



令和2年8月1日発行 | No.274

8月号⑤～⑧ページはみどり区版です。
 「よりどりみどり情報」は一部のみ掲載しています。
 「施設から」「とれたてみどりをたずねて」「ズーラシアだより」は掲載を休止しています。

新型コロナウイルス感染症に関する情報は、市版最終ページに掲載しています

新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、最新の情報に基づいた行動をお願いします。



よりどりみどり情報

アイコン説明・注意事項は8ページ上部に記載しています。

油断禁物!! 「コロナ疲れ」にご用心!!

知って防ごう、熱中症

熱中症は予防法を知っていれば防ぐことができます。日々気を付けて生活しましょう。
 小さな子ども、高齢者、持病のある人、体調の悪い人は、特に注意が必要です。

対策1 暑さを避ける

- 帽子や日傘を使い、汗が乾きやすく、通気性・吸水性のよい衣服を着ましょう
- 室内は、扇風機やエアコンで28℃以下、湿度60%以下に調節しましょう
- 睡眠環境を整え、寝ている間の熱中症を防ぐことが重要です
- 屋外で人と十分な距離(少なくとも2メートル以上)が確保できる場合は、マスクを外しましょう

対策2 小まめな水分補給

- 喉が渇く前に、意識して小まめに水分を取りましょう
- たくさん汗をかいたときは、スポーツドリンクなどを飲んで、水分とともに塩分を補給しましょう

対策3 暑さに負けない体づくり

- 一日3食バランスのよい食事を取り、適度な運動、十分な睡眠を心掛けましょう
- 体調管理をし、熱中症になりにくい体づくりをすることが大切です

【問合せ】区健康づくり係(☎930-2357 ☎930-2355)

自宅で過ごす時間が増えています。そうした中、不安なことやつらいことはありませんか?

「子どもとの過ごし方に悩んでしまう」「イライラして子どもをたたいてしまう」「親から怒鳴られた、暴力を振るわれた」「結婚相手や恋人に暴言を吐かれた、殴られた」

一人で悩まず、相談してください。一緒に考えます。

地域の皆さんへ
 周囲に気になる子どもがいたら、その様子を知らせてください。

子どもについての相談先	DV(結婚相手や恋人からの暴言・暴力)についての相談先
区子ども家庭係 ☎930-2361 ☎930-2435 ※平日8時45分～17時 北部児童相談所 ☎948-2441 ※平日8時45分～17時 よこはま子ども虐待ホットライン(フリーダイヤル) ☎0120-805-240 ※年中24時間	横浜市DV相談支援センター ☎671-4275 ※平日9時30分～16時30分 ☎865-2040 ※平日9時30分～20時(第4木曜日を除く)、土日祝日9時30分～16時

【問合せ】区子ども家庭係(☎930-2361 ☎930-2435)

マイナンバーカードの申請について

マイナンバーカードは、申請から受取まで2か月ほどかかります。また、区役所での受取には事前予約が必要です。申請数が増加傾向にありますので、希望する場合は、早めに申請してください。

マイナンバーカードの申請方法

- 通知カード(または個人番号通知書)に付属された申請書を持っている人
 →郵便、スマートフォン、パソコン、「まちなかの証明写真機」から申請できます。
- 申請書を持っていない人
 →区戸籍課22番窓口で交付申請書の再発行申請ができます。
 持本人確認資料、同一世帯以外の代理人の場合は委任状必須
 →交付申請書は市からもダウンロードできます。(ただし郵送専用。マイナンバーの記載が必要です)
 申請方法の詳細は [横浜市 マイナンバーカード 検索](#)
 ※臨時申請窓口の開設については、市版の10ページに掲載しています

マイナンバーカード全般の問合せ
 マイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178 ☎0120-601-785)

マイナンバーカードの申請方法についての問合せ
 横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル(フリーダイヤル)(☎0120-769-706)
 区戸籍課登録担当(☎930-2250 ☎930-2255)

食品衛生責任者講習会

☎9月1日(火)・9日(水) 14時30分～16時(14時から受付)
 ※両日同内容、いずれか出席
 区緑区役所 区食品営業施設の食品衛生責任者 区30人
 食品衛生責任者証、筆記用具 8月11日から
 必要事項・営業施設名・食品衛生責任者番号を明記して☎☎☎☎

【問合せ】区食品衛生係(☎930-2365 ☎930-2367)

グリーンライン混雑緩和に向けて6両化工事に着手します

グリーンラインは、現在1編成あたり4両で運行していますが、ご利用のお客さまが増加傾向にあり、朝ラッシュ時の混雑を緩和するため、現在17編成ある車両のうち、10編成を令和4年度から順次6両化し、輸送力を増強します。

このため、6両化に対応させるためにグリーンライン全駅と車両基地で令和2年8月ごろから工事を開始します。ご理解とご協力をお願いいたします。

【問合せ】交通局技術管理部車両課(☎671-3179 ☎322-3913)

猫の飼い主さんへ 猫は繁殖力が大変高い動物です。猫が増えすぎて管理できなくなることを防ぐため、不妊去勢手術をしましょう。 区環境衛生係(☎930-2368)

自治会へ加入しましょう お住まいの地域の自治会が分からない人は、区地域活動係(☎930-2232)へ

特集

とれたてみどりの 魅力が盛りだくさん!

緑区は、その名のとおり緑が多く横浜市内でも農業が盛んな地域です。また、消費者に直接販売している農家や直売所も多く、いろいろな種類のとれたての農産物が手に入ります。ぜひ、とれたてみどりの魅力を知ってみませんか。



「とれたてみどり緑区直売所マップ」が新しくなりました!

緑区内の直売所の情報をまとめた「とれたてみどり緑区直売所マップ」を令和2年4月に改定しました。野菜や浜なし、卵などさまざまな直売所を49カ所紹介しています。ぜひ、マップを手に直売所で新鮮な農産物を手にしてみてください。



▲とれたてみどり緑区直売所マップ

インターネットで
広報よこはま みどり区版を
読めます。

広報よこはまみどり区版 検索

チェックしてね!



アイコン説明・注意事項は
8ページ上部に記載しています。

ミドリンが紹介するよ! 直売所を訪ねてみよう!

- 野菜の直売所(通年)
- 浜なしの直売所(7~9月)
- 浜ぶどうの直売所(7~9月)
- ブルーベリー農園(7~9月)
- ハチミツの直売所(通年)
- 養鶏場(卵)(通年)
- 花の直売所(通年)
- 芋掘り体験ができる畑(6月:じゃがいも、10~11月:さつまいも)

●マップはイメージです。全ての直売所の位置を示しているものではありません。●駐車場がない直売所があります。詳細は「とれたてみどり緑区直売所マップ」を事前に確認のうえ、駐車場のない直売所を訪ねる際は公共交通機関を利用してください。●トイレのない直売所が多いため注意してください。

注意事項



緑区役所ピロティ
でも地場野菜を購入できます!
※売り切れ次第終了

とれたてみどり直売所
☎毎週火・木曜日10時から ※祝日・年末年始を除く。
みどり地場野菜の直売会
☎10月9日、11月20日、12月11日(金)
8時45分~13時 ※共催:JA横浜野菜部 新治支部

直売所マップで紹介している ブルーベリー農園をPick Up!

ヤマリガーデン落合 (直売所マップ14ページ 35)

小山町にある「ヤマリガーデン落合」は、毎年7~8月になると多くの人がブルーベリーの摘み取りに訪れる、大人気の農園です。

「ヤマリガーデン落合」の魅力はブルーベリーの種類の豊富さ。夏の時期は、酸味と甘みのバランスがよい「ノビリス」「フクベリー」、酸味控えめで子どもに人気のある「ブライトウェル」、さっぱりした味の「ラビ」など、さまざまな品種のブルーベリーが摘み取れます。

品種によって酸味や甘みの強さが異なるため、好みに合ったブルーベリーの味を楽しめます。

鮮度が良くみずみずしいため、そのまま食べるのも、シャーベットやジャムにするのもおすすめです。

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、混雑を防止するため、事前に問合せまたは目で確認してから来園してください。



農業や化学肥料を使用せず、安心・安全なブルーベリー栽培を心掛けています。



おちあいのりひと
生産者 落合 宣人さん

営業情報

☎ 小山町655-4
☎ 7月初旬~8月末の水・土・日曜日
9時~12時、14時~17時 ※入園は16時30分まで
☎ 090-9305-2909
✉ yamarix@gmail.com

電車 JR・地下鉄グリーンライン
「中山駅」北口徒歩10分
バス 横浜市営バス74・90系統、
東急バス青90系統「小山町」バス停から徒歩2分



▲ヤマリガーデン

緑区の農産物を使った プロの料理を食べてみよう!

地産地消グルメ情報

緑区には、横浜市内産の農産物を積極的にメニューに取り入れている飲食店「よこはま地産地消サポート店」が18店舗あります。※令和2年7月10日現在
緑区産の農産物を使ったお薦めメニューや営業情報を地産地消みどりグルメガイドマップで紹介しています。詳しくは目で確認してください。



地産地消みどり
グルメガイドマップ

配布場所: 緑区役所

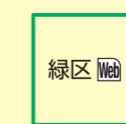


とれたてみどり (緑区農情報)

緑区の農業や旬の農産物、直売所情報、よこはま地産地消サポート店が考案した緑区産の農産物を使ったレシピ動画などを発信しています。



▲トマト冷やし煮びたしと魚介



広報よこはま緑区版平成27年11月号~令和元年10月号でもレシピを紹介しています。緑区からバックナンバーを見られます。 広報よこはまみどり区版 検索

保健だより

●会場の記載のないものは緑区役所です

—— 申込み・問合せ先 ——

- ①健康づくり係
☎930-2357 ☎930-2355
- ②高齢者支援担当
☎930-2311 ☎930-2310
- ③子ども家庭係
☎930-2361 ☎930-2435
- ④子ども・家庭支援相談担当
☎930-2356 ☎930-2435
月~金8時45分~12時・13時~17時

肺がん検診(胸部X線検査)

☎9月15日(火)9時~10時受付
☎40歳以上/25人 ☎680円(70歳以上無料) ☎8月11日から☎で①

ニコニコ卒煙クリニック

☎9月15日(火)11時~11時45分
☎前日までに☎で①

抗HIV抗体・梅毒検査(匿名制)

☎8月13日・20日・27日、9月3日・10日
(木)9時~9時30分受付 ☎前日16時までに☎で①

食と生活の健康相談

☎8月21日(金)9時~11時、9月8日(火)13時~15時 ☎生活習慣病の個別相談 ☎☎で①

！ご注意 掲載情報は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期となる場合があります。緑区☎や各問合せ先などで事前にご確認ください。

アイコンの説明
🕒日時・日程 📍会場 📄内容 👤対象・定員 💰費用 🎒持ち物 📄申込み 📞問合せ先 ☎電話 📱携帯電話 📠ファクス 🏠窓口 ✉メール 🌐Web サイト
🕒先着 📄申込み不要、当日直接会場へ 📍: 緑区役所への郵送先は奥付に記載(係名明記)
●**必要事項**: 行事名・〒・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・往復はがきは返信面 ● 今月11日以降のお知らせです。特に記載のないものは、無料

保健だより 続き

思いやり、健康づくりの日

🕒9月1日(火)9時～11時30分
📄健康チェック、栄養・歯科相談、フードモデルによる食事診断 📞☎で① 📄

もの忘れ相談

🕒8月21日(金)13時30分～16時30分(1人1時間程度) 📄専門医による認知症状・高齢者のうつ症状などの相談 📞☎で②



介護者のつどい

🕒8月26日(水)13時30分～15時
📍霧が丘地域ケアプラザ 📄介護についての勉強会や交流会 📞☎で②

リハビリ教室

🕒8月18日・25日、9月1日・8日(火)13時～15時 📍中途障害者地域活動センター緑工房 📄40～64歳で脳血管疾患などの後遺症がある人 📞☎で②

母親(両親)教室(各月 全4回)

【共通】🕒各開催日の13時15分～15時(13時受付開始)
📄妊娠中のこと、出産・育児について学ぶ 🎒母子健康手帳、子育てガイドブック「どれどれ」、筆記用具、飲み物
📄各締切日までにスマートフォンで二次元コード 📞☎で③



9月開催分 🕒①9月8日(火)②18日(金)③23日(水)④30日(水) 📄令和3年1月出産予定(目安)の初産の人
📄8月20日まで
10月開催分 🕒①10月6日(火)②16日(金)③21日(水)④27日(火) 📄令和3年2月出産予定(目安)の初産の人
📄9月1日～20日

プレパパ・プレママ講座

🕒9月26日(土)9時30分～11時30分(9時15分受付開始)
📄沐浴実習、胎児の成長や産後の生活について 📄緑区内在住の初産の妊婦(実施日に妊娠7～9か月)とこれから父親になる人
📄8月11日～31日にスマートフォンで二次元コード 📞☎で③



妊産婦歯科相談

🕒8月27日(木)9時20分～10時
📄妊娠中または産後1年未満の人
📄母子健康手帳 📞☎で③

母乳育児相談

🕒8月18日(火)、9月10日(木)13時～15時 ※いずれも1組30分程度
📄卒乳までの母乳・育児相談 📄母乳育児中の母親と赤ちゃん 🎒母子健康手帳、フェイスタオル 📞☎で③

乳幼児健康診査

対象の子には個別通知を送付しています。
🕒①4か月児:8月28日(金)、9月3日(木)②1歳6か月児:8月27日(木)、9月9日(水)③3歳児:8月20日(木)、9月4日(金) 📞☎で③ 📄

離乳食教室「もぐもぐ教室」

🕒9月30日(水)①13時15分～14時(13時受付開始)②14時45分～15時30分(14時30分受付開始) 📄生後7～8か月ごろの子と保護者各📄10組
📄手拭きタオル、飲み物 📄8月11日から📞☎で① ※📄は参加者全員の**必要事項**・子の生年月日を明記

歯つらつ1歳児

🕒9月18日(金)10時～11時30分
📄虫歯予防の話、歯磨きアドバイス
📄令和元年8月～11月生まれの子どもと保護者📄25組
📄母子健康手帳 📄8月11日からスマートフォンで二次元コード 📞☎で③



乳幼児歯科相談

🕒8月27日(木)9時30分～10時30分
📄歯科健診、相談、歯磨きアドバイス 📄未就学児 📞☎で③

子どもの食生活相談

🕒8月25日(火)9時～11時(相談時間30分程度) 📄離乳食、幼児～思春期の子どもの食生活相談 📞☎で①

ひきこもり等困難を抱える若者の専門相談(予約制)

🕒8月20日、9月3日(木)13時30分～16時20分(1回50分) 📄横浜市内在住の15～39歳の本人、家族、支援者、地域の人 📞☎で④



緑区役所 〒226-0013 緑区寺山町118
☎930-2323(総合案内)

今月の緑区 ※2020(令和2)年7月1日現在
📄区の人口 182,948人
📄区の家帯数 78,878世帯

広報よこはまみどり区版
読者アンケート
毎月抽選で5人にミドリグッズをプレゼント!



編集・発行
緑区役所広報相談係
☎930-2220
📠930-2225

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

広告