幼児と保護者
窓にお絵かきしよう
📅6月16日(水)13時～16時30分 圏
👤未就学児は保護者同伴
まるたのしろのガーデニング
📅6月21日(月)～6月23日(水)13時～16時30分 圏 👤幼児～中学生 30人 圏
※未就学児は保護者同伴
七夕～星に願いを～
📅6月29日(火)～7月7日(水)10時～16時 圏 👤未就学児は保護者同伴

下瀬谷地域ケアプラザ
〒246-0035 下瀬谷二丁目 44-6
☎ 304-1291 ☎ 304-1259
📅 第1月曜日

オンライン「あじさいまつり」
無料のオンラインアプリ「Google Meet」を使い、オンライン上でアジサイ鑑賞をしながら交流を深めましょう。
📅6月19日(土)14時～15時
👤10人程度 📅前日17時までに📄
ガンダム好きの集い
世代を問わずどなたでもどうぞ。プラモデルやフィギュア等の持ち込み可。
📅6月19日(土)15時30分～17時
👤10人程度 📅当日12時までに📄

▼下瀬谷地域ケアプラザのつづき
「ながらボランティア」
～レコードを聴きながらレコード整理ボランティア～
趣味活動と地域貢献活動が一度にできます。どなたでもご参加ください。
さまざまなジャンルのたくさんのレコードと共にお待ちしています！
📅6月24日(木)10時～11時30分
👤8人程度 📅前日17時までに📄

地域子育て支援拠点 にこてらす
〒246-0021 ニツ橋町 469
☎ 391-8316 ☎ 391-8447
📅 日・月曜日(祝日に重なる場合は翌日も)、祝日

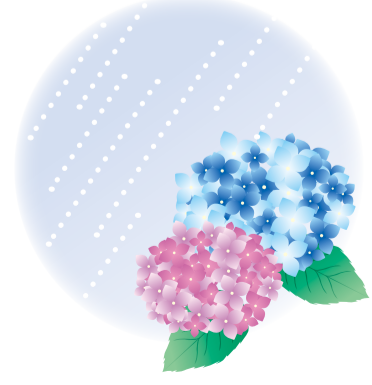
にこてらすに初めてママタイム
にこてらすを初めて利用する人同士、地域情報の交換やお友達づくりに参加しませんか。
📅6月25日(金)10時30分～11時30分
👤6月に新規登録する未就学児と保護者 7組 圏
📅事前に📄

プレママオンラインおしゃべり会
オンラインアプリZoomを利用して、「出産準備品は何がいい？」など、産前産後を安心して過ごすための情報提供をします。
📅6月26日(土)10時30分～11時30分
👤初めてお子さんを迎える家族(1人での参加も可) 6組 圏
📅事前に📄

子育てサポートシステム入会説明会
📅6月29日(火)10時～11時、7月10日(土)10時～11時
👤子どもを預けたい人(生後57日～小学生の保護者)、子どもを預かりたい人(20歳以上で子育てに理解と熱意がある人)
📄☎ 744-7207

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
こども自然公園内
☎ 811-8444 ☎ 812-5778

ファミリークッキング ピザB
自然の中で、石窯焼きピザを楽しみます。
📅7月17日(土)10時～14時
👤8人以内の家族 6組 圏
📄中学生以上2,000円、小学生1,500円、4歳～未就学児1,000円、3歳以下100円
📅6月21日(消)まで 📄から、または📄往に**☎**と「参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(学年)・📄アドレス」を記載して📄



マーク
の説明

- ☎ 電話 ☎ ファクス ✉ Eメール 🌐 ホームページ 🏠 休館日 🕒 日時・期間 👤 対象・定員 📍 会場 🕒 先着 🎯 抽選 💰 費用 🎒 持ち物
- 👤 講師または出演者 🏠 保育 📄 内容 📄 申込み 🗨️ 問合せ 📍 当日直接 📄 事前に直接 📄 往復はがき 📄 はがき 📄 返信用はがき持参
- 📄 郵送 (着)必着 (消)消印有効 📄 **※要事項** 行事名・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面 📄 (電子申請)横浜市電子申請・届出サービス

瀬谷区社会福祉協議会

〒246-0021 ニツ橋町 469
せやまる・ふれあい館内
☎ 361-2117 ☎ 361-2328
🏠 日曜日・祝日

発達障害理解ボランティア講座
発達障害についてわかりやすく学
ぶとともに、ボランティア活動につ
いて紹介します。

🕒 7月6日(火) 10時～12時
👤 20人 〇 瀬谷区発達障害理解
啓発グループ ant mama
📄 6月29日(着)まで 瀬谷区社会福祉協
議会移動情報センターへ ☎ (361-2202)
か ☎ (ido-seya@yokohamashakyo.jp)

登校支援ボランティア
(ガイドボランティア)募集

お気軽にお問い合わせください。
📄 登校時に付き添いが必要な子ども
たちの支援(朝20分程度)、横浜市の
ガイドボランティア事業として活動
1回につき500円の奨励金支給あり
📄 ☎ ※事前登録が必要

善意銀行への寄付

3月1日～3月31日受付分・敬称略
● 吉川 京子 ● 高橋 麻代
● 阿久和北部連合自治会女性部
● 金子 聡
以上の皆さん、ありがとうございました。

区民活動センターイベント情報

📍 瀬谷区民活動センター(ニツ橋町469 せやまる・ふれあい館 2階)
☎ 369-7081 ☎ 366-4670 ✉ se-kukatsu@city.yokohama.jp

みんなの立ち寄りイベント 📍 会場 瀬谷公会堂 2階 講堂
昼ドキイベント・せや 毎月1回開催! 気軽楽しめる昼休みイベントです。

🕒 日時 6月18日(金) 12時20分～12時50分 ※12時開場
📄 内容 ピアノ連弾&器楽アンサンブル ～障害のある子どもと共に～
📄 曲目 海の声、螢のシンフォニー ほか 📄 出演 アンサンブル・ミル・プランタン

いきいき 区民活動支援事業

区民の皆さんが提案する創意工夫あふれる企画について、区役所が
活動の支援をしています。

瀬谷区美術展 瀬谷区在住愛好家作品展

🕒 7月5日(月)～7月11日(日) 10時～18時 ※最終日は14時まで
📍 瀬谷センター 第1・2・3会議室
📄 瀬谷区美術展実行委員会 松本 ☎ 364-7498

「第50回瀬谷区文化祭」出演者募集

🕒 10月2日(土) 12時～17時ごろ、10月3日(日) 10時～16時
📍 瀬谷公会堂
📄 区内在住・在勤・在学者及び区内に活動拠点のある人
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、出演可能人数は10人まで。
💰 1人:999円、2人:1,700円、3人:2,400円、4人:3,200円、5人:4,000円、
6人:4,800円、7人:5,600円、8～10人:6,000円
📄 舞踏、フラダンス、合唱、カラオケ、洋楽演奏、弾き語り、洋楽独唱、詩吟、そ
の他舞台上で発表できるもの
※持ち時間:1プログラム5分以内
📄 7月10日(着)まで 📄 往に種目、題目、出演者名または団体名、人数、出演希
望日、代表者の電話番号を記入し、瀬谷区文化協会事務局 広瀬
(〒246-0038 宮沢二丁目4-8)へ
※出演時間の指定不可、出演日は希望に添えない場合あり。
📄 同協会 広瀬 ☎ 090-2462-7651

健康保険だより -後編-

～特定健診(特定健康診査)・
がん検診を受けましょう!～

身近だけど意外と知らない健康保険に関する知識を分かりやすくお伝
えます。

5月に横浜市から特定健診の受診券が送られて
きたんだけど、受けた方がいいのかな?



受診券は、横浜市国民健康保険に加入している40～
74歳の人に送られてきているんだよ。生活習慣病を
予防するための検査が受けられるから、今、健康に自
信があっても受診しておくことをお勧めするよ。

受診してみたいけど、どれくらい費用がかかるの
か心配だな。



普通なら1万円かかる検査が、特定健診なら、なんと
0円で受けられるよ! しかも、受診した人の中から、抽
選で1,000人に賞品が当たるキャンペーンもやって
いるんだ。

それなら受けてみようかな。どこで受けられるの?



受診券に同封されている医療機関一覧や横浜市 🌐
で確認してね。横浜市けんしん専用ダイヤルでも確
認できるよ。 (横浜市 特定健診実施機関 検索)

そうなんだ! 早速、予約してみるね。



ちょっと待って! 特定健診だけでなく、がん検診も
受けてほしいな。がんの早期発見は、治療効果が高
い・体への負担が軽い・治療費が抑えられるといい
ことづくめ! 症状がなくてもぜひ受診してね。

※横浜市がん検診(肺・胃・大腸・乳・子宮・前立腺(PSA検査))は、職場などで
受診機会のない人が受診できます(一部費用が免除になる場合あり)。
詳細は、横浜市 🌐 または横浜市けんしん専用ダイヤルでご案内しています。

横浜市 がん検診 検索

● 特定健診、がん検診に関する問合せ

横浜市けんしん専用ダイヤル ☎ 664-2606 ☎ 663-4469
受付時間:8時30分～17時15分(日曜・祝日・年末年始除く)

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。

広告

マークの説明 電話 (着)必着 電話 ファクス Eメール HP ホームページ 日時・期間 対象・定員 会場 抽選 申込み 問合せ 当日直接 はがき (着)必着 必要事項 行事名・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面 電子申請 横浜市電子申請・届出サービス

Zoomを体験してみよう! オンラインdeつながりづくり

「令和2年度せやまるタウンカレッジ」に参加できなかった人必見!
今年度も「Zoomのオンライン講座」を開催します。
Zoomに慣れていない人でも大丈夫。Zoomを活用した新しいつ
ながりづくりを体験して、地域活動に生かしてみませんか。

日時 6月26日(土)
【午前の部】10時~12時
※Zoom初心者向け。基本操作を楽しみながら学びます。
【午後の部】13時~15時 ※午後の部のみの参加可
※Zoomを活用したつながりづくりを実践します。

会場 区役所5階大会議室及びオンラインで同時開催
※Zoom利用時の通信料は自己負担となります。
※自宅に受講環境がない人や自宅からの受講に不安がある人は、区役所で受講できます(定員あり)。
ただし、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、区役所での開催は中止となる場合があります。

講師 NPO法人bond place
代表 小笠原 祐司 氏
人材育成のコンサルタント。山梨学院大学
特任講師、明星大学通信学部非常勤講師。



そもそもZoomって何なの?



Zoomとは、インターネットに接続されたパソコンやスマートフォン、タブレットなどがあれば、いつでもどこからでも、ウェブ上で会議ができるサービスのことだよ。

対象・定員 区内在住・在勤者 20人 抽 (うち、区役所での受講定員は10人)

申込み 6月14日(着)まで 電子申請(右の二次元コード)から、または、ハがき 電話 fax で、必要事項と年代(40代以下、50代、60代、70代以上)、メールアドレス、受講方法(自宅から・区役所に来庁)、参加希望時間帯(両方参加・午後の部のみ)を問合せ先へ



※詳細は、瀬谷区 HP をご覧ください。令和3年度 せやまるタウンカレッジ 検索

● 問合せ 区役所地域力推進担当 電話 367-5789 fax 367-4423

食品ロス削減・土壌混合法 講習会 ~減らそう! 食べ物の「もったいない」~

食品ロスを減らすためにできる家庭での工夫を紹介します。受講者には「土壌混合法スタートキット」をプレゼント!

日時 ①7月1日(木) ②8月5日(木) 10時~11時

会場 ①瀬谷センター 3階 余暇コーナー
②せやまる・ふれあい館 2階 共用会議室

定員 各日10人 抽

申込み いずれも6月11日から 電話 で問合せ先へ



● 問合せ 資源循環局瀬谷事務所 電話 364-0561 fax 391-4784

瀬谷公会堂の全館休館について

講堂の天井改修工事のため、以下の期間、全館休館します。ご理解・ご協力のほどお願いいたします。

休館期間 2022年6月~2023年3月末(予定)

● 問合せ 瀬谷公会堂 電話 367-5770 fax 367-5771

区民踊協会主催 区民盆踊り大会

日時 7月10日(土) 18時~20時 ※雨天の場合は7月11日(日) 18時~20時

会場 ニツ橋公園 抽

問合せ 同協会 竹川 電話 303-3201

ズーラシア だより Vol.20

6月11日~7月10日までの休園日 毎週火曜日

※開園情報・イベント等の詳細は、HPでご確認ください。ズーラシア 検索

ボウシテナガザル

- 東南アジアの熱帯雨林に生息するテナガザルの仲間です。高い木の上で家族単位で暮らし、主に果実や木の葉を食べます。体の色は、オスは四肢の先と顔の周り以外は真っ黒、メスは胸と頭が黒で、全身が銀灰色です。オスもメスも耳の上の毛が帽子をかぶっているように見えることが、名前の由来とされています。
- 1月に待望の赤ちゃん「プロイ(メス)」が生まれました。今は全身真っ白ですが、これから徐々に大人の色に変化していきます。これからもプロイの成長を見守ってくださいね。

プロイの両親
左:ゴビット(オス) 右:コーリー(メス)

ふわふわの白毛のプロイ

イベント情報 海のいきものSOS展

温暖化やプラスチックごみ問題に直面する海の生き物たちについて紹介します。

日時 6月2日(水)~8月30日(月) 会場 ホッキョクグマ水中ビュー

● 問合せ よこはま動物園ズーラシア 電話 959-1000

瀬谷区役所 〒246-0021 ニツ橋町190 HP 瀬谷区役所 検索
電話 367-5656 (代表電話) fax 365-1170

区の人口 122,209人 世帯数 52,645世帯
※2021年5月1日現在 ※令和2年国勢調査人口速報集計結果による推計です。
瀬谷区 HP でも紙面をご覧ください。広報よこはま 瀬谷 検索
【編集・発行】瀬谷区役所広報相談係 電話 367-5635 fax 365-1170

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。