

広報よこはま あさひ区版 / 2024(令和6)年9月号 / No.323

9月号 ASAHI あさひ



旭区公式X
@yokohama_as



旭区の魅力や防災・災害情報、子育て情報などを配信中!

10月から
変わります!

旭区全体で取り組もう!

プラスチックごみの出し方!

プラスチック製
容器包装



プラスチックのみで
できた製品



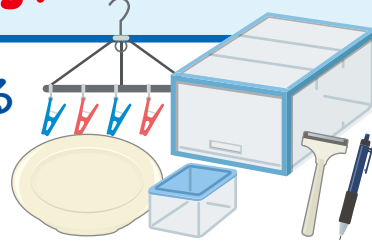
プラスチック
資源 [新たな分別品目]

今までと変わらずに出せるもの

新たに出せるもの

これまでの「プラスチック製容器包装」の収集日にまとめて出してください

10月から「プラスチック資源」として出せるものは次のうちどれでしょうか? 一緒に考えてみましょう!



01 タッパー

地域振興課 石川さん、石澤係長、横田さん

POINT! プラスチックのみでできていて、一番長い辺が50cm未満のものは、「プラスチック資源」です。

02 洗濯ハンガー

子ども家庭支援課 佐伯さん

POINT! 金属が含まれているものは、「燃やすごみ」です。

03 風呂おけ(洗面器)

福祉保健課 國枝さん

POINT! 新たな「プラスチック資源」です。

04 衣装ケース

柏保育園 澤山園長先生

POINT! プラスチックのみでできていても、一番長い辺が50cm以上のものは、「粗大ごみ」です。

05 ボールペン

希望が丘中学校 矢久保先生

POINT! プラスチックのみでできているように見えますが、中に金属が含まれているので、「燃やすごみ」です。

06 (プラスチックでできている) カミソリ

区政推進課 五十嵐さん

POINT! 刃の部分を取り外すことができれば「プラスチック資源」です。ただし! 無理に刃を外すことは、危ないので絶対にしないでください。

プラスチック製容器包装は、汚れていてもリサイクルできます!

プラスチックごみを出すときのワンポイントアドバイス

中身が洗えないものは、使い切ればそのまま「プラスチック資源」として出せます。

容器についた汚れは、軽くすすぐか、拭き取ればOK!

お菓子などの袋は、中身を払えばOK!

シールやラベルは剥がさなくてもOK!

資源循環局旭事務所 竹内さん

資源循環局旭事務所 萬向さん

集積場所や家での保管もスッキリ!!

ごみをそのまま袋に入れたとき

入れ方を工夫したとき

プラスチックトレーなどは、細かくしたり、重ねたりすることでごみ袋の体積を大幅に減らすことができます。

分別ルールを守り、豊かな地球環境を次世代につなぎましょう。



分別に迷ったら「MIctionary」で検索!

資源循環局旭事務所 ☎953-4811 ☎953-6669

紙面中、電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「045」です。

旭区役所

〒241-0022 旭区鶴ヶ峰1-4-12
☎954-6161(代表電話) ☎955-2856

横浜市 旭区役所 検索

UD FONT

ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づき、より多くの人に見やすく読みましがえにくいデザインを採用しています。

区人口 241,021人 区世帯数 109,074世帯 (2024年8月1日現在)

開庁日 月~金曜 8時45分~17時 第2・4土曜 9時~12時*

今月の土曜開庁日 **14日・28日**

*戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課の一部業務を行っています。

地震発生! そのとき、どこへ避難する?

「地震が起きたら、避難所に行かなきゃ!」そう思っていないですか?

避難所(地域防災拠点)は、地震などで自宅が被災した場合に避難生活を送る場所です。しかし、慣れない環境で生活することは心身の負担が大きく、そのため、自宅で生活できる場合は、自宅にとどまる「在宅避難」を推奨しています。

災害時にも住み慣れた自宅で安心して生活を送れるよう、在宅避難の準備を進めましょう。

地震発生

自宅(在宅避難)

在宅避難が基本です!

普段と近い生活ができ、プライバシーも守れるなどのメリットがあります。在宅避難をするためには、自宅が安全な場所であることが重要です。

在宅避難のために準備しておくこと

☑ 備蓄(最低3日分)



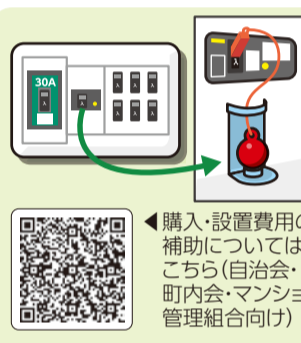
地域防災拠点には最低限の備蓄のみ。追加の支援物資は、地震後すぐには届きません。

☑ 家具転倒防止器具



取り付けの無料代行についてはこちら

☑ 感震ブレーカー



購入・設置費用の補助についてはこちら(自治会・町内会・マンション管理組合向け)

☑ ガラス飛散防止



この他、家族構成に沿った備えも考えてみましょう。



- 安否状況の報告
- 被害が大きく、避難生活が長期化するときには…
- 物資の要請
- ボランティアの派遣要請など

在宅避難でも、地域防災拠点とつながることが大切!

- 物資の供給
- ボランティアの派遣など

町の防災組織(自治会・町内会など)

両者をつなぐ役割を期待。日頃から地域において助け合える関係を築きましょう!

イベントのお知らせ

子どもと遊びながら楽しく防災を体験できるイベントです。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

📅 11月24日(日)
📍 こども自然公園
📝 当日直接



▲詳細はこちら

地域防災拠点

地域住民で組織される運営委員が中心となり、避難してきた人や在宅避難者を含めた地域全員で協力・運営します。負担が偏らないよう、拠点運営に積極的に関わりましょう。

地域防災拠点の役割

- 避難所
- 情報受伝達の場所
- 物資の供給場所
- ボランティアの受け入れ

市内1か所でも震度5強以上の地震が観測されると開設(区内37か所)。お住まいの地域の地域防災拠点を確認しましょう。

地震被害により自宅で生活できないときは、迷わず地域防災拠点へ避難!



ペットとの避難については7面をご覧ください。



今月のおしらせ

9月

毎月11日以降の記事を掲載しています。金額の記載のないものは原則無料です。

🕒日時・期間 📍会場 🎯対象/定員 💰費用 🎒持ち物 🗣️講師や出演者 📄申込み 📞問合せ
☎️電話 📠ファクス 🏠ホームページ ✉️Eメール 📧電子申請 横浜市電子申請・届出サービス 📠往復はがき
📧はがき (消)消印有効 (着)必着 📅年齢

📄必要事項 行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面

区役所への郵便物は
〒241-0022 鶴ヶ峰1-4-12

掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際は事前にお問い合わせください。



区・市役所から

ペットを飼っている人は 災害が起きた時のペットの生活について考えておきましょう

災害時でもペットができるだけ安心して過ごせるように準備しておきましょう



1 ペットと一緒に在宅避難

自宅とその周辺の安全が確認できれば、在宅避難を考えてみましょう。住み慣れた自宅での避難は、ペットにとってもストレスが軽減されます。在宅避難のために準備しておくことは、6面をご覧ください。

2 ペットを預けて避難

ペットがなれている親戚や知人など、あらかじめ確保しておいた一時預け先にペットを預け、飼い主は知人宅や地域防災拠点などで避難生活を送ります。

3 ペットと一緒に避難

ペットを連れて地域防災拠点に避難する場合は、運営委員の指示に従い、拠点のルールを守って飼育しましょう(受け入れ可能な動物に限る)。拠点では、人の生活スペースとは別の決められた場所でペットを飼育します。地域防災拠点にはアレルギーの人や動物が苦手な人もいます。他の避難者に十分に配慮しましょう。

日頃からの備えも!

飼い主の明示



▲鑑札と注射済票(犬の場合)

名札



◀マイクロチップ

しつけ

ケージトレーニング、人や動物にならす



健康管理

狂犬病予防注射(犬の場合)、ワクチン接種、ノミ・ダニ駆除

ペット用備蓄品

フード・水・服用薬(7日分以上)、ペットシート・トイレグッズ、ケージ・リード



災害時のペット対策についてもっと知りたい人は!



◀ガイドラインはこちら

📞環境衛生係 ☎️954-6168 📠952-1504

乗ってみよう! まずはご登録を!

参加者募集! 旭北地区オンデマンド交通



オンデマンド交通の実証実験を行います。ご乗車予約はLINEからできます。まずはLINEのお友達登録をお願いします。LINEは使えないというあなた! 10月末ごろに登録用紙を旭北地区の皆さんに配布します。

期間 12月2日(月)~2025年1月31日(金)9時~18時
(土曜・日曜・祝日・年末年始12月29日~1月3日を除く)

エリア 上白根2~3丁目、中白根1~4丁目、白根町、白根8丁目、上白根町の一部(乗車場所)約60か所

運賃 1回乗車ごとに大人400円、小児200円

利用方法 LINEを活用した予約システム、電話予約(事前に申込み用紙で要登録)



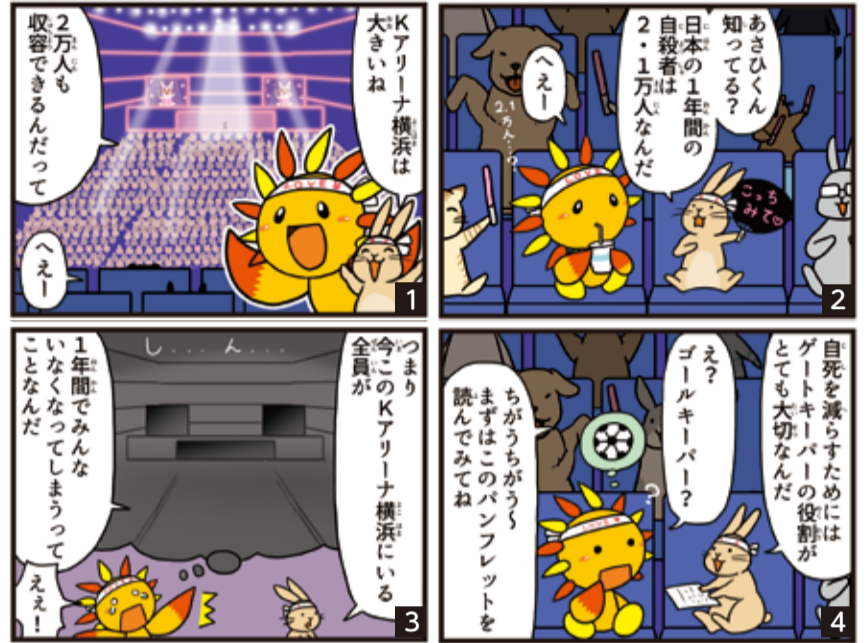
▲詳細はこちら

📞都市整備局都市交通課 ☎️671-3800 📠663-3415

第16回



【みんなで自殺対策】の巻



応募者プレゼント♪

下記のクイズに答えると、正解者の中から抽選で20人に、「あさひくん限定マスコットぬいぐるみ」をプレゼント! 奮ってご応募ください。
※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。



▲うさぎくんのパンフレットはこちら

今月のクイズ

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る。そのような人の存在が、自死を防ぐためには大切です。そのような人のことを何と呼ぶでしょう?

- ①ゴールキーパー ②ゲートキーパー ③タイムキーパー

📅9月1日~30日に電子申請

ご応募はこちら▶



ふわふわ、かわいいマスコットだよ



📞地域振興課あさひくん担当 ☎️954-6094 📠955-3341

「2025旭オープンガーデン」会場募集

オープンガーデンは、旭区の皆さんが心を込めて手入れをしているお庭や花壇などを紹介し、皆さんに自由に巡って楽しんでいただくイベントです。

📅2025年4月4日(金)~5月11日(日)(お庭の中に入れる特別な6日間:4月18日(金)~20日(日)、5月9日(金)~11日(日))
📍区内の次の①②いずれかを会場として公開できる個人または団体(法人を含む)①個人宅の庭・プランター②地域の団体、商店、企業などで管理している庭・花壇・プランター
📄10月31日までに電子申請、☎️(HP)に掲載の事項を記入)、区役所などで配布しているチラシの応募票を郵送、直接

📞企画調整係「旭オープンガーデン」担当 ☎️954-6027 📠951-3401

✉️as-2027engeihaku@city.yokohama.jp



▲HPはこちら



▲電子申請はこちら

旭区市民活動支援センター



「みなくる」は、旭区の地域活動やボランティア活動を応援する交流拠点です。

〒241-0022 鶴ヶ峰2-82-1 ココロット鶴ヶ峰4階(鶴ヶ峰駅南口直結。2階からエレベーターで4階へ)
☎️382-1000 📠382-1005
✉️as-manabi@city.yokohama.jp

休館日

9月18日(水)

※HPなどでご確認ください。

展示コーナー(旭区生涯学習アドバイザー・利用登録団体のご案内)

9月2日(月)~28日(土) ヨガ・ピラティス・バレエ 渡邊 ゆうきさん

ギャラリーコーナー(区内で活動している人の作品展示)

9月16日(月・祝)~27日(金) 雪つり(兼六園)ほか 色鉛筆画

※展示についてのお問合せは「みなくる」受付まで。※展示内容は変更になる場合があります。

旭区神経系難病患者交流会「あした会」

情報交換と交流。
10月17日(木)13時30分～15時
アーバン128ビル3階(鶴ヶ峰1-2-8)患者と家族/先着12組
9月11日～10月15日に直接(☎9時～)
高齢者支援担当
☎954-6191 ☎955-2675

旭区社会福祉協議会

〒241-0022 鶴ヶ峰1-6-35
「ぱれっと旭」内
☎392-1123 ☎392-0222

●善意銀行(6月1日～30日)
次の皆さまから寄付をいただきました。
あさひ茶花道協会、神奈川土建一般労働組合 横浜西支部、万騎が原地区社協、伊志嶺 朝之、匿名1件(敬称略)

第8回「遊音楽」～みんなでつくる音楽のお祭り～

音楽好きの人々が集う音楽祭を開催します♪入場無料です。
【クラシック&ポップスステージ】9月21日(土)13時～18時(30分前開場)【ライブステージ】9月22日(日・祝)11時30分～18時30分(30分前開場)
【マルシェ&ワークショップ】9月21日(土)12時30分～17時、22日(日・祝)11時～17時
旭公会堂(区役所4階)☎当日直接
遊音楽実行委員会 伊原 ☎info@yuonsai.com



▲詳細はこちら

第33回旭区書道展～公募～<子ども展併設>

日本の伝統文化に触れ、魅力を感じてください。地域の小中学生の作品も多数展示予定です。特別展示:谷 文晁の墨跡
9月27日(金)～30日(月)10時～18時(最終日は16時まで)
サンハート☎当日直接
旭区書道家協会事務局 腰塚 ☎381-7364



布夢彩画展

古布を使用したアート作品の展示会です。
10月9日(水)～14日(月・祝)10時～17時(初日は14時から、最終日は16時まで)
サンハート☎当日直接
布夢彩画愛好会事務局 岡村 ☎951-9313

区役所1階 今月のるびーぎやらりーのご案内

区内在住・在勤・在学者の個人または団体の作品を展示しています。ぜひお立ち寄りください。

生涯学習支援係
☎954-6094
☎955-3341

Table with 2 columns: 展示日 (10月8日(火)～11日(金)), 展示内容 (年金者組合 作品展)

※最終日は15時までとなります。 ※都合により、展示時間や内容は変更になる場合があります。

スポーツ

旭スポーツセンター

〒241-0011 川島町1983 ☎371-6105 ☎382-8044

休館日 9月17日(火)

※☎などでご確認ください。

当日受付教室 ☎16歳以上 ¥650円(1回分)(▲は550円、★は700円)
持 動きやすい服装・上履き(種目により不要。要確認)・タオル・飲み物

Table with 5 columns: 曜日, 教室名, 開催日, 開催時間, 定員. Lists various classes like ZUMBA, Pilates, and Tai Chi.

●関節ととのえ塾(全4回)

テーマ:股関節(伸展)コース
股関節を動かすときに腰が反っていませんか? 股関節を後ろに蹴り出す動きや横に開く動きに加え、腹筋で支える練習をします。
10月3日～24日の毎週木曜13時30分～14時30分 ☎16歳以上/先着10人 ¥4,400円(4回分)持 動きやすい服装・飲み物☎9月12日16時～☎、直接

※駐車場に限りがあります。バイク・自転車・公共交通機関をご利用ください。

第47回 旭区民弓道大会

近代的競技個人戦・チーム戦(主催者がチーム編成を行います)。昼食提供します。
10月27日(日)9時～15時
常盤公園弓道場(保土ヶ谷区常盤台42-1)☎区内在住・在勤の神奈川県弓道連盟一般支部登録者 ¥1,500円
9月21日～10月5日に☎、☎(名前(ふりがな)・電話番号を記入)
旭区弓道協会 ☎951-7192(10時～12時)
kyudo.asahi.sports@gmail.com



あさひ図書館です

〒241-0005 白根4-6-2 ☎953-1166 ☎953-1179

休館日

9月17日(火)

※☎などでご確認ください。

今回は「元ネタ」のある作品を紹介。こうした作品に対して、「オマージュ」と表現することもあります。「元」の作品を思わせる箇所にニヤリとするもよし、知らなかった作品にさかのぼるのもよし。「1粒で2度おいしい」体験が待っています。

「(新釈)走れメロス他四篇」

森見 登美彦/著 祥伝社(2007年刊)

表題作はもちろん太宰 治、その他の4編も、中島 敦、芥川 龍之介、坂口 安吾、森 鷗外と、名だたる文豪たちの作品が目次を埋めます。京都の町を舞台に、森見登美彦らしさ全開の大胆な筆致で書き直される名作たちをお楽しみください。



映画篇

金城 一紀/著 集英社(2007年刊)

こちらは、映画作品をオマージュしています。「太陽がいっぱい」、「ドラゴン怒りの鉄拳」、「ペイルライダー」といった往年の名作が思い出される内容です。『GO』や『フライ、ダディ、フライ』など、自身の作品も映画化・映像化されている著者の、映画愛溢れる短編集です。



親子で楽しむおはなし会

9月12日・19日、10月3日・10日(各回木曜)10時30分～☎0～2歳児と保護者☎当日直接

図書検索機使い方相談

図書検索機の使い方を個別にお教えします。

9月24日、10月8日(各回火曜)10時～11時30分☎初心者☎開催時間内随時受付

第12回旭・朗読を楽しむ会 秋の朗読会

10月12日(土)13時30分～15時
白根地区センター☎先着30人
朗読ボランティアの会「旭・久・恵」☎9月12日9時30分～☎、直接

旭いきいき朗読講座(全5回)

10月23日～11月20日の毎週水曜10時～12時
白根地区センター
市内在住・在学者で5回とも参加可能な人/抽選12人※当選者にのみ10月4日までに電話連絡
朗読ボランティアの会「旭・久・恵」代表上野 廣さん☎9月11日～25日に☎、直接

大人のためのおはなし会

10月24日(木)10時～12時☎先着20人
パンドラのはこ☎9月19日9時30分～☎、直接

里山ガーデンで開催!

森ラボ2024 森アートコラボ

子どもから大人まで楽しめる、森のアートイベントです。

【森マルシェ】9月21日～10月14日の土曜・日曜・祝休日10時～15時(予定)
※荒天中止【WS】【木のづくり】9月22日(日・祝)【森の人】9月28日(土)【森の木スタンド】10月6日(日)10時～(予定) ¥500円※各日先着順。詳細は☎をご確認ください。【秋の森とアート】9月29日(日)～10月20日(日)10時～16時
【参加作家によるアートツアー】9月29日(日)、10月20日(日)11時～

☎当日直接※小学3年生以下は保護者同伴。

☎GROUPO創造と森の声 ☎933-1460

☎morinokoe7@yahoo.co.jp



▲詳細はこちら

▶マークの凡例は7ページをご覧ください

【必要事項】行事名・〒住所・名前(ふりがな)・電話番号、往復はがきの場合は返信面


第53回旭区駅伝競走大会 (旭ズーラシア駅伝2025)参加者募集

～横浜マラソンチャレンジ枠(希望者のみ10人限定)対象予定事業!～

完走した希望者の中から抽選で10人に横浜マラソン出走権を付与します!(予定)※出走権は有償、別途申込手続が必要です。

📅 2025年1月25日(土)9時30分～(8時受付開始)※荒天中止 📍よこはま動物園ズーラシア 📍小学3年生以上※申込み多数の場合は、区内在住者を優先して抽選【チーム編成】選手5人(別途補欠2人まで)、代表者1人(20歳以上) ④ 10月7日～11月8日※詳細は区役所2階22番窓口、旭スポーツセンター、各地区センター、HPなどで配布する案内参照

📍旭区駅伝競走大会実行委員会事務局(生涯学習支援係内)
☎954-6095 📠955-3341



▲HPはこちら

区民利用施設

休館日の表示は原則です。掲載されていない催しがある場合があります。事前にHPなどでご確認ください。

旭区民文化センター サンハート

〒241-0821 二俣川1-3
ジョイナステラス3(旧二俣川ライフ)5階
☎364-3810 📠391-6930
✉sunheart@sunheart.info
🌐https://sunheart.info/

●おはなしかい
📅 9月12日(木)10時30分～11時
📍未就学児と保護者 ④ 当日直接

●0歳からの親子で楽しむ
ワンコインコンサート
📅 9月29日(日)11時～(30分前開場)
📍先着300人 ¥ 一般・ベビーカー席(限定14席)500円 ④ 詳細は施設へ

●ワンコインコンサートVol.22
オペラの名曲をお届けします。
📅 9月29日(日)14時～(30分前開場) 📍小学生以上/先着300人 ¥500円 ④ 詳細は施設へ

●ベビーマッサージ&親子遊び
📅 10月15日(火)10時～11時30分
📍2か月～1歳児と母親/先着14組 ¥1,000円 ④ 詳細は施設へ

こどもログハウス おおいけらんど

〒241-0001 上白根町910-3
☎951-8127 📠465-6246
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●敬老の日、手形しおりをプレゼントしよう!
📅 9月14日(土)～16日(月・祝)9時～17時 📍中学生以下(未就学児は保護者同伴)/先着35人 ④ 当日直接

●秋のおはなし会(お△□さんによる)
📅 9月29日(日)11時～11時30分
📍小学生以下(未就学児は保護者同伴)/先着30人 ④ 当日直接

男女共同参画センター横浜「フォーラム」

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎862-5052 📠865-4671
🌐https://www.women.city.yokohama.jp/y
休館 第4木曜

※保育あり(詳細は☎862-4750)
●初めてでもわかるパソコン入門(全2回)

📅 10月5日(土)・6日(日)10時～15時30分 📍女性/先着15人 ¥11,000円(2回分) ④ 9月17日～HP(☎9時30分～:862-4496)※

●子どもへ性の話、どう伝える?
📅 10月26日(土)10時～12時 📍4歳～小学2年生と保護者/先着15組程度 ¥大人1,500円、子ども500円 ④ 9月15日～HP、☎(862-5056)※

●心とからだを整える
産後のセルフケア(全2回)
📅 11月12日・19日(各回火曜)10時～11時30分 📍生後2か月～210日の赤ちゃん^{ママ}と母親(母親1人につき赤ちゃん1人)/先着16組 ¥1,700円(2回分) ④ 10月1日～HP※

こども自然公園 青少年野外活動センター

〒241-0834 大池町65-1
☎811-8444 📠812-5778
🌐https://yokohama-sport.jp/kodomo-yc-ysa/
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●ファミリークッキング ピザC
📅 10月26日(土)10時～14時 📍8人以内の家族/抽選10組 ¥中学生以上2,200円、小学生1,600円、4歳以上の未就学児1,100円、3歳以下100円 ④ 9月13日～27日(消)で往(【必要事項】・☎・📍を記入)、HP

●どきどきデイキャンプ(全3回)
📅 11月～2025年1月の第2日曜9時30分～15時30分 📍小学1～3年生/抽選42人 ¥9,600円(3回分) ④ 9月20日～10月4日(消)で往(【必要事項】・☎・📍・学年を記入)、HP

老人福祉センター横浜市福寿荘

〒241-0005 白根2-33-2
☎953-5315 📠953-5317
休館 毎月最終火曜

※(着)で往(【必要事項】・☎・📍を記入)、直接
●ゲームで楽しく脳を鍛えよう(スリー-A)

📅 9月12日、10月10日(各回木曜)12時～13時30分 📍60歳以上/各回先着15人 ¥100円(1回分) ④ 動きやすい服装・タオル・飲み物 ④ 当日直接

●チャリティーコンサート(ジャズコンサート)
参加費の一部を能登半島地震義援金として寄付します。コーヒー1杯付き。

📅 9月21日(土)11時～12時 📍先着70人 ¥300円～ Swing AJM ④ 当日直接

●イスを使ってストレッチ
📅 10月1日(火)11時15分～12時15分 📍60歳以上/先着30人 ④ 動きやすい服装・タオル・飲み物 ④ 当日直接

●なごんでいきいき!「おはなし会」
📅 10月1日(火)13時～14時 📍60歳以上/先着20人 ④ 当日直接

●動作スムーズ体操(全10回)
📅 10月～2025年2月の第2・4金曜13時30分～14時45分 📍60歳以上/抽選24人 ¥2,000円(10回分) ④ 9月11日～20日※

●脳健体操(全10回)
📅 11月～2025年3月の第1・3水曜(1月は15日・29日)9時30分～11時30分 📍60歳以上/抽選15人 ¥2,000円(10回分) ④ 9月23日～10月2日※

本村スポーツ会館

〒241-0024 本村町15
☎365-1820 📠442-7920
休館 第2月曜(祝日は翌日)

※直接(☎12時30分～)
●ポッチャ体験・練習会
📅 9月25日(水)9時～11時40分 📍先着15人 ④ 9月11日9時30分～25日に※

●卓球教室 土曜クラス(全12回)
📅 10月～2025年3月の第1・3土曜(1月は11日・18日)9時30分～11時40分 📍18歳以上の大会経験者/抽選25人 ¥8,300円(12回分) ④ 9月11日9時30分～21日に※

●卓球教室 金曜クラス(全12回)
最少開催人数18人。
📅 10月～2025年3月の第2・4金曜9時30分～11時40分 📍18歳以上の初・中級者/抽選20人 ¥8,300円(12回分) ④ 9月11日9時30分～21日に※

老人福祉センター横浜市福寿荘

〒241-0005 白根2-33-2
☎953-5315 📠953-5317
休館 毎月最終火曜

●正しい姿勢でウォーキング
📅 10月16日(水)9時30分～11時30分 📍二俣川地域ケアプラザ(二俣川2-50-14コプレ二俣川6階) 📍先着30人(高齢者向け、同伴可) ④ 9月11日9時30分～本村スポーツ会館へ※

上白根コミュニティハウス

〒241-0001 上白根町233-6
☎954-1691 📠954-1692
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●せせらぎ歌の会
📅 9月11日、10月9日(各回水曜)10時～11時30分 📍各回先着50人 ¥200円(1回分) ④ 上履き・靴袋 ④ 当日直接

●くらサボサロン
📅 9月18日(水)13時30分～14時30分 📍先着20人 ¥200円 ④ 上履き ④ 当日直接

●やさしいヨガ教室
📅 10月1日(火)10時～11時 📍先着20人 ¥400円 ④ 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物・ヨガマットかバスタオル ④ 当日直接

●脳を鍛える! インナーマッスル体操
📅 10月3日(木)13時～14時30分 📍先着20人 ¥400円 ④ 動きやすい服装・上履き・タオル・飲み物 ④ 当日直接

●パソコン個人相談室
📅 10月14日(月・祝)①13時30分～14時30分②14時40分～15時40分 📍①②先着3人 ¥500円(1回分) ④ 9月11日～直接(☎10時～)

鶴ヶ峰コミュニティハウス

〒241-0021 鶴ヶ峰本町1-16-1
☎953-2313 📠489-5966
休館 第3月曜(祝日は翌日)

●健康マージャンサロン
📅 9月15日～10月6日の毎週日曜9時～15時 📍各回先着3組 ④ 詳細は施設へ

●ちびっこランド
📅 9月15日～10月6日の毎週日曜9時～16時 📍未就学児と保護者 ④ 当日直接

●銀粘土で作るシルバーアクセサリー
📅 10月18日(金)13時～16時 📍先着10人 ¥2,000円 ④ 9月11日10時～10月4日17時に☎、直接

以下広告スペースです。「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。

●笑たいむ@鶴ヶ峰Vol.4
 10月26日(土)14時～16時10分
 先着30人 ¥300円 申9月20日10時～10月12日17時に☎、直接

東希小コミュニティハウス
 〒241-0826 東希望が丘155
 ☎363-2889 ☎489-3102
 休館 火曜・金曜

●第23回将棋大会
 10月12日(土)9時15分～14時30分
 小学生以上/先着32人 ¥500円 申9月21日～10月5日に直接(☎翌日～)

くめぎ台小学校コミュニティハウス
 〒240-0045 保土ヶ谷区川島町1374-1
 ☎☎371-7611
 休館 火曜・金曜

●秋のバイオリンコンサート
 「序奏と Rond・カプリチオーソ」や季節の唱歌など。
 10月14日(月・祝)①13時～14時15分②15時～16時15分
 ①②先着50人 申9月15日～☎、☎(必要事項を記入)

市沢地区センター
 〒241-0014 市沢町9
 ☎371-6662 ☎371-6663
 休館 第4月曜(祝日は翌日)

●いちさわおはなしの森
 9月21日(土)10時30分～11時
 未就園児と保護者/先着8組 申当日直接

●エンディングノート講座
 10月3日(木)10時～12時 18歳以上/先着16人 申9月12日～直接

●Wの刺激&ZUMBA GOLD②(全6回)

青竹を使った脳トレと初心者向けのダンスフィットネス。

10月～12月の第1・3水曜(10月は9日・23日)10時～12時 18歳以上/先着16人 ¥3,000円(6回分) 申9月18日～直接

●ハロウィンパーティー
 おはなし会や英語リトミックなど。仮装して遊びに来てね!

10月26日(土)10時～12時 0～3歳児と保護者/先着12組 ¥100円 申10月5日～直接



今宿地区センター
 〒241-0813 今宿町2647-2
 ☎392-1500 ☎392-1501
 休館 第2月曜(祝日は翌日)

※9時20分～直接(☎翌日～)

●フリーアドバイス バドミントン

9月15日(日)①9時15分～10時15分②10時15分～11時45分(①②15分前受付開始) 小学生以上の①初心・初級者②中・上級者/①②先着20人 ¥200円(1回分) 持上履き・ラケット・タオル 申当日直接

●フリーアドバイス 卓球

9月21日(土)12時20分～14時40分(10分前受付開始) 小学生以上/先着16人 ¥200円 持上履き・ラケット・タオル 申当日直接

●秋香る栗とコーヒーのパウンドケーキ作り

9月30日(月)10時～13時 18歳以上/先着12人 ¥2,000円 申9月14日※



●本藍染め体験講座

10月9日(水)13時30分～16時 18歳以上/先着12人 ¥1,800円 申9月13日9時20分～30日に直接(☎翌日～)

●美味しいコーヒーの入れ方講座(全2回)

10月11日・25日(各回金曜)13時～15時 18歳以上/先着12人 ¥1,000円(2回分) 申9月27日※

希望が丘地区センター
 〒241-0825 中希望が丘145-4
 ☎361-0424 ☎361-0437
 休館 第3月曜(祝日は翌日)

※9時～17時に直接(☎翌日～)

●子ども日舞教室(全7回)

日本舞踊の基本から学びます。

9月28日～11月9日の毎週土曜(10月26日を除く)①15時15分～16時15分②16時30分～17時30分 [ステージ発表会]11月17日(日) 小学生/①②先着12人 ¥6,000円(7回分) 申9月11日～21日※

●バレエ・ピラティス(全3回)

10月10日、11月7日、12月12日(各回木曜)13時30分～14時30分 18歳以上/先着10人 ¥2,400円(3回分) 申9月11日～10月3日※

●バレエ・ウォーキング(全3回)

10月24日、11月21日、12月26日(各回木曜)13時30分～14時30分 18歳以上/先着12人 ¥2,400円(3回分) 申9月11日～10月10日※

白根地区センター
 〒241-0005 白根4-6-1
 ☎953-4428 ☎953-4461
 休館 第2月曜(祝日は翌日)

●おはなし会

演目:大型絵本「ころころころ」ほか。
 9月28日(土)10時30分～11時15分 小学生以下(未就学児は保護者同伴)/先着30人 〇△□ 申当日直接

●白根おもちゃ病院

10月5日(土)10時～15時 持直したいおもちゃ 申当日直接

●米麹でお味噌づくり

10月17日(木)10時～13時 18歳以上/先着15人 ¥3,200円 申9月12日～10月5日に直接(☎10時～)



都岡地区センター
 〒241-0031 今宿西町292-2
 ☎953-7211 ☎953-7209
 休館 第3月曜(祝日は翌日)

※申9月11日～25日に直接

●ベーシックヨガⅡ(全12回)

10月～2025年3月の第1・3水曜(1月は15日・29日)13時～14時 18歳以上/先着15人 ¥6,000円(12回分)※

●アクティブシニア体操教室Ⅱ(全12回)

10月～2025年3月の第1・3・5木曜(1月は16日のみ)10時～11時 18歳以上/先着40人 ¥6,000円(12回分)※

●k-popを踊ってアイドルになろう(全11回)

10月～2025年2月の第1・3木曜(1月は9日・23日)16時～17時 [発表会]3月1日(土) 小学生(初参加優先)/先着12人 ¥5,500円(11回分、衣装代別途)※

●ナイトヨガⅡ(全12回)

10月～2025年3月の第1・3金曜(1月は10日・24日)①18時30分～19時15分②19時25分～20時10分 18歳以上/①②先着12人 ¥6,000円(12回分)※

●ロコモトレニングⅡ(全11回)

10月～2025年3月の第2・4月曜(3月は10日のみ)10時～11時10分 18歳以上/先着20人 ¥5,500円(11回分)※

●リラックスヨガⅡ(全11回)

10月～2025年3月の第2・4水曜(3月は12日のみ)10時～11時 18歳以上/先着50人 ¥5,500円(11回分)※

●ロビーコンサート
 アコースティックギターのかれんな音色をお楽しみください。
 10月12日(土)13時～15時 申当日直接

●親子で収穫体験! さつまいも掘り

10月20日(日)9時30分～11時30分 ※荒天時は10月27日(日)同時刻に延期 小学生以下と保護者/先着20組 ¥500円※

若葉台地区センター
 〒241-0801 若葉台3-4-2
 ☎921-2213 ☎921-2225
 休館 第4月曜(祝日は翌日)

※9時30分～直接

●ヨガ3期(全6回)

10月～12月の第1・3水曜①9時45分～10時35分②10時45分～11時35分 60歳以上/①②抽選14人 ¥3,300円(6回分) 申9月11日※

●ヴァイオリンデュオとピアノによる秋のスペシャルコンサート

10月5日(土)14時～15時 先着150人 ¥600円 申9月15日※

●2～4才リズムリトミック(全5回)

10月8日～12月10日の第2・4火曜15時～15時40分 2～4歳児と保護者/先着5組 ¥2,500円(5回分) 申9月17日※

●Sing Along ～楽しく歌って心も軽く～(全11回)

10月～2025年3月の第2・4金曜(11月は22日のみ)13時～14時30分 18歳以上/先着30人 ¥6,050円(11回分) 申9月20日※

●秋のお楽しみ! お芋ほり

10月14日(月・祝)13時～15時 先着40組 ¥600円(3株分) 申9月16日※

●みんなの食堂 ちくせんDEごはん ナポリタンとスープ。

10月19日(土)12時～13時 先着30人 ¥350円 申9月30日※

●りんご&アーモンドケーキ

10月26日(土)10時～12時30分 18歳以上/先着8人 ¥1,500円 申10月5日※



●世界を楽しむ料理教室(全2回)

¥10月27日、11月24日(各回日曜)10時～13時 18歳以上/先着16人 ¥2,200円(2回分) 申10月6日※

以下広告スペースです。「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。

健診などのご案内

◆原則として毎月11日以降の健診などを掲載しています ◆有料表示のないものは原則無料です ◆市外居住者は受診できません ◆予約制の予約開始時間は8時45分です ◆詳細は電話でお問い合わせください ◆掲載しているイベントなどは、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際にはお問い合わせください

種類	日時	会場	内容・費用など
●健康づくり係 ☎954-6146 ☎953-7713●			
乳幼児食生活健康相談 予約制	10月2日(水)	区役所 3階	9時～11時 (時間は予約時に説明)
離乳食教室 予約制			13時30分～14時30分 (15分前受付開始)
ピカピカ1歳児☆ 歯みがき教室 予約制	10月11日(金)	区役所 3階	子どもの食生活に関する相談(30分程度) ☎9月11日～ 栄養士の話と実演 ☎7～8か月児と初めて育児をする保護者/先着20組 ☎9月11日～ むし歯予防の話、歯磨きの方法など ☎2023年4月～2024年4月生まれの 子どもと保護者/先着16組 ☎9月11日～
生活習慣病予防相談 予約制	9月19日、10月3日 (各回木曜)		午前 (時間は予約時に説明) 糖尿病や高血圧などの生活習慣病予防のための生活習慣や禁煙、食生活、口腔 ケアなどについて、保健師・栄養士・歯科衛生士が個別に相談をお受けします。 ☎ 随時
●こども家庭係 ☎954-6151 ☎951-4683●			
乳幼児 健診	4か月児	9月20日、10月4日 (各回金曜)	区役所 3階 詳細は個別通知をご覧ください。
	1歳 6か月児	9月17日、10月1日 (各回火曜)	
	3歳児	9月19日、10月3日・ 10日(各回木曜)	
乳幼児歯科相談・ 妊産婦歯科相談 予約制	9月24日、10月22日 (各回火曜)	13時30分～ 14時45分	<乳幼児>0歳児～未就学児の歯科健診、歯科相談、歯磨きのアドバイスなど <妊産婦(妊娠中・産後1年未満の人)>歯科相談 ☎ 随時
●子育て支援担当 ☎954-6150 ☎951-4683●			
母親教室(両親教室) (全3回) 予約制	10月1日・8日・ 15日(各回火曜)	14時～16時	区役所 3階か 4階 妊娠・出産・育児の学習を行います。※原則として初産婦を対象。(第3回は父親 も参加できます。) ☎ 随時 電子申請 横浜市旭区 母親教室 検索

子どもについての相談は「こども家庭相談」へ ☎954-6160 ☎951-4683 ☎保健師、助産師、社会福祉職など

よこはま動物園

ズーラシア

だより

Vol.201

〒241-0001
上白根町1175-1
☎959-1000(総合案内所)

[ズーラシア](#) **検索**

9月11日～
10月10日の休園日
休園日なし

今月の
ズーラシアグッズ



絶滅危惧種
レッサーパンダ



▲リラックスして
寝転がるソフィー



▲大好きなシラカシを
食べるソフィー

9月のおすすめ
村田園長のとっておき写真展

ズーラシアで飼育している動物を中心に、
とっておきの写真を展示します。

📅12月2日(月)まで
🎵 ホッキョクグマ水中ビュー

過去の様子▶ 



旭区地域子育て支援拠点

開館時間: 10時～16時
休館日: 原則毎週日曜・月曜・祝日
※ ☎などでご確認ください。

◆ひなたぼっこ
二俣川1-67-4
☎442-3886 ☎442-3896

◆サテライト
鶴ヶ峰1-7-10ライオンズプラザ鶴ヶ峰3階
☎752-8881 ☎752-8990

「ひなたぼっこ」は親子で自由に遊べる広場です。子育ての
相談をしたり、子育てに関するさまざまな情報を入手したりす
る場所としても利用できます。また、子育て支援に
関わる団体のチラシなどを収集し提供しています。
専門相談員による相談は、事前予約制です。
詳細は ☎またはチラシでご確認ください。



▲☎はこちら

● **専門相談** 普段気になっている心配事を話してみませんか。

種類	日時	申込み(☎、直接)
ひなたぼっこ		
公認心理師	①9月25日(水)10時～11時30分 ②10月11日(金)10時～11時30分 ③10月23日(水)10時～11時30分	①9月11日～ ②9月27日～ ③10月9日～
管理栄養士	10月1日(火)10時～11時30分	9月18日～
助産師	10月22日(火)13時30分～15時	10月8日～
サテライト		
公認心理師	①10月3日(木)10時～11時30分 ②10月17日(木)10時～11時30分	①9月19日～ ②10月3日～
管理栄養士	10月18日(金)13時30分～15時	10月4日～
助産師	10月23日(水)10時～11時30分	10月9日～

横浜子育てサポートシステム

子育てを援助したい人と援助を受けたい人に向けた入会説
明会を実施しています。☎からお申し込みください。ご都合
が合わない場合はお問い合わせください。
☎442-3038 (火～土曜9時～17時)

横浜子育てパートナー

子育て期の悩み事の相談や、子育てに関する情報を提供し
ます。電話でも受け付けています。
☎【ひなたぼっこ】489-6170
【サテライト】752-8354(火～土曜10時～16時)



応援!
あさひっ子もり
子ども・子育て応援特設サイト



▲☎はこちら