

みどり

9月号
2021年9月1日発行
No.287

新型コロナウイルス ワクチン接種に関するお問合せ

☎ **0120-045-070** (9時~19時)
☎ **050-3588-7191** ※耳の不自由な人のお問合せFAX番号です

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

今月号は、子ども向けの特集を「こども新聞」としてお届けします。大人の人と一緒に読んでください!

特集1

しぜん 事前 もうしこみせい 申込制

子どものまちづくりイベント
Mini Mini Midori

「Mini Mini Midori」は、大人口出し禁止の子どものまち。区役所、銀行、放送局や子どもたちが考えたお店が出現します。働くのも、まちで買い物をするのも子どもたちです。このまちの区民(参加者)になって区役所やお店などで働くと、まちで使えるお金「ミドル(ミ\$)」を稼げます。その「ミドル(ミ\$)」を使って、遊びや買い物も楽しめます。まちの代表を決める「選挙」もします。子どものまち「Mini Mini Midori」を訪れてみませんか。詳しくは **Mini Mini Midori** **検索**

2019年度子ども実行委員メンバーが作ったPR動画も配信しています。

子どものまちづくりイベントの参加の流れ

- 1 受付(参加費を払う)、区民証をもらう
 - 2 学校でまちのルールを覚えてもらう
 - 3 ジョブセンターで仕事を探して、働く(1つの仕事は15分間または30分間)
 - 4 仕事が終わったら、銀行で給料として「ミドル(ミ\$)」をもらう
 - 5 稼いだ「ミドル(ミ\$)」で遊びや買い物
- 繰り返す



「Mini Mini Midori」にぜひ来てね!

子ども実行委員会議の様子

公募で集まった子ども実行委員が、どのようなまちにしたいか考え、まちに必要な仕事やお店などを準備してきました。



11月6日(土)・7日(日)

【午前の部】受付:8時45分~9時45分 開始:9時 終了:12時
【午後の部】受付:13時~14時 開始:13時30分 終了:16時30分
計4回(毎回入れ替え制)

参加資格 緑区在住・在学の小学1年生~19歳の保護者の同伴なしで参加できる人
参加費 1回あたり300円(1人1回のみ参加)

会場 山下地域交流センター(北八朔町1777-1)
JR・地下鉄グリーンライン中山駅から市営バス・東急バス(90系統)「山下小学校前」下車徒歩2分または市営バス(74系統)「保寿院」下車徒歩1分
※公共交通機関を利用してください。※イベント用の駐車場・駐輪場はありません。
持ち物 マスク、飲み物、タオル、上着、室内履き(スリッパ不可)
参加方法 9月1日(水)~24日(金)に横浜市電子申請システムで申込み
緑区Webページ ミニミニ ミドリ ▶



※参加者1人ごとに申込みが必要です。

⚠️ **新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のためお願い**

- 当日は、マスクを着用し、アルコール消毒・検温に協力してください。
- イベント会場で換気を行いますので、温度を調整しやすい服装で参加してください。

【保護者の皆さんへ】 ●本イベントは、ドイツのミュンヘンで行われている「ミニ・ミュンヘン」(子どものまち)の緑区版として実施します。小学1年生以上、19歳以下の子どものまちのため、保護者は会場内に入場できません(会場内に保護者の待合スペースはありません。ただし、配慮を必要とするお子さんについては、別途相談してください)。●子どもたちの自由な発想で作られた子ども主体のまちのため、運営がスムーズにいかないこともあります。困ったときには大人スタッフもサポートしますが、基本的には子どもたちが自分の力で考え、解決していくことを大切にしています。●申込みの際にお預かりする個人情報、イベントの運営以外の目的では使用しません。●イベント当日の様子が分かる動画等を後日配信予定です。別途、緑区Webページ等でお知らせします。

【留意事項】 ●新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントの中止や内容の変更等が生じる場合があります。その場合は緑区Webページにてお知らせし、個別の連絡はしません。●当日午前8時の段階で「暴風警報」「大雨警報(土砂災害)」「特別警報」のいずれか1つでも発表継続中の場合はイベントを中止します。●イベント会場には食事ができる場所等を設けていません。お弁当等は持参しないでください。●後日、緑区Webページや広報等でイベントの様子を紹介するため、当日は、参加者の動画や写真を撮影します。●そのほか、詳細は緑区Webページに掲載しています。



ペットとの暮らし

ペットを飼うということは、そのペットの命を預かるということです。最期まで責任を持って適切に飼うために考えてみましょう。



特集2

これからペットを飼おうと考えている人へ

「ペットが寿命を全うするまで適切に飼うこと＝終生飼育(終生飼養とも)」は、動物愛護管理法で定められている飼い主の責務です。

ルールやマナーを守り、周辺の環境に配慮しながらペットとの毎日を過ごしましょう。



本当にできる？ 終生飼育

- 💰 お金**
生涯必要な餌代や治療費は？
- 🕒 時間**
毎日欠かさずお世話できる？
- 🏠 寿命**
最期まで飼える？ ペットの介護は？
- ! 万が一のとき**
飼い主の転居や病気のときは？



犬の飼い主さんへ

- 飼い犬登録をし、**狂犬病予防注射**を毎年しましょう。
- 排せつは家でさせ、**外出先でのふんは持ち帰り**ましょう。
- 犬の放し飼いは禁止です。**必ずリード・首輪**をつけましょう。
- **万が一人をかんでしまった場合は**、区環境衛生係へ届出が必要です。

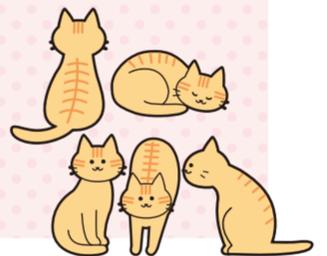


▲啓発プレートは区環境衛生係で配布しています



猫の飼い主さんへ

- 病気や事故、排せつ物のトラブル等为了避免するため**屋内で飼育**しましょう。
- 猫は繁殖力の高い生き物です。管理できない猫を増やさないため、**不妊去勢手術**を行いましょう。



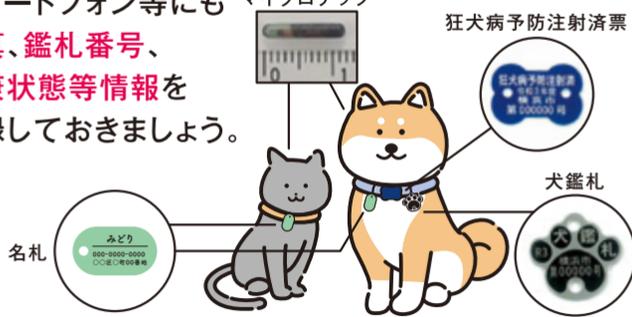
災害に備えて

いざというときのため、日頃から必要な準備をしておきましょう



飼い主が分かるように

スマートフォン等にも **マイクロチップ** 写真、鑑札番号、健康状態等情報を記録しておきましょう。



避難用品・備蓄品を用意

ペット用の物資はすぐには届きません。**多めに(最低でも5日分)準備を。**

- フード・水、薬
- ペットシート、新聞紙、首輪・リードなど
- 飼育手帳 → 配布: 区環境衛生係



助け合える関係性を築く

- 飼い主同士協力しましょう。
- **一時預け先**を考えておきましょう(親戚・知人・動物病院・民間施設)。



しつけ・健康管理

- **ワクチン接種**やノミ、ダニなどを駆除しておきましょう。
- 日頃からしつけをして、**キャリーケージ**に慣らしておきましょう。



緑区Webページでは「災害時に求められる犬のしつけ」動画を公開しています **緑区 災害時のペット対策** [検索](#)



横浜子育て

つながろう、広げよう
支援の輪

サポートシステム

提供会員募集

子育て家庭を♡応援しませんか？



子どもは地域の「宝」。安心した子育てには、
子どもの成長や子育てをみんなで見守り、支え合える地域が必要です。
横浜子育てサポートシステムは、子どもの送迎、少しの時間の預かりや
見守りで子育てしている人を応援する横浜市の制度です(有償・保険あり)。

「コロナ」の
子育て家庭への影響
遠くに住んでいる身内を頼ることが
難しく、身近な地域の人の手助けが
必要な子育て家庭が増えています。



子どもを預かる人

提供会員

緑区に190人

20歳以上の健康な人・
特別な資格は必要なし※

地域で
お手伝いしたい 自分の時間が
できた
誰かの役に
立ちたい

※子どもとの遊び方・預かるときに
気を付けることなどの研修があります

最近、
提供会員になった

ながい ひろし
永井 寛さん



——社会とつながってられる、生きがい、
やりがいを感じています。

近所に「子どもの預け先がない」と困っ
ている人がいると聞き提供会員になりました。

小学生のT君を登校前に我が家で預かり、
登校班集合場所まで送ったり、夕方学童
から塾に送ったりしています。ほんの30分
ほどですがT君と会話ができ楽しいです。

緑区地域子育て支援拠点

安心して
利用・活動できるように
事務局スタッフが
コーディネート



子どもを預けたい人

利用会員

緑区に576人

生後57日～小学校6年生の
子がいる人

通院のとき
預かってもらって
助かりました
近所に頼れる人が
いるだけで安心!
出産のとき保育園の送迎を
お願いしました

お手伝いの内容

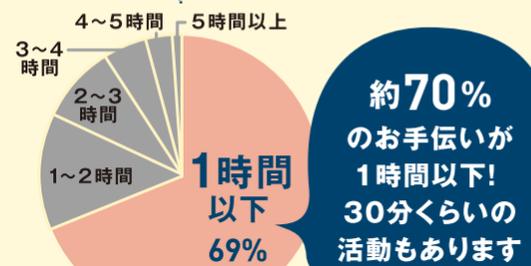


保護者の
外出時・
登校前 など



保育園のお迎え▶

かかった時間



いい運動にも
なっています!



自宅以外でも
預かれます

「いっほ」での預かり▶

提供会員になるには

STEP① 入会説明会に参加

STEP② 研修を受ける

STEP③ 登録完了!

入会
説明会の
日程

- 電話・Webページ
で予約が必要です
- 都合がつかない人
は相談してください

会場	日時
鴨居地域ケアプラザ	9月16日(木)10時30分~11時30分
地域子育て支援拠点 いっほ	9月29日(水)14時~15時
長津田地域ケアプラザ	9月30日(木)10時30分~11時30分
中山地域ケアプラザ	10月1日(金)10時30分~11時30分
東本郷地域ケアプラザ	10月6日(水)10時30分~11時30分
霧が丘地域ケアプラザ	10月7日(木)10時30分~11時30分

質問は気軽にどうぞ/
問合せ・入会説明会の予約

横浜子育てサポートシステム

緑区支部事務局
緑区地域子育て支援拠点 いっほ内

電話 | 982-3521
ファクス | 989-5851
受付時間 | 火~土曜日9時~17時



緑区地域
子育て支援拠点
いっほ



「いっほ」は未就学児の親子の遊び場・子育て情報を提供しています。
子育ての気軽な相談ができる「横浜子育てパートナー」がいます。
地域の皆さんとともに妊娠期や子育て家庭を応援しています。
十日市場町817-8

公式Instagram

いっほの活動を
発信中!



横浜市緑区 いっほ 検索

【問合せ】緑区地域子育て支援拠点 いっほ ☎989-5850 fax 989-5851

① 9月は自殺対策強化月間 >> 様子がおかしいな? と思ったら、声を掛けて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。

アイコンについて

- 📅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 🏠保育あり 📧申込み 📞問合せ先
- ☎️電話 📠ファクス 📠はがき 📧郵送 📧Eメール 📧往復はがき 🌐Webサイト 🏠窓口 🕒先着 🎲抽選 📄申込み不要、当日直接会場へ

区からのお知らせ

よりどりみどりの情報

アイコン説明・注意事項は上部に記載しています。



イベント参加・施設利用 みどりのルール

イベントは変更・中止することがあります。参加する前に問合せ先に確認してください。

せき 鼻水

発熱 のどの痛み

体調が良くない人は参加しない



マスク着用



検温・消毒



主催者・管理者の指示を守る

「第4期緑区地域福祉保健計画(素案)」への意見を募集します

地域の福祉保健を推進するために区民・事業者・行政が協働で取り組む「第4期緑区地域福祉保健計画『みどりのわ・ささえ愛プラン』(令和3~7年度)」の素案をまとめました。



募集期間 9月25日(土)~10月24日(日)(必着)

提出方法

- ① 緑区Webページの投稿フォーム
 - ② 区事業企画担当へファクス・郵送・Eメール
 - ③ 素案配布施設の窓口で意見用紙を記入
- ※意見提出するときは素案の注意事項を確認してください

素案の配布

9月25日から区事業企画担当、緑区社会福祉協議会、緑区内の地域ケアプラザまたは緑区Webページ

➔ [みどりのわささえ愛プラン](#) [検索](#)

計画(素案)の体系

基本理念

誰もが安心して暮らし続けられる 緑区をめざして

全体目標(目指す姿)

一人ひとりが主役・共に支え合う つながりのあるまちづくり

連携・協働

地区別計画

緑区11地区の特性に合わせた重点取組と具体的な活動

区域計画

地区別計画を支える取組など緑区全体の計画

意見を提出した人にウエットティッシュ・エコバッグをプレゼント



＼たくさんの意見を待っています／



▲緑区役所・緑区社会福祉協議会の担当職員

【問合せ】区事業企画担当 ☎930-2304 📠930-2355 📧md-fukuhoplan@city.yokohama.jp



9月21日は「世界アルツハイマーデー」

緑区役所・緑図書館では認知症への理解を呼びかけるパネル展を開催します。

緑区役所イベントスペース

「認知症だいじょうぶ! ~人と人が支えあうまちづくり~」

誰もが役割を持っていて、活躍のあり方はさまざま。このことを当事者のエピソードも含めて感じられる作品・写真、特技や趣味を生かした作品、施設の紹介などを展示します。

会期

9月21日(火)~24日(金) ※9月24日は12時まで

緑図書館

「認知症への理解を深めよう」

認知症に関する

会期

本の展示・貸出しも。 9月30日(木)まで ※9月21日は休館

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。気になることがあったらかかりつけ医や横浜市の制度を活用して、早めの相談を。

認知症状・高齢者のうつ症状を専門医に相談できる**緑区役所の「もの忘れ相談」**は10ページ。

【問合せ】認知症・区のパネル展 ☎ 高齢者支援担当 ☎930-2311 📠930-2310 | 緑図書館のパネル展 緑図書館 ☎985-6331 📠985-6333

☆ 緑+芸術祭

森ラボ2021(Laboratory of forest art 2021)

📅9月19日~10月17日(日)10時~16時 📍横浜動物の森公園(里山ガーデン保全林) 📄森での野外美術展。ワークショップも開催(参加費500円)。詳しくは森ラボWebページ 📧🌐で森ラボ2021 (☎933-1460 📧morinokoe7@yahoo.co.jp)

お昼のロビーコンサート「Webコンサート 緑でつなぐコンサート ~バロックから日本の唱歌まで~」

📅2022年3月31日(木)まで 📄YouTube横浜市公式チャンネル
 🎵**櫻田 はるか**(クラリネット)、**松尾 茉莉**(ヴァイオリン)、**木村 愛子**(ソプラノ)、**大貫 夏奈**(ピアノ) 📍みどりアートパーク(☎986-2441 📠986-2445)

【問合せ】区生涯学習支援係 ☎930-2236 📠930-2242

相談は区高齢・障害支援課 ☎930-2434

☎: 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 **【重要事項】**: 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、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0円 ■敬称は省略

マイナンバーカードの受取はお済みですか?

「マイナンバーカードの交付通知書」が届いている人は早めの受取をお願いします。

予約・問合せ

横浜市マイナンバーカード専用ダイヤル ☎0120-321-590

横浜市 マイナンバーカード 予約 検索

- 緑区役所で受け取る人は予約しなくてもカードを受け取れます(予約優先)
- 受取当日の持ち物など、詳しくは交付通知書を確認してください

「緑区民まつり2021」開催を見送ります

毎年10月に開催している「緑区民まつり」について、2021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、開催を見送ることにしました。

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。

【問合せ】緑区民まつり
 実行委員会事務局(区地域活動係)
 ☎930-2233 ☎930-2242

催し

公立保育園に遊びに来ませんか

要予約。詳しくは各保育園へ問い合わせください。

長津田保育園

☎985-9978 ☎981-2710

育児講座

「ラップの芯でレインスティックを作ろう」

☎9月13日(月)~16日(木)9時30分~11時30分 ■未就学児と保護者各3組

鴨居保育園

☎933-2106 ☎933-2104

育児講座「手型足型スタンプあそび」

☎①9月15日(水):1歳以上の未就学児と保護者 ②9月16日(木):0・1歳児と保護者—10時から、11時から
 ■各園4組

竹山保育園

☎932-3032 ☎932-3266

ホール開放

☎9月15日(水)、10月5日(火)10時~10時45分 ■未就学児と保護者各5組

自分で自分の体を守る! ~膝痛予防編~

☎9月15日(水)10時~11時 ■緑区休日急患診療所 ■リハビリの専門家による講演と簡単な体操 ■倉地洋輔(株まちリハ代表 理学療法士) ■園20人 ■動きやすい服装、飲み物
 ①9月14日必着で **【重要事項】**を明記し ☎☎☎☎☎で緑区在宅医療相談室(〒226-0019 中山3-16-2 ☎937-2303 ☎935-6762 con-mishikai@tiara.ocn.ne.jp)

令和3年(2021年)度 緑消防ポスター展

☎9月21日~28日(火)営業時間内 ※21日は14時から、28日は16時まで ■ダイエーAEON FOOD STYLE鴨居店、アピタ長津田店、緑図書館(21日は休館) ■緑区の小学3~6年生が夏休みの自由課題で描いたポスター ■緑消防署予防係(☎☎932-0119) ☎



第14回 ミドリパーク

☎10月1日(金)9時30分~12時 ■緑スポーツセンター ■中途障害のある人が気軽に参加できる運動会 ■緑区在住で脳血管疾患などの後遺症がある人と家族 ¥100円 持飲み物 ①☎で中途障害者地域活動センター 緑工房(☎☎933-3249)

緑区役所で 仕事探しの相談ができます

生活に困っている人向けの相談です。緑区役所の相談員が内容によって制度や事業、適切な対応ができる相談先を紹介します。

例えば

- 支援の一環として緑区役所にある「ジョブスポット緑」(ハローワーク窓口)で担当制による継続的な職業相談・職業紹介などが受けられます
- 横浜市が委託した事業者があなたの事情にあった求人を探し、登録された求人とマッチングして就職へつなげます*

利用には申込みなどが必要です。まずは問合せ先へ連絡を。

詳しくは **横浜市 自立相談支援 検索**

*生活保護利用者や生活に困っている人への支援を目的として、区役所の生活支援課で無料職業紹介事業を実施しています。市の委託を受けた事業者の求人開拓員が企業を訪問し、申込みのあった求人と求職者をマッチングすることで、効果的に就職を支援する事業です。この事業は企業の皆さまに事業趣旨のご理解・ご協力をいただき進めています。

【問合せ】区生活支援係 ☎930-2333 ☎930-2329

みどり地場野菜の直売会

☎10月8日(金)8時45分~13時 ※売り切れ次第終了 ■緑区役所 ■地元の生産者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 ■区企画調整係(☎930-2227 ☎930-2209) ☎

ガイドボランティアと歩く 農に親しむ「谷戸の農業とイモ掘り」

☎10月16日(土)9時30分~12時 ※雨天時10月17日(日)同時刻 ■3km。十日市場駅南口(集合)→谷戸田・にいほり里山交流センター・旧奥津邸見学→サツマイモ・里芋掘り(解散) ■緑区ガイドボランティアの会 ■園25人 ¥500円(サツマイモ2株付き、里芋掘りは別料金) ■手袋、袋、必要な人は移植ごと ①10月5日消印有効で参加者全員の **【重要事項】**・Eメールアドレス・年齢を明記し ☎☎で緑区ガイドボランティアの会(〒226-0019 中山4-36-20 みどりーむNo.9 ☎midorikuguide@yahoo.co.jp) ■岩澤(☎090-8680-1478)

講演・講座

都岡地区恵みの里 「落花生収穫体験 in 都岡」

☎①10月23日②30日(土)—10時から ※雨天時①10月24日②31日(日)一同時刻 ■旭区下川井町の畑 ■横浜市在住の個人・グループ各園10組 ¥1組1,000円(3株程度収穫) ①9月17日必着で参加者全員の **【重要事項】**・年齢・希望日を明記し ☎☎で都岡地区恵みの里運営協議会事務局「落花生収穫体験in都岡」係(〒241-0031 旭区今宿西町289 ☎955-5057) ■北部農政事務所(☎948-2480 ☎948-2488)

緑区IT講習会 10月 ⑥はじめてのスマホ(全3回)

☎10月6日(水)~8日(金)12時30分~14時30分 ■白山地区センター ■アプリのインストールや使い方など ■園20人 ¥2,500円 ■スマートフォン、筆記用具 ①9月21日必着で **【重要事項】**を明記し ☎☎☎でNPO法人ミックスMICS(〒226-0019 中山4-36-20 みどりーむ内 ☎932-3272)

心も体も動かして みんなでフレイル予防

新型コロナウイルス感染症の影響で、自宅で過ごす時間が長くなり体力が落ちていませんか? 自宅で手軽にできる体操を紹介します!



まだまだ暑い日が続きます。体操は「ながら」で継続のポイントです。いつまでも元気よく過ごせるよう今月も頑張りましょう。無理せず段階的に取り組んでください。

医療法人社団恵生会 竹山病院 リハビリテーション科 主任 勝又 麗奈

第3回 下半身のストレッチ・運動

つま先を上げる運動



膝下前面の筋肉を鍛える

1 手すりを持って肩幅に足を開きます

2 お尻が後ろに倒れないようにつま先を上げます

3 10回1セットです

かかとを上げる運動



ふくらはぎの筋肉を鍛える

1 足を肩幅に開きます

2 腰を反らさないようにかかとを上げます

3 10回1セットです

膝を曲げる運動



足の後ろ側の筋肉を鍛える

1 壁に向かって肩幅に足を開き壁に手をつきます

2 膝を曲げ、ゆっくり戻します

3 10回1セットです

【問合せ】区高齢者支援担当 ☎930-2311 ☎930-2310

① **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。しつけや非常持出袋の準備など、日頃から対策を

アイコンについて

🕒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 🏠保育あり 📄申込み 📄問合せ先 📞電話 📠ファクス 📠はがき 📠郵送 📠Eメール 📠往復はがき 🌐Webサイト 📄窓口 📄先着 📄抽選 📄申込み不要、当日直接会場へ

よりどりみどり情報 続き

田奈恵みの里「うどん作り教室」

🕒10月9日(土)9時~13時 📍JA横浜田奈支店(青葉区) 📄田奈地域の小麦粉で作る 📄緑区・青葉区在住の個人・グループ(3人まで)📄10組
💰1組1,500円 📄エプロン、三角巾、飲み物、マスク 📄9月24日必着で参加者全員の**必要事項**・年齢を明記し📠📠📠でJA横浜田奈支店「組織係」(〒227-0064 青葉区田奈町52-8 📞981-1811 📠981-1839 📠tanamegumi_1999@yahoo.ne.jp)

新治恵みの里「サツマイモ収穫体験」

🕒10月17日(日)13時30分~15時 ※予備日10月24日(日)同時刻
📍にいほる里山交流センター 📄横浜市在住の個人・グループ(4人まで)📄15組 💰1組2,000円(収穫したサツマイモ8株のお土産付き)
📄9月15日0時から📠で新治恵みの里 📄北部農政事務所(📞948-2480 📠948-2488)

障がい者の親亡き後の生活を親あるうちに準備する「ライフデザイン講座」第2回

🕒10月29日(金)10時~12時
📄当事者の地域生活の実例を交えて紹介 📄📄20人 📄9月30日必着で**必要事項**・配慮事項を明記し📠でみどり地域活動ホームあおぞら(📞929-2566 📠929-1961)

スポーツ

小学生卓球教室

🕒9月16日~11月11日の毎週木曜日17時~18時45分 ※9月23日を除く
📍十日市場スポーツ会館 📄各📄13人 💰1回500円 📄室内用運動靴、ラケット(貸出しあり)
📄📠📠で十日市場スポーツ会館(📞📞983-9490)

第81回 緑区民ソフトテニス大会

🕒9月26日(日)9時~17時 📍長坂谷公園 📄①一般男女②35歳以上男女③45歳以上男女④60歳以上男女
📄緑区在住・在勤・在学・在クラブ者 📄40組 💰1ペア2,000円
📄ラケット、テニスシューズ 📄9月17日15時までに申込用紙を記入し📠📠📠で緑区ソフトテニス協会
おかさき あまひこ 岡崎 彰彦(📞📞931-5208 📠a_okazaki1956@yahoo.co.jp)
※申込書の配布:緑区スポーツ協会事務局ほか



保健・福祉

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こども家庭係 📞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

健康づくり

抗HIV抗体・梅毒検査(匿名制)

🕒9月16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17日(金)9時~11時、10月5日(火)13時~15時
📄生活習慣病予防の相談 📄📠で①

福祉

もの忘れ相談

🕒10月8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

🕒9月24日(金)中止~11時30分
📍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

ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談(予約制)

🕒9月16日、10月7日(木)13時30分~16時20分(1回50分)
📄横浜市在住の15~39歳の本人、家族、支援者、地域の人 📄📠で④

赤ちゃん・子ども・女性

母親(両親)教室(全4回)

🕒11月2日(火)・11日(木)・17日(水)・24日(水)13時15分~15時(13時から受付)
📄妊娠中のこと、出産・育児について学ぶ 📄2022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日に二次元コード 📠📠で③

プレババ・プレママ講座

🕒10月23日(土)9時30分~11時30分(9時15分から受付)
📄沐浴実習、^{もぐもぐ}胎児の成長や産後の生活について 📄緑区在住の初産の妊婦(実施日に妊娠7~9か月)とこれから父親になる人
📄9月13日~30日に二次元コード 📠📠で③

妊産婦歯科相談

🕒9月30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

🕒9月28日(火)、10月4日(月)13時~15時(1組30分程度)
📄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:9月24日(金)、10月7日(木)
②1歳6か月児:9月30日(木)、10月13日(水)③3歳児:9月16日(木)、10月1日(金) 📠📠で③ 📠

離乳食教室「もぐもぐ教室」

🕒9月29日(水)13時15分~14時、14時45分~15時30分(各15分前から受付)
📄7~8歳の子と保護者各📄10組 📄手拭き用タオル、飲み物
📄9月13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

🕒10月15日(金)10時から、10時50分から(1回40分程度)
📄虫歯予防の話、歯磨きアドバイス 📄2020年9月~12月生まれの子と保護者各📄8組
📄母子健康手帳 📄9月13日~30日に二次元コード 📠📠で③

乳幼児歯科相談

🕒9月30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

🕒9月29日(水)9時~11時(1回30分程度)
📄離乳食、幼児~思春期の子の食生活相談 📄📠で①

施設から

長津田地区センター

〒226-0026 長津田町2327 📞983-4445 📠983-6945

新型コロナワクチン接種会場として使用するため、水・日曜日は窓口で申込みできません。

季節のパン作り ベーコンポテトパン

🕒10月7日(木)9時45分~12時45分
📄成人📄12人 💰1,450円 📄9月11日から📠📠

秋のアレンジメント

🕒10月14日(木)10時~11時30分
📄成人📄16人 💰2,500円 📄9月14日から📠📠

楽しく♪ダンスエクササイズ(全4回)

🕒10月18日・25日、11月1日・15日(月)13時~13時45分
📄成人📄12人 💰1,600円 📄室内用運動靴 📄9月16日から📠📠

野菜ソムリエ教室 季節の野菜クマさんマフィン

🕒10月27日(水)10時~12時
📄新ショウガを使ったマフィン 📄成人📄12人
💰1,500円 📄9月17日から📠📠

十日市場地区センター

〒226-0025 十日市場町808-3 📞981-9573 📠982-3161

簡単 楽しい 折り紙

🕒9月21日(火)、10月7日(木)13時15分~14時30分
📄月見のウサギ、柿、イチゴ 📄各📄12人 💰各100円 📠

季節の和菓子を楽しもう~秋~

🕒10月6日(水):栗まんじゅう、11月3日(水・祝):酒まんじゅう、12月1日(水):すあま ※いずれも9時30分~11時30分
📄成人各📄12人
💰各1,200円 📄エプロン、三角巾、布巾、手拭き用タオル、持ち帰り用容器、マスク 📄9月14日から📠📠

男性のための筋トレ教室(全8回)

🕒10月12日~11月30日の毎週火曜日10時~11時30分
📄スロートレーニング 📄成人男性📄11人
💰4,000円 📄動きやすい服装、運動靴(外履き可)、汗拭き用タオル、飲み物
📄9月13日から📠📠

秋のお菓子作り

🕒10月25日(月)9時45分~12時45分
📄モンブラン 📄成人📄12人
💰1,800円 📄エプロン、三角巾、布巾、手拭き用タオル、筆記用具、マスク
📄9月13日から📠📠

中山地区センター

〒226-0019 中山2-1-1 📞935-1982 📠935-1983

絵本の時間

🕒9月16日、10月7日(木)10時15分~10時45分
📄新刊絵本読み聞かせ、紙芝居 📄未就学児と保護者📄10人 📠

おもちゃ病院

🕒10月16日(土)10時~14時
📄小学生以下のおもちゃの修理
📄📄18品 💰特殊な部品は実費あり
📄9月11日から📠

ベランダにも置ける秋の花の寄せ植え

🕒10月19日(火)10時~11時30分
📄📄10人 💰2,600円 📄9月14日から📠

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11日・18日・25日(土)9時15分~10時15分
📄中止、各📄20人
💰1回300円 📄動きやすい服装、室内用運動靴、飲み物 📠

体幹トレーニング 初級の部

🕒9月14日・28日(火)10時35分~11時50分
📄中止、女性各📄10人
💰1回500円 📄動きやすい服装、室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物 📠

考えましょう。 図 区環境衛生係 ☎930-2368 図 930-2367

区: 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、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0円 ■敬称は省略

午後の初級エアロビ&リフレッシュ
9月17日・24日(金)15時15分~16時30分 成 中止 定14人 料1回500円 動きやすい服装、室内用運動靴、バスタオル、飲み物 図

秋のお菓子作り ティラミスクリームカップシフォン
10月3日(日)10時~12時 成 定8人 料1,600円 9月11日から 図

みどりアートパーク
〒226-0027 長津田2-1-3 ☎986-2441 図986-2445

フレイル予防! 脳トレゲーム体験会
9月16日、10月14日(木)10時30分から、13時30分から(1時間30分) 木村 直寛(共同通信デジタル) 50歳以上各定12人 料1,000円 図

SDGs映画上映会 「ザ・テノール 真実の物語」
9月19日・26日(日)10時から、13時30分から(各開始30分前開場) 病気で声を失った韓国人歌手と日本人プロデューサーの友情物語 各定30人 料600円 図

地域子育て支援拠点いっば
〒226-0025 十日市場町817-8 ☎989-5850 図989-5851

7ページでは子どもの成長や子育てを見守り、支え合う「横浜子育てサポートシステム」を特集しています。

親子で体験! 防災ワークショップ
10月8日(金)10時30分~11時30分 災害時に活用できるグッズ、防災マップや避難所について話す 定12組 9月14日から 図

気になる子のサロン
10月16日(土)10時30分~12時 子どもの発達に不安や心配のある保護者が自由に話せる場 定8組 9月16日から 図

移動図書館「はまかぜ号」
9月23日(木・祝)、10月7日(木)15時10分~15時50分 ※荒天中止 図竹山中公園
【問合せ】中央図書館サービス課 ☎262-0050 図231-8299

緑ほのぼの荘
〒226-0025 十日市場町825-1 ☎985-6323 図985-6324

健康増進エクササイズ2(全8回)
10月20日~12月15日の毎週水曜日9時30分~11時 ※11月3日を除く 未受講で60歳以上の横浜市在住者 定15人 動きやすい服装、室内用運動靴、靴袋(レジ袋可)、タオル、飲み物、マスク 9月16日~29日必着で 必要事項・年齢を明記し 図

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
①代表 ☎910-5700 図910-5755
②子どもの部屋 ☎910-5724

周年記念イベント 映画上映「82年生まれ、キム・ジョン」
10月23日(土)14時~16時、17時~19時 現代女性が担う重圧と生きづらさを描く物語 各定90人 料1,000円 1歳6か月以上の未就学児。4日前までに ② 9月14日から 図で ①

ジェンダーとアート ~わたしらしさを拡げる絵本の世界~
10月24日(日)14時~16時 絵本の中のジェンダーと「私のための絵本」についてのお話 東條 知美(絵本コーディネーター) 乳幼児がいる家族、テーマに関心のある人 定40人 料1,200円 1歳6か月以上の未就学児。4日前までに ② 9月11日から 図 図で ①

横浜市民ギャラリーあざみ野
☎910-5656 図910-5674

Welcome! ロビーコンサート
9月26日(日)12時~12時40分 地元企業製品など、屈指のオーディオを結集させた特別コンサート 図

ショーケースギャラリー 黄金町エリアマネジメントセンター 連携企画 常木 理早展
9月25日(土)~12月12日(日)9時~21時 黄金町エリアで活動するアーティスト常木 理早の立体作品を展示 図

緑区社会福祉協議会
〒226-0019 中山2-1-1 ☎931-2478 図934-4355
「善意銀行」への寄付(6月受付分)
ご寄付ありがとうございました。 木村 信保、ディーアイコーポレーション(株)、匿名2件 ※敬称略



食品・金銭の寄付にご協力を
緑区社会福祉協議会への寄付品は生活困窮世帯への支援や地域の福祉ボランティア活動などに分配し、活用されています。
寄付方法
・食品: 窓口または送付(未開封・賞味期限まで2か月以上で常温保存できるものに限り)ます
・金銭: 窓口または指定口座へ振込み

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 図939-5401
md-midreamkouza@city.yokohama.jp

第1回 ちょっと先生のチャレンジ講座 共通
9月28日(火)10時~12時 各定5人 ※小学2年生以下は要保護者同伴(同伴は1人のみ) 9月14日必着で 必要事項(住所は町名まで)・年齢・希望講座名を明記し 図 図
①簡単な楽しい手品を覚え、家族・友人に披露し、中止
成 料200円 持トランプ、電卓
②二胡を弾いてみよう
小 小学生以上 持あれば二胡
③マジックをやってみよう
小 小学生以上 持トランプ、筆記用具
④ハムちゃんとバルーンアートを作ろう
小 4歳以上 料100円 持70リットルくらいのポリ袋

緑区生涯学級講座 「自然を楽しむ講座」(全5回)

①10月5日(火):新治市民の森②10月12日(火):県立四季の森公園・里山ガーデン③10月26日(火):鴨居原市民の森④11月9日(火):長津田宿市民の森・玄海田公園⑤11月16日(火):新羽丘陵公園・西方寺・専念寺・みどりーむ ※いずれも9時~15時 身近に残る貴重な自然の観察を通して、環境保護や自然と人間の関わりを考える 5~6km歩ける人 定15人 料2,000円 持筆記用具、弁当、飲み物、健康保険証 9月20日必着で 必要事項:年齢・Eメールアドレス・緑区生涯学級講座受講経験の有無を明記し 図 図で「自然を楽しむ講座」係

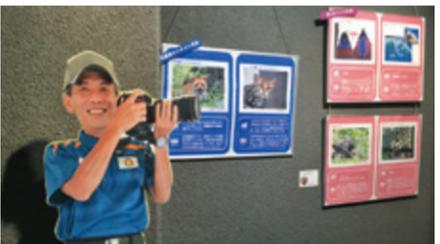
サロンふらっと 「ヨコハマ映画祭の「現在」 ~映画ファンも選考に参加する映画祭 その43年を振り返る~」
10月17日(日)14時30分~15時30分 北見 秋満(ヨコハマ映画祭実行委員長) 定25人 10月7日必着で 必要事項を明記し 図 図で「サロンふらっと」係

郵便手続を利用してください
●戸籍・住民票の写しの請求
●国民健康保険の手続
●市・県民税(所得)の証明
詳しくは 横浜市緑区 郵送手続 検索

よこはま動物園ズーラシア
〒241-0001 旭区上白根町1175-1 ☎959-1000

休園日:9月14日(火) / Webサイトで入園整理券の事前予約が必要 / 入園料別途

村田園長のとっておき写真展
11月29日(月)まで ズーラシアの園長が園内で撮影した写真から、動物の野生を感じる「とっておき写真」を展示。園長等身大パネルは2021年も登場



▲2020年の写真展

ズーラシアだより 「アビシニアンワシミズク」

アフリカ中部に生息しているアビシニアンワシミズクは薄暮や夜間に活動することが多い猛禽類です。耳のようにピンと立っているのは飾りの羽で「羽角」といいます。実際の耳は左右異なる高さにあります。高さが違うことで、より正確に獲物の位置を特定することができます。寿命は約20年といわれていますが、バードショーで活躍しているアービーは推定19歳のベテラン。高齢ではありますがショーでは迫力のある低空飛行を見せてくれます。バードショーでは他にもタカ、ワシ、色鮮やかなインコたちも活躍しています。



▲バードショーのベテラン、アービー



▲来園者の近くをフライト

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。
○キャッシュカード手渡し型=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
○現金手渡し型=電話で息子や孫をかたり、代理人が現金をだまし取る
○還付金=区役所の部署をかたり、ATMでお金を振り込ませる
被害に遭わないためには
・留守番電話を設定しましょう。
・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。
【問合せ】緑警察署 ☎932-0110

自治会へ加入しよう 住んでいる地域の自治会が分からない人は区地域活動係まで ☎930-2232



地域を支える皆さん

第2回

スポーツ推進委員

横浜市から委嘱されて地域を支える活動に携わっている皆さんを紹介

活動内容

- ・横浜市や緑区のスポーツイベントに従事し、地域のスポーツ振興を担っています
- ・地域のニーズを把握し、行政の取組に反映するつなぎ役でもあります

緑区の人数

131人

誰でも気軽にスポーツを体験できるイベントを開催

「緑区民まつり」や他のスポーツ団体と協力した「みどりスポーツフェスティバル」のほか、地域のスポーツイベントの中心として活躍しています。



大規模大会で選手のコース誘導や沿道の警備も

「横浜マラソン」や「トライアスロン横浜大会」などの運営に欠かせない存在です。



地区会長の皆さんに聞きました

大会・イベント運営には苦勞もあるそう。「無事に開催されて、参加者や応援に来ている人の笑顔を見るとやりがいを感じます。時にはトップアスリートの迫力を間近で感じられるのも楽しみです」とのこと。

今はコロナ禍で中止されるスポーツイベントが多いですが「スポーツや運動の楽しさや大切さを感じてもらえるよう、工夫をしながら活動していきたい」と意気込みを話してくれました。

【問合せ】区生涯学習支援係 ☎930-2236 ☎930-2242



とれたてみどり 地産地消グルメを楽しもう!

緑区内の「よこはま地産地消サポート店」で提供している旬の地元農産物を使ったお薦めメニューを紹介



No. 10

「ナスの重ね焼き」 トラットリア ドルチェ

台村町にある「トラットリア ドルチェ」は緑区産の季節の食材を味わえるイタリア料理店です。塩分控えめで素材の味を生かした創作料理を楽しめます。

9月のお薦めメニューは「ナスの重ね焼き」。輪切りにした緑区産の米ナスに、タマネギ入りの自家製トマトソース、生クリーム、モッツアレラチーズ、グラナパダーノチーズをかけ、オーブンで焼いて提供します。一般的なナスより肉厚な米ナスは、火を通すとトロリとした食感が魅力です。トマトの爽やかな酸味、チーズのコクと相性抜群。アツアツの「ナスの重ね焼き」をぜひ楽しんでください。

提供時期

通年

※緑区産の米ナスは6月～9月に、タマネギ・トマトは時期によって使用

提供価格

1,200円

営業情報

☎台村町317-1 緑センタービル106

🕒11時30分から / 17時30分から

※月曜日定休。営業時間が変更になる場合あり。木曜日の17時30分以降とテイクアウトは要予約

☎933-2217

<アクセス> JR・市営地下鉄「中山駅」南口 徒歩4分



【問合せ】区企画調整係 ☎930-2227 ☎930-2209



所在地
〒226-0013
緑区寺山町118

電話
☎930-2323 総合案内

読者アンケート
毎月抽選で5人に
緑区グッズをプレゼント!



編集
緑区区政推進課
☎930-2220
☎930-2225

※一部、新型コロナウイルス感染症の流行以前に撮影した写真も掲載しています。

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

広告

広告