

みどり

2020 9 月号

令和2年9月1日発行 | No.275

お知らせメールを登録しましょう!

緑区防犯情報メール

緑区内の犯罪発生状況など
防犯情報が届きます。



登録無料
だよ!

緑区キャラクター
「ミドリン」



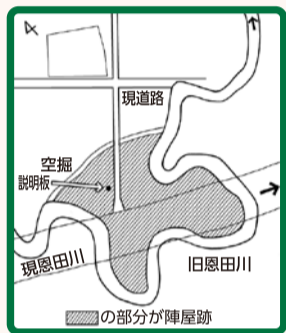
新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、最新の情報に基づいた行動をお願いします。

特集 1

緑区遺産

緑区遺産とは、緑区内に現存する有形の歴史的・自然的・文化的資源で、その価値が地域に認められているものを区が登録しています。
令和2年3月に19か所目の緑区遺産が登録されました。
ぜひ訪れてみてくださいね!

こやまむらとのさまあらかわしじんやあと
小山村殿様荒川氏陣屋跡 登録番号 19



天正18年(1590年)に小田原北条氏が豊臣秀吉に滅ぼされ、代わって徳川家康が関東に入りました。翌年の天正19年に武蔵国都筑郡小山村(現・小山町)は、同国橋本郡江ヶ崎村(現・鶴見区江ヶ崎町)とともに、徳川家康の三河時代からの家臣であった旗本荒川長兵衛重世が治める土地になりました。
重世は、小山村を本拠地として村内を流れる恩田川のほとりに陣屋(屋敷)を構えていたと伝えられています。陣屋があった場所は昭和38年の恩田川の改修工事で東西に分断されてしまいましたが、後世に伝えるための記念碑に当時の屋敷位置が記されています。



小山町624
バス 横浜市営バス23・205系統
「新治小学校前」バス停から徒歩8分程度

恩田川に沿って中山方面に進むと緑区遺産の「⑨恩田川の念仏橋跡」があるよ。熱中症に気を付けて散策してみてくださいね。



申請団体からのコメント



私が子どもの頃、「殿敷」と呼ばれた場所がありました。恩田川の河川改修で分断されてしまいましたが、かつてそこに殿様の屋敷があったことを後世に語り継いでいきたいと思っています。(荒川家家臣の会 代表 落合 清治さん)

こぼれ話

重世は恩田川の上流に土堰を設けて、小山村の灌漑事業に寄与しました。現在、環状4号線の恩田川大橋の約250m下流にあるコンクリートの小山西八朔堰が、その名残です。(郷土史研究家 相澤 雅雄さん)

これまでに登録されている緑区遺産(登録番号順)

※緑区遺産の場所・行き方など詳細については📖で紹介しています。

緑区遺産 検索

- | | | | | |
|----------------------|--------------------------|---------------------------|------------------|--|
| 1 緑新栄会 かいわい 界限 | 2 久保谷戸 お滝様 | 3 東本郷第一公園からの山岳展望 | 4 白山神社 の碑 | 5 鴨居杉山神社の絵馬 |
| 6 ごはん塚 | 7 鴨居原辻山の庚申塔 | 8 きりふき 奇利吹の たき 瀧 | 9 恩田川の念仏橋跡 | 10 念珠坂 |
| 11 餅塚 | 12 高尾山 | 13 横浜線の岩川橋梁 | 14 旧大道と神奈川道分岐の道標 | 15 やまだ 山田 うきょうのしん 右京之進 じょうし 城址碑 |
| 16 杉沢堰 | 17 しんめいやと 神明谷戸 お滝様 | 18 みち 大道 道標 | 登録するには | |
- 登録申請は団体によること。
 - こんなものも登録できるかなと思ったら、まずは緑区広報相談係まで相談してください。
- 地域の皆さんからのご応募をお待ちしています。

特集2



認知症

気付くことが大切!!

～早期の発見・相談が大事です～

認知症とは?

認知症は、誰もがかかる可能性がある身近な病気で、65歳以上の4人に1人が認知症または軽度認知障害(MCI)といわれています。

※認知症は、いろいろな原因で脳の機能が低下して日常生活に支障をきたす状態です。

※軽度認知障害(MCI)は、認知症の前段階で、認知機能に問題が生じていますが、日常生活には支障がない状態です。

こんなこと、ありませんか?

忘れもの、探しものが増えた



同じことを何度も言う(聞く)



テレビ番組の内容が分からなくなった



約束の日時や場所を間違えるようになった



周りへの気遣いがなくなり頑固になった



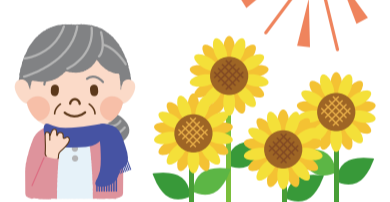
趣味や好きなことに興味を示さなくなった



外出時、持ち物を何度も確かめる



服装などに無頓着になった



認知症は年を取ることによる「もの忘れ」とは違います

年を取ることによるもの忘れ

- 体験の一部を忘れる
- ヒントを与えられると思い出せる

例 食べた食事の内容や約束した日時を思い出せない

認知症のもの忘れ

- 体験そのものを忘れる
- 新しい出来事を記憶できない
- ヒントを与られても思い出せない

例 食事したこと、約束したことそのものを忘れている

早期の受診と適切な治療が発症や進行を遅らせ、また、家族や周囲の人の適切な対応につながる可能性があります。気になることがあれば相談しましょう。



認知症を地域で支えている人を知っていますか?

◀ 認知症サポーターキャラバン マスコットキャラクター「ロバ隊長」

認知症キャラバン・メイト

「認知症サポーター養成講座」を開催するために研修を受けたボランティア講師です。認知症の正しい理解を広める活動を行っています。

認知症サポーター

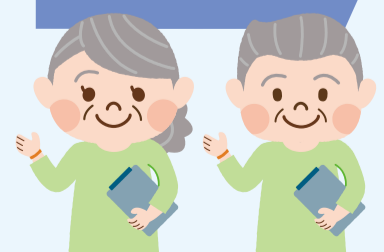
養成講座を受けた人を、認知症について正しく理解し、当事者や家族を温かく見守り支援する「認知症サポーター」として認定しています。



▲認知症サポーターの証し「オレンジリング」

■各地域ケアプラザ(地域包括支援センター)

認知症キャラバン・メイトがお伝える認知症の人との接し方のポイント



またはインターネットで申し込んでください。

相談できる場所は？

認知症で心配なこと、困っていること、不安なことなど、さまざまな相談ができる場所があります。

かかりつけ医に相談

かかりつけ医は、皆さんのことをよく知る最も身近で頼りになる存在です。

認知症に関する 専門的な相談対応・診断

横浜市で、専門的な相談や診断が受けられる医療機関を紹介しています。

横浜市 認知症 医療機関 検索



横浜市 もの忘れ検診

横浜市在住の65歳以上の人を対象に医療機関が実施します。検診は無料です。
高齢者支援担当

緑区のもの忘れ相談

もの忘れが心配な人や家族が専門医に相談できます。相談には予約が必要です。
10面「保健だより」にも情報を掲載しています。 高齢者支援担当

お近くの地域ケアプラザ (地域包括支援センター)

福祉・保健の専門スタッフが相談を受けています。



相談ではこんなことを教えてね

- ・以前と様子が違うと思ったときのこと(いつから)
- ・普段の生活で困っていること
- ・今飲んでいる薬 など

※地域包括支援センターは、介護保険や認知症予防などの相談・支援を行う公的な相談窓口です。緑区では、各地域ケアプラザと特別養護老人ホームふじ寿か園に設置されています。

| | | | |
|-------------------|------------|------------|------------|
| 東本郷地域ケアプラザ | 東本郷5-5-6 | ☎ 471-0677 | ☎ 471-0678 |
| 鴨居地域ケアプラザ | 鴨居5-29-8 | ☎ 930-1121 | ☎ 931-2203 |
| 中山地域ケアプラザ | 中山2-1-1 | ☎ 935-5698 | ☎ 935-5695 |
| 十日市場地域ケアプラザ | 十日市場町825-1 | ☎ 985-9034 | ☎ 985-6325 |
| 霧が丘地域ケアプラザ | 霧が丘3-23 | ☎ 922-6633 | ☎ 922-6611 |
| 長津田地域ケアプラザ | 長津田2-11-2 | ☎ 981-7755 | ☎ 981-7575 |
| ふじ寿か園(地域包括支援センター) | 西八朔町773-2 | ☎ 931-1187 | ☎ 931-3990 |

認知症初期集中支援チーム

認知症初期集中支援チームは、横浜市各区に1か所ずつあり、緑区では、元氣会 横浜病院が対応しています。認知症が疑われる人または認知症の人で、医療・介護サービスを受けていない人、中断している人、またはサービスを受けていても症状が強く困っている人に対して、専門家による訪問相談・支援を行います。

各地域ケアプラザ(地域包括支援センター)

私たちも相談に乗っています。



▲認知症初期集中支援チームの皆さん(元氣会 横浜病院)

認知症の人との接し方 4つのポイント

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない
- 4 否定しない

例1 否定せず優しく声掛け

× 否定する

今日のごみの日じゃない!



○ 優しく声掛け

ごみの日は明日なので、朝にお声掛けしますね。



例2 自尊心を傷つせず一緒に確認

× 自尊心を傷つける

ごみの分別しっかりしてほしいわ...



○ 一緒に確認

今日は缶・びんの日ですよ。



9月は自殺対策強化月間 様子がおかしいな?と思ったら、声を掛け、気持ちを聞いてみましょう。あなたのその一言で、救える命があるかもしれません。

アイコンの説明 日時・日程 会場 内容 講師・出演者 対象・定員 コース 費用・チケット 持ち物 申込み 問合せ先 保育あり 電話 携帯電話 ファクス 窓口 はがき 郵送 メール 往復はがき Web サイト 先着 抽選 申込み不要、当日直接会場へ

新型コロナウイルス感染症 拡大防止のための イベント参加・施設利用に あたってのお願い



次のとおりご協力をお願いします。

- せき、鼻汁、発熱等の風邪の症状がみられるなど、体調が優れない場合は参加を控えてください。
- 原則マスクを着用してください(小さなお子さんを除く)。
- 原則、施設利用者やイベントの参加者には検温を実施します。
- 掲載されている施設やイベントは、休館・中止・延期になる可能性があります。参加の際には各問合せ先に確認してください。
- その他詳細は、各イベント主催者・施設の指示に従ってください。

よどり みどり情報

アイコン説明・注意事項は 上部に記載しています。

催し

長津田保育園・鴨居保育園の 育児相談・施設開放等が 一部予約制になりました

記載がない保育園については、個別に問い合わせてください。

長津田保育園 (☎985-9978 ☎981-2710)

【育児相談】
 ☎毎週月～金曜日9時30分～16時
 ☎未就学児 ☎面談相談は要予約。電話相談は随時可

【「ひまわり室」施設開放】
 ☎毎週月・火・木曜日9時30分～11時30分・13時30分～14時30分、水曜日9時30分～11時30分(0歳のみ)・13時30分～14時30分、土曜日9時～12時30分 ☎未就学児
 ☎毎週月曜日(休日の場合は翌開園日)に翌週分の予約開始。平日9時～15時に☎ ※1回につき1回分の予約のみ可。定員になり次第終了

鴨居保育園 (☎933-2106 ☎933-2104)

【育児相談】
 ☎毎週月～金曜日9時30分～16時
 ☎未就学児 ☎面談相談は要予約。電話相談は随時可

【「支援(こぐま)ルーム」施設開放】
 ☎毎週月～金曜日10時～11時30分・13時45分～14時45分
 ☎未就学児 ☎毎週月曜日(休日の場合は翌開園日)に翌週分の予約開始。平日9時～15時に☎ ※1回につき1回分の予約のみ可。定員になり次第終了

公立保育園に遊びに来ませんか

竹山保育園 (☎932-3032 ☎932-3266)

【ホール開放】
 ☎9月16日(水)、10月6日(火)10時～10時45分 ☎未就学児と保護者各5組



みどり地場野菜の直売会

☎10月9日(金)8時45分～13時
 ☎緑区役所 ☎地元の農家が新鮮な農産物を販売。旬の農産物のおいしい食べ方を聞くことができる
 ☎企画調整係(☎930-2228 ☎930-2209) ☎



▲直売会

よこはま動物園ズーラシア 「村田園長のとっておき写真展」

☎開催中～11月30日(月)
 ☎よこはま動物園ズーラシア ホッキョクグマ水中ビュー ☎村田園長が園内で撮影した「とっておき写真」の展示、お勤めの撮影ポイントや動物の見どころ紹介 ☎入園料別途
 ☎よこはま動物園ズーラシア (☎959-1000) ☎



▲園長が撮影したホンドギツネ

緑・芸術祭

☎生涯学習支援係 (☎930-2236 ☎930-2242)

創作和太鼓集団 打鼓音のワークショップ・ライブ

【共通】☎緑公会堂 ☎受付中。☎重要事項・希望公演を明記し☎☎☎で打鼓音(☎☎922-1677 ☎info@dako-on.com)

ワークショップ・成果発表

☎9月12日(土)10時30分～12時:誰でも参加・観覧可能な和太鼓ワークショップ(☎参加希望者☎20人 ※参加希望者は動きやすい服装で) / 13時30分～16時30分:成果発表(☎☎200人 ☎1,500円)

打鼓音+巻LIVE

【第一部～第三部 共通】☎9月13日(日)
 ☎創作和太鼓集団 打鼓音、巻太郎(和太鼓奏者)、関東太鼓連 暖、横浜市立南中学校和太鼓部ほか
 【第一部】☎12時～13時 ☎☎200人 ☎1,500円 / 【第二部】☎14時～15時30分 ☎☎200人 ☎1,500円 / 【第三部】☎16時30分～18時30分 ☎☎200人 ☎3,000円
 ※ライブ内容は各回で異なる。詳細は要問合せ



▲打鼓音のライブ

緑区サークルミニギャラリー 秋～春 出展サークル募集

緑区役所1階のスペースでサークルの活動成果を発表しませんか。壁とパネルの展示があります。

☎会期:①10月26日(月)～30日(金)②12月21日(月)～25日(金)③令和3年1月25日(月)～29日(金)④令和3年3月15日(月)～19日(金) ※②・④の会期は壁のみ ☎緑区役所 ☎緑区内で活動する以下の2点に当てはまるサークル
 ①絵画、写真、貼り絵などの創作活動をしていること ②9月28日(月)10時からの調整会議(☎緑区役所)に出席できること ☎9月23日必着で希望会期(①～④)、希望展示場所(壁またはパネル)、サークル名、展示内容、代表者の☎重要事項を明記し☎☎☎で☎生涯学習支援係「サークルミニギャラリー」担当(☎930-2236 ☎930-2242 ☎md-gakushu@city.yokohama.jp) ※複数回申込可

森ラボ2020

【共通】☎横浜動物の森公園予定地(里山ガーデン保全林) ☎GROUP創造と森の声(☎☎933-1460 ☎morinokoe7@yahoo.co.jp)



▲森ラボ

Laboratory of forest art 2020

森の野外美術展です。本年度はWeb上で開催します。来場して直接作品を見学することもできます。
 ☎展示期間:9月27日(日)～10月18日(日)10時～16時
 ※9月6日(日)～26日(土)は制作期間、見学可
 ☎ASADA、石黒 和夫、岡 典明、金井 聡和、木賀 陽子、小林 ナオコ、近田 明奈、原田 暁、吉川 陽一郎 ☎

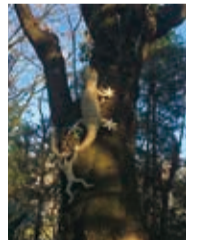
ワークショップ「森のくまさん」

☎10月4日(日) ☎岡 典明
 ☎☎20人 ☎☎☎で必ず事前に問い合わせた後、二次元コード
 ※予定変更の可能性あり



▲ワークショップ申込み

ラボラトリー オフ フォレスト アート Laboratory of forest art 2019▶



第18回みどり区民アート展 出展作品募集

緑区民が企画運営・出展する美術展です。日頃の創作活動を発表しませんか。

☎会期:11月1日(日)～8日(日) ☎みどりアートパーク
 ☎10号までの平面絵画作品(油彩、水彩、パステル、アクリル、日本画、水墨画、ちぎり絵、その他)の作品募集 ☎緑区内在住・在勤・在学者または緑区内サークル活動参加者☎90点 ※1人1点 ☎500円 ☎9月30日必着で申込書を記入し☎☎☎で、みどりアートパーク「区民アート展」係(〒226-0027 長津田2-1-3 ☎986-2441 ☎986-2445) ※申込書はみどりアートパーク、緑区役所等で配布

相談は区高齢・障害支援課(☎930-2434)へ。

☎: 緑区役所への郵便物は〒226-0013 緑区寺山町118 緑区役所〇〇係へ ●**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
●各施設の催しの申込み・問合せは各施設へ。施設の催しは特に記載のない場合は会場は各施設 ●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 ●敬称は省略

「まち歩き」で健康寿命の延伸を!(全6回)

☎9月24日、10月1日・22日、11月5日・19日、12月3日(木)9時30分から ※9月24日のみ13時30分から 緑区内各所を散策し、区の魅力を再発見するとともに、健康づくりにつなげる
●健康まち歩き「万歩の会」
●参加15人 ●初回座学(鴨居地域ケアプラザ)、西・北八朔、旧大山街道、新治市民の森、白山、鴨居・東本郷など計5コース 料1,000円
●9月18日必着で**必要事項**あればメールアドレスを明記し☎☎で万歩の会狩野(〒226-0003 鴨居4-3-6-232 ☎090-4416-0454 ☎932-4339 ☎k-yoji@mti.biglobe.ne.jp)

講演・講座

鴨居まち研「人生楽笑・次代塾」(全5回)

「鴨居まち研」の仲間と一緒に歩いて地域デビューを目指してみませんか。
●10月2日(金)10時から: 白山地区センターでの歴史講座と鴨居周辺巡り(持弁当、飲み物、筆記用具) / 10月16日(金): 総持寺と麒麟ビール工場 / 10月30日(金): 横浜港クルーズ / 11月13日(金): 横浜洋館巡り / 11月27日(金): 東本郷巡りと健康長寿講座 ※各日の開始時間等の詳細は、鴨居まち研 ☎ ●参加20人 料1,500円 ●9月18日必着で**必要事項**・年齢・メールアドレスを明記し☎☎で都築(〒226-0003 鴨居1-14-1-614 ☎080-1081-5441 ☎t.tsuzuki.20@drive.ocn.ne.jp)

都岡地区恵みの里「稲刈り・脱穀体験教室」(全2回)

●稲刈り: 10月3日(土)9時から ※雨天時4日(日)同時刻 / 脱穀: 10月17日(土)13時から ※稲の生育状況等による中止または内容変更あり
●旭区矢指町の田んぼ(下川井ICそば) ●農家指導のもと、稲刈りと脱穀を体験 ●都岡地区恵みの里運営協議会 ●横浜市在住の個人・家族・グループ 参加20組 料1組3,000円(1組あたり収穫した玄米5kgのプレゼントあり)
●参加者に別途連絡 ●9月18日必着で代表者の**必要事項**、参加者全員の氏名・ふりがな・年齢を明記し☎☎で都岡地区恵みの里運営協議会事務局「稲刈り・脱穀体験教室」係(〒241-0031 旭区今宿西町289 ☎955-5057 ※当日の緊急連絡先は当選者に別途連絡)
●北部農政事務所(☎948-2483 ☎948-2488)

緑区IT講習会 10月 ①初心者のためのワード(全3回)

●10月14日(水)~16日(金)12時30分~14時30分 ●白山地区センター ●ワードの基本操作、文字入力、文章作成、表と罫線、画像とイラストの挿入、簡単な文章の作成など ●参加20人 料3,000円 ●持筆記用具
●9月29日必着で**必要事項**を明記し☎☎でNPO法人MICS(〒226-0019 中山4-3-6-20 みどりーむ内 ☎932-3272 ※火・木・土曜日13時~16時30分)

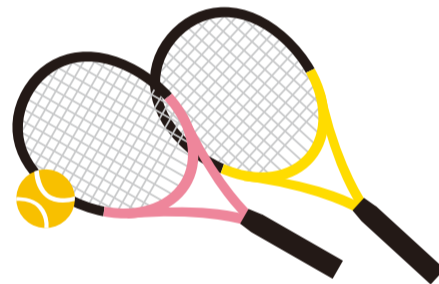
新治恵みの里サツマイモ収穫体験

●10月18日(日)13時30分~15時 ※荒天時25日(日)同時刻
●いいはる里山交流センター ●秋空の下でのまるまる育った甘いサツマイモ掘り ●新治恵みの里発展会 ●横浜市在住の個人・家族・グループ 参加15組 ※1組4人まで 料1組1,800円(1組あたり収穫したサツマイモ8株のお土産付き) ●参加者に別途連絡
●9月15日から新治恵みの里 ☎ ●北部農政事務所(☎948-2480 ☎948-2488)

スポーツ

緑区民ソフトテニス大会

●9月27日(日)9時~17時 ※雨天中止
●長坂谷公園 ●一般男女、35歳以上男女、45歳以上男女 ※参加者数により種目の変更・統合あり。年齢は大会当日基準。ペア・1人での申込み可
●緑区内在住・在勤・在学・在クラブ者 料1ペア2,000円、1人1,000円
●持ラケット、シューズ ●9月18日15時までに申込書を記入し☎☎で緑区ソフトテニス協会 岡崎 彰彦(☎☎931-5208) ※申込書は緑区体育協会事務局で配布



●アイコン説明・注意事項は上部に記載しています。はがき・ファクス・Eメールでの申込みには**必要事項**を明記してください。

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 ——

- 健康づくり係 (☎930-2357 ☎930-2355)
- 高齢者支援担当 (☎930-2311 ☎930-2310)
- こども家庭係 (☎930-2361 ☎930-2435)
- 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)

抗HIV抗体・梅毒検査(匿名制)

●9月17日、10月1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

●9月25日(金)9時~11時、10月6日(火)13時~15時
●生活習慣病の個別相談
●☎☎で①

保健だより 10ページに続く

緑区役所からのお知らせ

「3つの密」を避けるため、郵送での手続を利用してください。

郵送のできる手続の例

- 住民票の写しや戸籍証明書等の請求 ●児童手当の請求と認定
- 市税の証明 ●国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険、国民年金の手続
- 自立支援医療(精神通院医療)の申請 など



ほかにも郵送のできる手続があります。

詳しくは **緑区役所 郵送 事業 検索**



◀二次元コードからも確認できます。

令和2年度「緑区民まつり2020」開催中止について

例年10月に四季の森公園にて開催されている「緑区民まつり」について、本年度は新型コロナウイルス感染症による影響を考慮し、区民の安全・安心を最優先に考え、開催中止を決定しました。
楽しみにしていただいていた皆さまには大変申し訳ございませんが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

緑区民まつり実行委員会

【問合せ】区地域活動係(☎930-2233 ☎930-2242)

食生活等改善推進員 養成講座

全9回講座

(愛称:ヘルスマイト)

食を通じたボランティアを行う食生活等改善推進員(愛称:ヘルスマイト)を養成する講座です。講座を修了すると、ヘルスマイトとして登録されます。地域で一緒に楽しく活動しませんか。

●10月12日(月)・28日(水)、11月16日(月)、12月1日(火)・14日(月)、令和3年1月18日(月)、2月3日(水)・15日(月)、3月3日(水)13時30分~15時30分 ※変更になる場合あり
●緑区役所 ほか
●健康づくりと食生活、生活習慣病の基礎知識、健康づくりと身体活動(運動実技)、心と体の健康づくり、お口の健康、暮らしの中の食品衛生・環境衛生、ヘルスマイトの活動紹介、地域の健康づくりと仲間づくり、横浜市合同研修など

●緑区内在住で、原則8回以上参加でき、修了後ヘルスマイトとして地域で活動できる人 参加15人 料1,200円程度
●9月11日~30日に**必要事項**・年齢を明記し ☎☎☎で☎健康づくり係(☎930-2359 ☎930-2355)


8回以上出席した人には修了証書を渡しています。ぜひお友達を誘って受講しませんか。



ペットも災害に備えよう 大規模な災害発生時には、ペットと一緒に避難することが想定されます。しつけや非常持ち出し袋の準備など、

アイコンの説明 日時・日程 会場 内容 講師・出演者 対象・定員 コース 費用・チケット 持ち物 申込み 問合せ先 保育あり 電話 携帯電話 ファクス 窓口 はがき 郵送 メール 往復はがき Web サイト 先着 抽選 申込み不要、当日直接会場へ

新型コロナウイルス感染症 拡大防止のための イベント参加・施設利用に あたってのお願い



次のとおりご協力をお願いします。

- せき、鼻汁、発熱等の風邪の症状がみられるなど、体調が優れない場合は参加を控えてください。
- 原則マスクを着用してください(小さなお子さんを除く)。
- 原則、施設利用者やイベントの参加者には検温を実施します。
- 掲載されている施設やイベントは、休館・中止・延期になる可能性があります。参加の際には各問合せ先に確認してください。
- その他詳細は、各イベント主催者・施設の指示に従ってください。

保健だより 続き

もの忘れ相談

9月11日、10月9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
 緑区内在住者 申込みで②




リハビリ教室

9月15日・29日、10月6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 申込みで②


母親(両親)教室(全4回)

①11月4日(水)②13日(金)③18日(水)④25日(水) 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
 令和3年3月出産予定(目安)の初産の人
 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
 10月1日～20日にスマートフォンで二次元コード 申込みで③



プレパパ・プレママ講座

10月18日(日) 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
 9月11日～30日にスマートフォンで二次元コード 申込みで③



妊産婦歯科相談

9月17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 申込みで③

母乳育児相談

9月23日(水)、10月8日(木) 9時30分～11時30分 ※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、フェスタオル
 申込みで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:9月25日(金)、10月1日(木)
 ②1歳6か月児:9月24日(木)、10月14日(水)
 ③3歳児:9月17日(木)、10月2日(金) 申込みで③

離乳食教室「もぐもぐ教室」

10月27日(火) 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
 9月11日から 申込みで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

10月16日(金) ①10時から②10時50分から ※各回40分程度
 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各16組
 母子健康手帳
 9月11日からスマートフォンで二次元コード 申込みで③



乳幼児歯科相談

9月17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 申込みで③



子どもの食生活相談

9月30日(水) 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 申込みで①

ひきこもり等困難を抱える若者の専門相談(予約制)

9月17日、10月1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
 申込みで④



施設から

長津田地区センター
 〒226-0026 長津田町2327
 ☎983-4445 ☎983-6945

フラワーアレンジメント おしゃれな瓶飾り

9月24日(木) 10時～11時30分
 専用のオイルに浸して作るアレンジメント 12人 ¥1,300円
 受付中。申込み

秋の親子体操(全6回)

9月24日、10月8日・22日・29日、11月12日・26日(木) 10時～11時30分
 親子でスキンシップしながら体を動かす 20組
 ¥1,500円 受付中。申込み

枝豆パン

9月28日(月) 9時45分～12時45分
 豆乳入りの枝豆パン作り
 12人 ¥1,350円
 受付中。申込み

季節のフルーツ アップサイドダウンケーキ

9月30日(水) 10時～13時
 成人12人 ¥1,350円
 受付中。申込み

十日市場地区センター
 〒226-0025 十日市場町808-3
 ☎981-9573 ☎982-3161

秋を楽しむお菓子作り

10月1日(木) 9時45分～12時30分
 栗を使った渋皮煮とタルト作り。作った菓子は持ち帰り可
 成人10人 ¥1,800円
 エプロン、三角巾、布巾、手拭き用タオル、筆記用具
 9月13日から 申込み

季節の和菓子を楽しもう～秋～

栗蒸しようかん:10月7日(水) / 月餅:11月4日(水) / 山路:12月2日(水) ※いずれも9時30分～11時30分。
 1回ごとの申込み 成人各11人
 各1,200円 エプロン、三角巾、布巾、手拭き用タオル、筆記用具、持ち帰り用容器
 9月14日から 申込み

トートバッグのペイント教室

10月19日(月) 9時30分～12時
 布用の絵の具で自分だけのトートバッグ作り 成人10人
 ¥1,500円 9月13日から 申込み

指ヨガでリラックス～優しい気持ちになれるストレスケア～(全4回)

10月28日、11月11日・25日、12月9日(水) 13時～14時30分
 指ヨガで健康づくり、ストレスケア実践法も学ぶ 成人11人
 ¥1,600円 筆記用具
 9月14日から 申込み

中山地区センター
 〒226-0019 中山2-1-1
 ☎935-1982 ☎935-1983

親子バドミントン教室(全5回)

10月の毎週金曜日 18時30分～20時
 小学生と保護者20人
 1人あたり小学生1,000円、保護者1,500円
 9月11日から 申込み

ハロウィンに! かぼちゃ風小物入れ作り

10月15日(木) 9時20分～11時30分
 成人8人 ¥700円
 9月13日から 申込み

おもちゃ病院

10月17日(土) 10時～14時
 小学生以下の子どものおもちゃ12品
 特殊な部品は実費あり
 9月11日から 申込み



秋の花でアーティフィシャルフラワーアレンジメント講座

10月20日(火) 10時～11時30分
 成人8人 ¥2,300円
 9月15日から 申込み

白山地区センター
 〒226-0006 白山1-2-1
 ☎935-0326 ☎935-6039

土曜の朝太極拳

9月12日・19日・26日(土) 9時15分～10時15分
 太極拳の基礎。1回ずつの参加可
 成人各20人
 各300円 動きやすい服装、室内用運動靴 申込み

日頃から対策を考えましょう。☎環境衛生係(☎930-2368)

☎: 緑区役所への郵便物は〒226-0013 緑区寺山町118 緑区役所〇〇係へ ●**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
●各施設の催しの申込み・問合せは各施設へ。施設の催しは特に記載のない場合は会場は各施設 ●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 ●敬称は省略

午後の初級エアロビ&リフレッシュ

☎9月11日・18日・25日(金) 15時15分～16時30分 目初級エアロビとストレッチ ※1回ずつの参加可
目成人各10人 目各500円
目動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物 目



体幹トレーニング 午後の部

☎9月15日(火) 12時15分～13時30分 目初心者も気軽に参加できるメニューで体幹を鍛える
目成人女性10人 目500円
目動きやすい服装、室内用運動靴、バスタオル、飲み物 目

地域子育て支援拠点 いっぱ

〒226-0025 十日市場町817-8
☎989-5850 目989-5851

横浜子育てサポートシステム 入会説明会

子育てを援助する提供会員および利用会員を募集します。
☎9月30日(水) 10時30分～11時30分
目☎で緑区支部(☎982-3521)・目

マタニティさんのためのいっぱい見学会

☎10月8日(木) 14時～15時
目いっぱいの見学と、参加者同士や先輩ママとの情報交換 目6人
目9月11日10時から 目

緑図書館

〒226-0025 十日市場町825-1
☎985-6331 目985-6333

おはなし会

☎0・1歳児と保護者各12組: 9月16日(水) 10時30分から・11時15分から / 3歳以上の子ども12人: 9月26日(土) 15時30分から 目地域子育て支援拠点 いっぱ 目絵本の読み聞かせ、童歌 目

アートフォーラムあざみ野

〒225-0012 青葉区あざみ野南1-17-3

男女共同参画センター横浜北

☎910-5700 目910-5755

あざみ野サロン 映画上映『火火』

☎10月25日(日) 10時～12時・14時～16時 ※同内容、開場は各開始時間の30分前 目昨年放映されたTVドラマ「スカーレット」の主人公のモデルとなった女性陶芸家の神山 清子さんの半生を描いた作品。パネル展も開催 目各900円 目各90人
目1歳6か月～未就学児。4日前までに☎子どもの部屋(☎910-5724)
目9月11日から 目☎☎

「パパといっしょに作って遊ぼう ～牛乳パックでいす作り～」

☎9月12日(土) 10時30分～12時
目毎年恒例の牛乳パックを使ったいす作り 目300円 目未就学児と保護者10組 目1歳6か月～未就学児。4日前までに☎子どもの部屋(☎910-5724) 目9月11日に☎子どもの部屋(☎910-5724) ※定員に満たない場合のみ当日受付あり

横浜市民ギャラリーあざみ野

☎910-5656 目910-5674

ウエルカム

Welcome! ロビーコンサート

☎9月27日(日) 12時～12時40分
目地元企業のハイエンド(最上級)オーディオ機器による気軽に楽しいオーディオコンサート 目

ショーケースギャラリー 大野 陽生展

☎9月26日(土)～12月13日(日) 9時～21時 目新進作家の大野 陽生の作品紹介。パテ、ワックスなどの軽量の素材を用いた小さな人型の塑像の展示 目



緑区社会福祉協議会

〒226-0019 中山2-1-1
☎931-2478 目934-4355

善意の寄付

緑区社会福祉協議会にご寄付いただき、ありがとうございました。(4月1日～6月30日受付分まで、敬称略)
目木村 信保、STUDIO 18、匿名希望1件

食品の寄付受付(フードドライブ)

☎受付中。9月30日(水)まで募集強化期間 目未開封で賞味期限が2か月以上あり、常温保存できる食料品 目

緑区市民活動支援センター みどりーむ

〒226-0019 中山4-36-20
☎938-0631 目939-5401
目md-midreamkouza@city.yokohama.jp

ちょっと先生のチャレンジ講座

【共通】☎9月27日(日) 13時30分～15時30分 目知識、経験、特技を地域で役立てようとボランティアで活動しているちょっと先生の各種講座 目各5人
目9月15日までに**必要事項**・希望する講座コース名・年齢を明記し☎☎「ちょっと先生」係

①クリームソーダ(食品サンプル)作り

目未就学児は要保護者同伴
目700円 目エプロンまたは汚れてもよい服装

②「スエーデンししゅう」体験

目小学生以上 目600円
目糸切りばさみ

③ネコジャラシで子犬作り

④バルーンアート作り
Aコース: 目未就学児(要保護者同伴) 目100円
Bコース: 目小学生以上 目100円

目70リットルのビニール袋1枚

⑤毛糸で編むミニ壁飾り

目500円

※みどりーむ登録団体・ちょっと先生紹介リストもみどりーむ☎☎で配布中。

詳細は

サロンふらっと「貴重なカラー映像で振り返る戦前・戦中・戦後」

☎10月11日(日) 13時30分～15時30分 目NHKで放送された「昭和の戦争と平和」をもとに、昭和7年から昭和22年までを振り返る
目藤村 勝典(NPO法人八王子生涯学習コーディネーター会 監事)
目抽20人 目10月1日必着で**必要事項**を明記し☎☎「サロンふらっと10月」係

移動図書館「はまかぜ号」

☎9月24日、10月8日(木) 15時10分～15時50分 ※荒天中止
目竹山中公園
目中央図書館サービス課
目(☎262-0050 目231-8299)



緑区精神障害者生活支援センターからのお知らせ

10月1日以降の休館日等が変わります。
目休館日: 日曜日および年末年始(12月29日～1月3日) / 居場所提供: 月～金曜日 10時～19時、土曜日 9時～15時 / 電話相談: 月～金曜日 10時～13時・14時～18時、土曜日 9時～16時
目緑区精神障害者生活支援センター (☎929-2800 目931-6650)

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

チェックしてね!



緊急!

特殊詐欺が急増中!

現在、緑区内では次の手口の特殊詐欺が多発しています。

- 警察官やデパートの店員をかたりキャッシュカードをだまし取る「**キャッシュカード手渡し型**」
- 息子や孫をかたり現金をだまし取る「**現金手渡し型**」
- 区役所の部署をかたり、ATMでお金を振り込ませる「**還付金**」

特別定額給付金を装うなど、新型コロナウイルス感染症拡大に便乗した詐欺にもご注意ください。

被害に遭わないためには

- ・留守番電話設定をする。
 - ・暗証番号を他人に教えない (警察、金融機関は絶対に暗証番号は聞きません)。
 - ・ATMで医療費は絶対に還付されません。
- 不審な電話が来たら、緑警察署まで相談してください。

緑消防署から 病院に行くか?救急車を呼ぶか?迷ったら!救急相談センター「#7119」に電話をしましょう! 固緑消防署(☎932-0119)

とれたてみどり をたずねて!

区内の直売所を紹介するよ!
ぜひ、直売所で地元の農産物を買ってみてね!

【問合せ】区企画調整係 ☎930-2228 ☎930-2209



No. 9

農家さんがおいしい食べ方を教えてくれる 「長津田支店前 野菜直売会」

農薬や化学肥料を
できるだけ使用せず、
安心・安全な農産物
を作っています!

直売所紹介

長津田で開催している「長津田支店前野菜直売会」では、7人の農家さんが直接、地元の農産物を販売しています。お客さんとの会話を大切にしている、農産物のおいしい食べ方や品種も教えてくれます。



▲長津田支店前野菜直売会の皆さん

直売会では、葉物・大根等の野菜、ブルーベリー・柿・みかんといった果物など、年間を通してさまざまな品目が並んでいます。みずみずしくて大きなサイズが特徴で、味にも見た目にも気を配って作られています。この時期はナスが大人気で、食感がやわらかく食べ応えがあると評判です。

また、自家製の加工品も販売しています。漬物はいろいろな野菜を使い、味付けもしょうゆ漬け、甘酢漬けなどバリエーション豊かです。

9月の販売品目

ナス、谷中ショウガ、根ショウガ、ピーマン、ししとう、カボチャ、
とうがん、冬瓜、ニンジン、ウコン、長ネギ、キャベツ、栗、漬物 等

営業情報

☎長津田5-1-6 JR長津田駅南口
(JA横浜長津田支店前)
※JA横浜長津田支店の新店舗建設に伴い、
令和2年11月ごろから令和4年1月まで
長津田4-1-12(JR長津田駅北口)に一時的
的に移転します。詳細は、下記電話番号に
問い合わせてください。
☎火・金曜日14時~18時
【休業日】祝日、年始、お盆
☎983-2541
(アクセス)徒歩 JR[長津田]駅南口徒歩1分



よこはま動物園ズーラシア

ズーラシアだより

旭区上白根町1175-1(☎959-1000)

休園日 9月15日(火)

フンボルトペンギン

ペンギンは南極などの寒いところにいるイメージが強いですが、フンボルトペンギンは南アメリカの太平洋沿岸に広がる、サボテンが生えるような乾燥した場所で暮らす温帯ペンギンの仲間です。



▲ヨチヨチ歩く姿は愛らしい

陸上ではヨチヨチと歩きちょっとした段差で転ぶこともある愛らしい姿に注目が集まるのですが、実は約9,000種類いる鳥の中でも過酷な海の環境に最も適応したスーパーバードです。



▲水中で魚を追う姿は、迫力満点!

ぽっちゃりとした体形は、魚を追って冷たい海の中で何時間泳いでも体温が保てるように厚い脂肪で覆われているためです。ひとたび海に入れば、驚くほどの速さで気泡をあげて泳ぎ、一瞬で魚を捕まえると頭から丸のみしてしまいます。その姿は野生動物のたくましさにあふれています。

イベント情報

イベント情報は、8ページに掲載しています。

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8月1日現在
区の人口 182,806人 区の世帯数 78,870世帯
広報よこはまみどり区版 読者アンケート
回答者の中から毎月抽選で5人にミドリングッズをプレゼント!



ミドリンからの今月のひと言

今年の十五夜は10月1日だって。ミドリンも、天気がよかったらお月見してみようかな。

編集・発行 緑区役所広報相談係
☎930-2220 fax)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