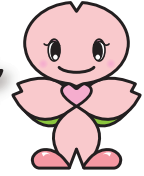


ここから南区版 ▶ 5~12ページ

# みなみ 11月号

No.301

11月は児童虐待防止  
推進月間です。  
虐待かなと思ったら  
☎189番へ  
(24時間365日受付中)



▲南区マスコット  
キャラクター「みなっち」



ウェブページから  
紙面をご覧に  
なれます。

みなみ  
Pick up!

## 防火防災力を高めよう

☎ 南消防署総務・予防課 ☎ 253-0119

### いのちを守る「習慣」と「対策」を実践しましょう!

ほとんどの火災は、一人ひとりがしっかりと注意することで防ぐことができます。  
自分や家族が命を落としたり、大切な財産を失うことがないように、火災予防のポイントをきちんと学び、日頃から実践しましょう!

#### 4つの習慣

1. 寝たばこは絶対にしない、させない
2. ストープの周りに燃えやすいものを置かない
3. コンロを使うときは、火のそばを離れない
4. コンセントはこまめに掃除し、不要なプラグは抜く



#### 6つの対策

1. ストープやコンロは安全装置のついた機器を使用する
2. 火災の早期発見のため、住宅用火災警報器を設置し、定期的な点検をする
3. 寝具や衣類、カーテンは防災品を使用する
4. 消火器を設置し、使い方を確認する
5. 避難経路と避難方法を常に確保する
6. 防災訓練などに参加し、地域ぐるみの防火対策を行う



### 南消防団団員募集中

横浜市の消防団員は非常勤・特別職の地方公務員です。  
普段は仕事や学業、家事などをしながら、災害対応へ向けた訓練や地域住民への防災広報、応急手当の普及活動など、ご自身の可能な範囲で活動しています。

- 入団資格**
- 18歳以上の健康な区内在住・在勤・在学者※70歳が定年です。
  - 外国籍の人も入団可能です。※一定の条件があります。

- 報酬**
- 年額報酬や災害活動または訓練に出勤した際の出勤報酬などが支給されます。

- 入団方法**
- 南消防署へ電話か申込みフォームで申込み

#### 【活動内容の例】



詳しくは、南消防団  
ウェブページへ▶



申込みフォームは横浜市  
消防団ウェブページへ▶



### 連載

## みなみ de 多文化共生

南区は外国人の人口が、横浜市18区の中で3番目に多いんだ。  
外国の文化について、みなみラウンジに聞いてみたよ。



☎ みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ ☎ 232-9544 ☎ 242-0897

### 今月のテーマ 11月は「キムジャン」の季節

韓国では、野菜が少なくなる冬の前にキムチをまとめて漬ける「キムジャン」という文化があり、「ユネスコ無形文化遺産」にも登録されています。  
横浜橋通商店街でお店を営んでいる金さんに聞きました。  
「今は1回に漬ける白菜は30個ぐらいですが、昔は100個ぐらい漬けていました。隣近所の人との共同作業でした」



▲キムチづくりは力仕事(中村地区センターでのキムチづくりイベントで)

当日は朝から夕方までの作業です。2~3日前から塩漬けにした白菜1枚1枚の間にヤンニョンという薬味を塗り込んでいきます。唐辛子や魚醤、梅エキスなどが入っていて「我が家のキムチ」の味の決め手になります。お昼には、ポッサム(ゆで豚料理)と漬けたば

かりの浅漬けキムチを、みんなで食べるのも楽しみのひとつだとか。「子供のころは、漬けたキムチを庭に埋めた甕の中に入れて保存していました。今は、どの家庭にもキムチ専用の冷蔵庫があり、そこで保存します」と金さん。  
「キムチは韓国人にとって、幼いころから口にする食事に欠かせない食べ物です」と話してくれました。



キムジャンソン  
金正順さん

11年前、夫の仕事の関係で来日後、日本語を学び、小学校での韓国文化紹介などの活動をしてきました。多くの人に韓国の味を紹介したいと、2年前に念願の韓国総菜店をオープンしました。

▲韓国の民族衣装・チマチョゴリ姿で

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジとは…通称「みなみラウンジ」です。市民活動のサポート、そして日本人も外国人も、ともに理解しあって暮らす地域づくりの  
住所 浦舟町3-46浦舟複合福祉施設10階 ため、さまざまな情報提供、講座、相談などを行っています。気軽にお立ち寄りください!

【南区役所】 〒232-0024 浦舟町2-33  
☎ 341-1212(代表)

受付時間:8時45分~17時 月~金曜日(休日・祝日・年末年始を除く)  
※昼の時間帯はお待たせする時間が長くなる場合があります。詳しくは職員にお尋ねください。  
第2・4土曜日(9時~12時開庁)は、戸籍課・保険年金課・子ども家庭支援課で一部業務を行っています。

南区のいま (2022年10月1日現在) 区の人口 >>> 197,672人 世帯数 >>> 105,755世帯  
編集・発行 南区役所広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241 ✉ mn-kouhou@city.yokohama.jp

人口の詳細は  
こちらから



みなみ  
Pick up!

## 空家のはなし 空家をきちんと確認・管理しよう!

問 企画調整係 ☎ 341-1233 ㊟ 341-1240

**空家は個人の財産であり、所有者(所有者が亡くなった場合は相続人)は管理責任を果たさなければなりません。**定期的に管理しないと、傷みが早くなり、資産価値が下がるだけでなく、近隣の皆さんに悪影響を及ぼすこともあります。

特に、夏に大きく成長する樹木や雑草は、隣家・道路への越境などにより、トラブルにつながります。**冬のうちに、樹木の剪定や雑草対策をしておくことが重要です。**

### チェック項目

月に1回程度の確認・管理が目安です。加えて、大雨や台風の前、地震があった後は必ず確認が必要です。さらに、近隣へ連絡先を伝えておくトラブル防止にもつながります。

傾いたり、びびりがはいたり、さびたり、はずれたりしていないか



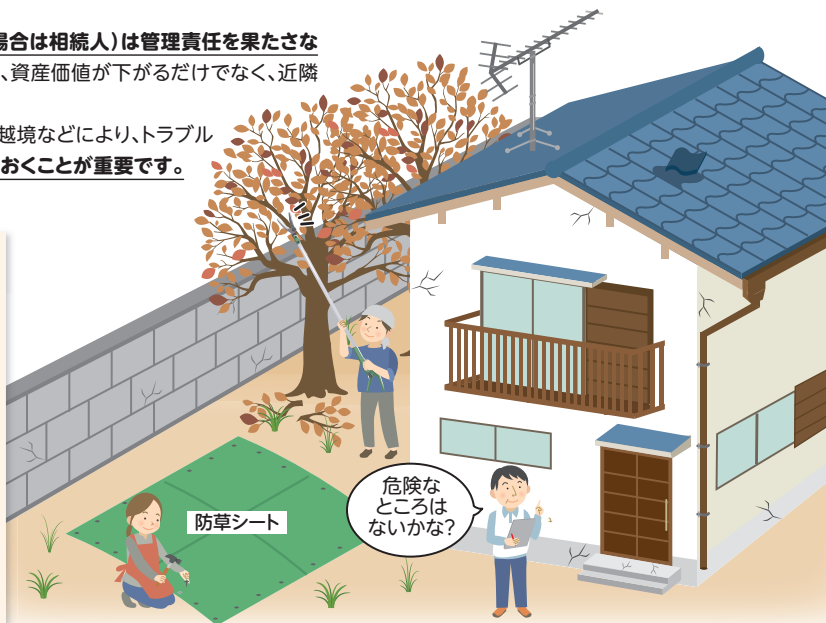
#### 建物の確認

- |                                |                                     |
|--------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> アンテナ  | <input type="checkbox"/> 屋根(天井裏からも) |
| <input type="checkbox"/> 外壁    | <input type="checkbox"/> 窓、雨戸、雨どい   |
| <input type="checkbox"/> バルコニー | <input type="checkbox"/> 塀、外壁       |



#### 建物の管理

- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 郵便受けの整理    | <input type="checkbox"/> 室内の換気      |
| <input type="checkbox"/> 水道を流す      | <input type="checkbox"/> 火元の確認      |
| <input type="checkbox"/> 室内の掃除      | <input type="checkbox"/> 樹木の剪定と雑草抜き |
| <input type="checkbox"/> 玄関、窓、門扉の施錠 |                                     |



#### 空家の総合案内窓口(相談無料)

空家の所有者や親族などからの一般的な相談を受け付けています。

横浜市住宅供給公社 ☎ 451-7762

住所: 神奈川区栄町8番地1 ヨコハマポートサイドビル4階 住まいるイン

時間: 10時~17時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

ウェブページでも空家対策について案内しています。 [横浜市 空家](#) で検索

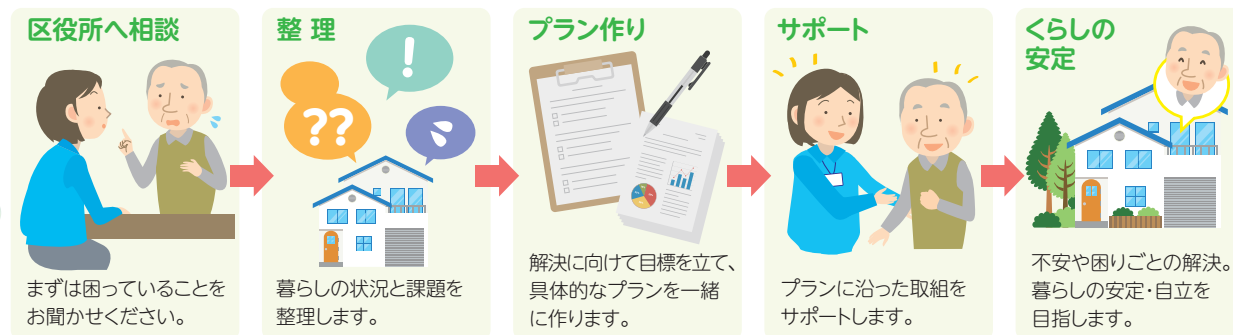
みなみ  
Pick up!

## 「お金のこと 仕事のこと 住まいのこと」まずは悩みを話してみませんか?

問 生活支援係 ☎ 341-1207 ㊟ 341-1219

ご本人だけでなく、ご家族やお知り合いの人など、どなたからのご相談でも大丈夫です。生活の心配ごとや困りごとがあったら一緒に解決の道を探しましょう。また、あなたの周りで困っている人がいたら声をかけて、少しの時間話を聴いてみてください。生活の心配ごとや困りごとがあったら、区役所などの相談機関を紹介してください。

### 相談の流れ



相談は無料です!

秘密は厳守します!

ご相談は 生活支援課5階51番窓口 生活困窮者自立支援担当まで

### 通訳ボランティアが区役所での手続をサポートします!

南区役所には、毎週金曜日に「英語」と「中国語」の通訳ボランティアがいます。

外国の人の手続をサポートしますので、ぜひ、ご活用ください!

●日時: 毎週金曜日(閉庁日を除く) 13時~16時45分

●言語: 英語・中国語

問 広報相談係 ☎ 341-1112 ㊟ 341-1241

Hello Thank you

English Interpreter  
Every Friday 13:00~16:45  
Free of charge



谢谢 你好

中文口译  
毎週星期五 13:00~16:45  
免费



みなみ  
Pick up!

## 南区役所のツイッターをフォローして最新情報をゲットしよう!

☎ 広報相談係 ☎ 341-1112 📠 341-1241



- 〇月〇日に法律相談を実施します。
- 〇〇まつりを開催します!
- 避難所を開設しました。

南区役所 公式ツイッター @y\_minami\_saigai

区役所からのお知らせやイベント情報、大雨や地震時には避難所開設情報など、いち早くお届けします!



右の二次元コードからアクセス!  
南区役所ツイッター公式アカウント▶



みなみ  
Pick up!

## 南区制80周年記念 みなみ桜まつりを開催します!

☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 📠 341-1240

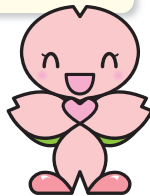
例年7月に開催していた「南まつり」と3月に開催していた「南区桜まつり」を統合し、「南区制80周年記念 みなみ桜まつり」を開催します。ぜひ一緒に盛り上げましょう。

### 会場・日時

- 蒔田公園イベント 蒔田公園(宿町1-1)  
5年3月25日(土)・26日(日)、10時~15時
- 大岡川沿いのライトアップ・ぼんぼり点灯  
大岡川プロムナード(観音橋~清水橋)  
5年3月24日(金)~4月9日(日)、18時~21時

絵どろろうや区民ステージなどのイベントを実施します!  
イベントの募集は、10ページのみなみ掲示板をご覧ください。

おまつり  
ワクワク  
するね!



横浜市内で急な病気やけがで  
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

年中無休  
24時間対応

または ☎ 045-232-7119へ

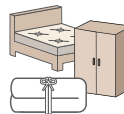
みなみ  
Pick up!

## 年末は大変混み合います 粗大ごみの申込みはお早めに!

☎ 資源化推進担当 ☎ 341-1236 📠 341-1240

例年、年末年始は粗大ごみ受付センターへの申込みが集中し、電話がつながりにくくなります。

12月の申込みは特に混み合い、年内の収集ができない場合があります。インターネットやLINE、電話などで、早めの申込みにご協力ください。



### 「粗大ごみ」の対象になるもの

- 一番長い辺が、①金属製品で30cm以上のもの、または、②金属製品以外(プラスチック製品、木製品など)で50cm以上のもの

### 粗大ごみ受付センター

☎ 電話受付 (月~土曜日、8時30分~17時、年末年始以外は祝日も受付)

・一般電話からは、☎ 0570-200-530

・携帯電話やIP電話などからは、☎ 330-3953

☎ FAX ※聴覚・言語に障害のある人専用 📠 550-3599

LINE受付・インターネット受付・チャット受付(24時間)

横浜市 粗大ごみ で 検索

横浜市公式LINEからチャットボットに  
アクセスし、粗大ごみの申込みができます!

LINE ID  
@cityofyokohama

横浜市公式LINEはこちら▶



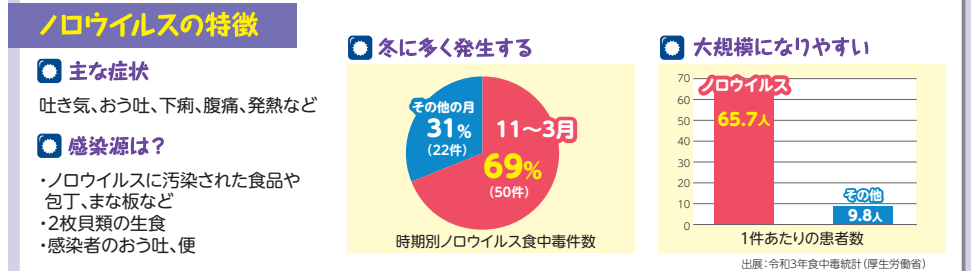
「ヨコハマ3R夢」  
マスコット イーオ

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。

# 特集1 ノロウイルスによる食中毒・感染症に気を付けましょう!

ノロウイルスは、乳幼児から高齢者までの幅広い年齢層に急性胃腸炎を引き起こし、何度もかかる可能性があります。手指や食品を介して、ウイルスがわずかも口から入ってしまうと、体内で増殖し、約1~2日後におう吐、下痢などの症状を起こすことがあります。

☎ 食品衛生係 ☎ 341-1191 ☎ 341-1189



## 正しく知って、ノロウイルスを予防しましょう!

### ★ 手洗いのポイント

**[手を洗うタイミング]**

- トイレ後
- 帰宅時
- 調理前
- 食事前
- オムツなど汚物に触れた後

**[汚れの残りやすい部分]**

- 最も不十分になりやすい部位
- 不十分になることが多い部位
- 不十分になることが少ない部位

### ★ 調理のポイント

- 二枚貝などの食材はよく加熱する(中心が85~90℃で90秒以上)
- 肉、魚、野菜などを調理した後の包丁、まな板は洗浄してから他の食材に使用する
- 調理終了後は、器具を熱湯や薬剤などで消毒する

### ★ おう吐物などの処理のポイント

二次感染しないよう準備が大事

- 1 装備を事前に備えておく  
ペーパータオル、ゴミ袋、バケツ、使い捨てマスク、使い捨て手袋、塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)、ペットボトル
- 2 消毒剤の作り方を覚えておく  
0.1%以上の消毒液は、ペットボトルキャップ2杯分(10ml)の塩素系漂白剤を水500mlに混ぜる

事前に処理の手順を知っておきましょう

詳細は二次元コードを参照ください。(動画)▶

## ノロウイルスにかかってしまったら...

### ❗ 絶対にしてはいけないこと!

- 1 下痢止めや吐き気止めを飲む
- 2 かぜと似た症状だと勝手に判断してかぜ薬を飲む  
※いづれも悪化させる危険あり

### ❗ すぐに対応すること

- 1 安静にさせる
- 2 おう吐があるときは、洗面器などにそのまま吐かせる
- 3 おう吐などが激しい場合は十分に水分を補給する

### ❗ 病院を受診、医師に報告

- 1 どんな症状があるか
- 2 おう吐物や便の詳しい状態
- 3 いつ、どこで、何を食べたか
- 4 周囲に同じ症状の人がいるか

**症状がでなくても、ご注意ください!**

ノロウイルスに感染しても、おう吐や下痢などを発症しない場合があります。この状態を**不顕性感染**といいます。発症していなくても、**周囲に感染させ、食中毒を引き起こす**ため、常日頃から手洗いを頻繁に行うことが重要です。感染すると1か月以上、ウイルスを便から排出することも!!

# 特集2 食欲の秋に! 「元気いっぱいレシピ」をつくってみよう!

今月は、南区の市立保育園の新作レシピと、過去に好評だったレシピをあわせてご紹介します。お子さんから大人まで楽しめるレシピです。子どもたちが保育園で食べているメニューをおうちでつくってみませんか?

☎ ページに関する問合せ  
広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241  
レシピに関する問合せ  
永田保育園 ☎ 714-1371 ☎ 714-1396

## vol.42 魚の香味焼

● 香味焼は、にんにく・ショウガを使うだけで、いつもとは一味違った味付けになり、子どもに大人気のメニューです。しっかりした味付けで、ご飯も進みます。

● 大人と子どもが同じメニューを食べることができるのも、うれしいですね。

さば・あじ・さわら・あじき・まぐろ・ぶりなどが、おすすめです。

\*\*\* おすすめポイント \*\*\*

**材料(幼児4人分)**

- 魚..... 4切れ
- にんにく..... 1片
- ショウガ..... 少々
- 酒..... 小さじ1
- しょうゆ..... 大さじ1
- みりん..... 小さじ1.5

**作り方**

- 1 オープンを250℃で予熱する。
- 2 にんにくはすりおろす。ショウガはすりおろして絞り、ショウガ汁にする。
- 3 ②と①を合わせる。
- 4 ③に魚を20分くらい漬け込む。
- 5 天板にオーブンシートを敷き、15分~20分焼く。

※オーブンの種類によって時間が異なります。

[1人分]  
エネルギー:84kcal  
たんぱく質:12g  
カルシウム:41mg

### 子どもの食に関するちよこっとQ&A

**Q. 野菜が苦手でなかなか食べてくれません。**  
A. 保育園では、野菜をさつとゆでています。ドレッシングなどを、もみ込むようにあえると、食べやすくなります。

**Q. 野菜を簡単にメニューに取り入れたいです。**  
A. メイン料理の付け合わせがおすすめです。今回の「魚の香味焼き」のような味のしっかりしたメニューや、煮汁のあるメニューに付け合わせると、ゆでた野菜をおいしく食べられます。ぜひご家庭でも試してみてください。

## こちらもおすすめ!

### vol.35 タンドリーチキン

... おすすめポイント

- ヨーグルトで肉をもみこむことによって、とても柔らかくなります。
- 手軽にできるので、大人数にも少人数にもおすすめのメニューです。

**材料(幼児4人分)**

- 鶏もも肉(皮なし)..... 240g
- たまねぎ..... 13g
- パプリカ(赤)..... 5g
- ピーマン..... 10g
- ショウガ..... 1g
- しょうゆ..... 1g
- にんにく..... 1g
- プレーンヨーグルト..... 20g
- 塩..... 1g
- こしょう..... 少々
- カレー粉..... 1.2g

**作り方**

- 1 鶏もも肉は一口大に切る。
- 2 たまねぎ・パプリカ・ピーマンはみじん切りにする。
- 3 ショウガ・にんにくはすりおろす。
- 4 ①~③と④をすべて袋やボールに入れて混ぜ合わせる。20分くらいおいて味をなじませる。
- 5 天板にクッキングシートを敷き、④を並べて200℃で15分くらい焼く(表面に少し焼き色がつくくらいが食べ頃です)。

※オーブンによって焼き加減を調整してください。

[1人分]  
エネルギー:75kcal  
たんぱく質:11.5g  
カルシウム:12mg

### vol.36 じゃこ豆

... おすすめポイント

- あおりの白ごまがとてもよい風味を出しています。
- おやつだけでなく、おつまみにもなる一品です。

**材料(幼児4人分)**

- 大豆水煮..... 80g
- 小麦粉..... 6g
- 油..... 適量
- ちりめんじゃこ..... 8g
- 白ごま..... 3g
- あおり..... 1g
- 砂糖..... 6g
- みりん..... 3g
- しょうゆ..... 2g
- 水..... 17g

**作り方**

- 1 ①を全て合わせ、一煮立ちさせ粗熱を取ったら白ごま、あおりのを加える。
- 2 大豆水煮は水気をきってから小麦粉をまぶし揚げる。
- 3 ちりめんじゃこは蒸揚げにする。
- 4 ②と③をからめる。

※小麦粉をビニール袋に入れ、そこに大豆水煮を入れて振ると、まんべんなく小麦粉がつけられます。

[1人分]  
エネルギー:73kcal  
たんぱく質:4.7g  
カルシウム:67mg

どのレシピもおいしいぞうだ! さっそくつくってみようかな。

# みなみ 掲示板

- 申込みの**必要事項**は、(行事名・〒住所・氏名(フリガナ)・電話番号・往復はがきは返信先)を記入
- 費用が無記載の場合は無料
- 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ

**11月号に掲載のイベント実施について**  
掲載されているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。事前に各問合せ先や施設へご確認ください。

## イベント

### ▶講演会「バーベキューインストラクターの自治会長が教える!ごきげん

**なまちのみつ!**  
Brillia City横浜磯子自治会長・横浜バーベキュー協会 上級バーベキューインストラクターの田形勇輔さんが、地元で活動する楽しみなどをお話します。

- 12月10日(土)10時30分～12時
- 区役所7階およびオンライン(Zoom)
- 区内在住・在勤・在学者、100人(抽選)※抽選に漏れた人にのみ、12月5日までに連絡します。

申問 11月30日までに申込みフォーム、FAXまたは郵送(必要事項、年齢、参加方法を記入)で地域力推進担当へ

☎ 341-1239  
☎ 341-1240

寺子屋みなみ で 検索  
申込みフォーム▶



### ▶講演会 障害のある子の「親なきあと」～「親あるあいだ」の準備～

親なきあとに備えた福祉制度やお金のことなどについて、行政書士・社会保険労務士で障害者の親である渡部伸さんによる講演会です。

- 12月6日(火)13時～15時(受付開始12時30分) ●みなみん(南公会堂)
- 区民、250人(先着順)

申問 11月30日までにFAX(必要事項)を記入)または申込みフォームで障害者支援担当へ

☎ 341-1141  
☎ 341-1144

申込みフォーム▶



### ▶読書活動推進講演会「物語絵本と科学絵本～生きる力と智慧を育む～」

福音館書店「たくさんのふしぎ」編集長の石田栄吾さんが、子どもたちの力を育む豊かな絵本の世界について語ります。

- 12月18日(日)14時～16時 ●区役所1階 ●小学生以上、70人(抽選)

申問 11月25日(必着)までに申込みフォームまたは往復はがき(講演会名、申込者全員の氏名(フリガナ)、代表者住所・電話番号、講師への質問(任意)を記入※返信面に代表者の住所・氏名を記入)で南図書館 読書講演会担当(〒232-0067 弘明寺町265-1)へ

※抽選結果は12月2日以降に通知

☎ 715-7200  
☎ 715-7271

申込みフォーム▶



### ▶南区地域課題講座

#### 「地域防災の達人 養成講座」

災害が起きたときに活かされる「自助」と「共助」の重要性、災害に対する正しい理解や備えを防災の専門家から学びます。  
①「南区の災害リスクと正しい避難方法」②「過去の災害から学び、自らの備えと地域防災を考える」③「大地震をシミュレーションしよう!～地図上で自分の避難路を考える～」

- ①12月7日②12月14日③12月21日(すべて水曜日)、14時～15時30分(全3回) ●みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ

●15人(先着順)※講座を終了した人には「防災講座終了証」をお渡しします。

申問 11月11日から電話、メール、FAX(必要事項)を記入)または申込みフォームで、みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ「地域課題講座」担当へ

☎ 232-9544 ☎ 242-0897

✉ minami-kouza@yoke.or.jp

### ★南区制80周年記念みなみ桜まつり イベント参加者募集中

#### ▶絵どうろうコンテスト

●中型、和紙80cm×120cm、2枚(裏表) ●テーマ ①南区制80周年を連想させるもの(例:景色、人、未来など…南区の誕生80周年をすてきな絵柄で表現してください)②自由課題

申問 11月30日までに電話または直接、地域活動係へ(6階62番)

☎ 341-1235 ☎ 341-1240

#### ▶子ども絵どうろうを作ってまつりに参加しよう

作った絵どうろうはまつり(会場: 時田公園)に展示します。

◆参加方法  
①事前に制作キットを受取る ●11月28日(月)から地域活動係(6階62番窓口)で配布 ●小学生以下の区民、50人(先着順) ※3月25日(土)10時～15時に会場内、絵どうろうテントへお持ちください。

②当日ワークショップで制作 ●5年3月25日(土)10時～14時・26日(日)10時～12時 ※両日1時間ごと入れ替え制 ●小学生以下の区民、各5人(先着順)

申問 11月28日～5年2月10日に電話、申込みフォームまたは

直接、地域活動係へ

☎ 341-1235  
☎ 341-1240

申込みフォーム▶



#### ▶区民ステージ

音楽やダンスで盛り上げましょう!

- 5年3月26日(日)(予定) ●時田公園
- 区内在住・在学・在勤または区内で活動している団体、5団体程度(抽選) ※1団体15分以内・準備撤収

申問 12月16日(必着)までに申込みフォーム(ホームページまたは区役所6階62番)で配布)を地域活動係へ

☎ 341-1235 ☎ 341-1240

### ▶障害がある人が制作した製品の展示会

障害福祉事業所などで制作した製品などを展示します。

- 12月6日(火)～7日(水)、9時～16時
- 区役所1階
- 申 当日直接会場へ
- 問 障害者支援担当
- ☎ 341-1141 ☎ 341-1144

## 子ども・子育て

### ▶地域子育て支援拠点ははぐはぐの樹 プレママ会

出産・子育ての準備に、情報交換やお友達作りをしませんか。希望者は沐浴の練習(お湯無し)ができます。

- 12月3日(土)14時～15時15分
- 第1子妊娠中の人、4人(先着順)
- 申 11月19日9時30分から電話または直接施設へ

### おしゃべりサロン発達・療育

発達や療育、集団生活の心配ごとをアドバイザーにお話ください。お子さんは保育スタッフが見守ります。

- 12月9日(金)10時15分～11時30分 ●未就学児の保護者、4人(先着順)
- 申 11月18日9時30分から電話または直接施設へ

### 0歳児はじめましての会

はぐはぐの樹の利用初心者同士で気軽に話しましょう。スタッフが館内を丁寧案内します。

- 12月16日(金)13時30分～14時30分 ●0歳児の保護者ではぐはぐの樹の利用初心者、6人(先着順)
- 申 12月2日9時30分から電話で申込み
- 問 地域子育て支援拠点ははぐはぐの樹 交流スペース
- 〒232-0067 弘明寺町158 カルムI
- (休 ☎ ☎ 715-3728
- (休 ☎ ☎ 715-3728
- 月曜日が祝休日の翌日火曜)

申込みフォーム▶



## スポーツ・健康づくり

### ▶フォークダンスを一緒に

「一人踊り」を楽しみませんか?初めての人もどうぞ!

- 11月19日(土)13時から ●南スポーツセンター ●区内在住・在勤・在学者 ●500円(会員・前回教室参加者は無料) ※室内履きをお持ちください。
- 申 当日直接会場へ
- 問 南区体操協会・加藤
- ☎ ☎ 741-4045

### ▶レッツファジーテニス

スポンジのボールを使用してテニスを行います。

- 12月4日(日)11時～12時45分
- 永田地区センター
- 申 当日直接会場へ
- 問 南区さわやかスポーツ普及委員会
- ☎ 080-4654-5190 ☎ 841-9417

フォトダイアリー  
～南の風だより～  
区内のイベントなどの様子をご覧になれます



## お知らせ

### ▶若者(おおむね15～39歳)のための専門相談

不登校やひきこもり、人間関係の悩みなどの相談をよこはま東部ユースプラザの相談員がお受けします。

- 11月18日(金)、12月2日(金)、13時30分～16時30分(1回50分)
- 区役所2階

●おおむね15～39歳の区民※家族・支援者・地域の人の相談も可能です。

申問 事前に電話、FAX、またはメールでよこはま東部ユースプラザへ(空きがある場合は当日受付可)

☎ 642-7001 ☎ 642-7003

✉ ypt@sodateage.net

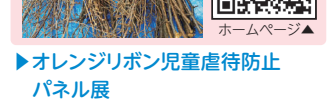
### ▶区の花「さくら」のPRに協力していただける人へ桜の枝をお譲りします

詳しくは、ホームページまたはチラシをご覧ください。

申 11月25日(必着)までにチラシに付属の申込書を郵送、FAXまたはホームページで申込み(抽選) ※チラシは、区役所・区民利用施設などで配布

問 企画調整係(6階64番窓口)

☎ 341-1232 ☎ 341-1240



### ▶オレンジリボン児童虐待防止パネル展

「子育てメッセージ」で作ったウォールアートや子どもの居場所(子ども食堂など)の紹介パネルを展示します。

- 11月15日(火)～25日(金)、9時～17時 ※15日は12時から、25日は15時まで ●区役所1階
- 申 期間中に直接会場へ
- 問 こどもの権利擁護担当
- ☎ 341-1153 ☎ 341-1145

## 施設から

### こども植物園

〒232-0066 六ツ川3-122  
741-1015 ☎ 742-7604  
☎ 第3月曜日

### ①冬の寄せ植え(ハボタン)のリース

- 11月29日(火)10時～12時
- 成人、20人(抽選) ●3,500円

### ②果樹の剪定講座【カキ】

- 12月6日(火)10時～12時
- 成人、20人(抽選) ●1,000円

### ③果樹の剪定講座【ブドウ】

- 12月15日(木)10時～12時
- 成人、20人(抽選) ●1,000円

申 ①11月15日②11月22日③12月1日(必着)までにホームページ、FAX、はがき(必要事項)を記入)または直接施設へ

**南区ボランティアセンター**  
 〒232-0024 浦舟町3-46・8階  
 ☎260-2531 ㊟251-3264  
 ㊟日曜・祝日

▶**みなみクリスマス**  
 クリスマス当日に子どもたちに笑顔を届けるボランティアスタッフを募集します。  
 ●説明会日時: 11月12日(土)10時~12時、11月19日(土)14時~16時  
 ※どちらかに参加  
 ●18歳以上で、子どもと接することが好きな人※高校生不可※説明会への参加必須  
 ㊟ 事前に電話または直接施設へ  
 ▶**学校関連ボランティア募集**  
 障害児の登下校の付き添いや学校内での支援等のボランティアとして活動していただける人を募集します。  
 ●活動日時・内容は保護者や学校からの依頼によります。  
 ㊟ 事前に電話または直接施設へ

**吉野町市民プラザ**  
 〒232-0014 吉野町5-26  
 ☎243-9261 ㊟243-9263  
 ㊟11月7日(月)

▶**吉野町音楽空間Vol.6 出演者募集**  
 5年2月23日(木・祝)に開催する、「つながり」をつくるライブイベント「吉野町音楽空間」の出演者を募集しています。初心者の人、1人でもグループでも、どんな人でも気軽に参加できます。オリジナル・コピー、ジャンル不問です。  
 ●8組(抽選) ●本番チケット1,000円を1人当たり3枚購入  
 ㊟ 11月11日~12月20日にホームページまたは直接施設へ

**南図書館**  
 〒232-0067 弘明寺町265-1  
 ☎715-7200 ㊟715-7271  
 ㊟11月21日(月)

▶**相続遺言講座**  
 相続・遺言のポイント、実例を交えながら行政書士がわかりやすく解説します。  
 ●12月7日(水)14時~15時30分  
 ●成人、20人(先着順)  
 ㊟ 11月24日9時30分から電話または直接施設へ  
 ▶**おびざにだっこのおはなし会**  
 わらべうたと絵本の読み聞かせで楽しいひとときを。  
 ●11月24日(木)11時~11時30分  
 ●0~4歳児と保護者、7組(先着順)  
 ㊟ 11月17日9時30分から電話または直接施設へ

**永田みなみ台公園  
こどもログハウス**  
 〒232-0075 永田みなみ台4  
 ☎742-1169  
 ㊟第3火曜日

▶**ガラス窓に絵を描こう**  
 ログハウスの窓にお絵描きしましょう。  
 ●11月13日(日)10時~12時 ●80人(先着順)※未就学児は保護者同伴  
 ㊟ 当日直接施設へ  
 ▶**折り紙で遊ぼう**  
 「フリ」を折ります。  
 ●11月16日(水)15時~16時  
 ●小学生以下、10人(先着順)※未就学児は保護者同伴  
 ㊟ 当日直接施設へ  
 ▶**こどもの部屋 出張「おはなし会」**  
 未就学児を対象としたおはなし会です。  
 ●11月21日(月)11時~11時30分  
 ●未就学児と保護者、10組(先着順)  
 ㊟ 当日直接施設へ

**蒔田コミュニティハウス**  
 〒232-0017 宿町3-57-1  
 ☎711-3377 ㊟711-2662  
 ㊟第3火曜日

▶**のぞいてみよう、バナナから見える世界**  
 バナナを「生産する・買う・食べる」を通じてSDGsについて考えてみましょう。おいしいバナナの試食もあります。  
 ●12月18日(日)10時~11時30分  
 ●小学5年生以上、20人(先着順)  
 ㊟ 11月11日10時から直接施設へ  
 ▶**さくらんぼひろば**  
 絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、みんなで楽しく遊べます。  
 ●11月24日(木)10時~11時30分  
 ●未就学児と保護者、10組(先着順)  
 ㊟ 当日直接施設へ  
 ▶**あかいくつ**  
 親子が集まり交流するサロン。お友達作りやイベント、楽しいおしゃべりなどの場です。  
 ●12月6日(火)10時~11時30分  
 ●0歳~未就学児と保護者 ●100円  
 ㊟ 当日直接施設へ

**移動図書館「はまかぜ号」**  
 ㊟中央図書館サービス課  
 ☎262-0050 ㊟231-8299

図書館の本を約3,000冊載せて巡回し、本の貸出し、返却、予約を行います。  
 ●11月15日(火)・29日(火)、9時50分~10時40分※荒天中止  
 ●永田みなみ台公園(永田みなみ台4)

**中村地区センター**  
 〒232-0033 中村町4-270  
 ☎251-0130 ㊟251-0133  
 ㊟第3火曜日

▶**いずみ&のこ先生のズンバゴールド**  
 初心者向けの楽しいダンスフィットネスです。シニアの人も安心して参加できます。  
 ●12月7日・21日、5年1月11日・25日、2月1日・15日(すべて水曜日)、10時~10時45分(全6回)  
 ●成人、15人(先着) ●3,000円  
 ㊟ 11月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)  
 ▶**親子で作るクリスマスキャンドルリース**  
 世界でひとつのすてきなキャンドルリースを親子で作ってみませんか。  
 ●12月10日(土)10時~12時 ●小学生以上の子どもと保護者、8組(先着順)※原則1組2人 ●2,500円/1組  
 ㊟ 11月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)  
 ▶**新年を彩るお正月飾り**  
 華やかな造花や水引を使ってお正月にぴったりの壁掛けを作りましょう。  
 ●12月24日(土)10時~12時  
 ●成人、8人(先着順) ●3,000円  
 ㊟ 11月12日9時30分から直接施設へ(電話申込みは10時から)

**清水ヶ丘公園屋内プール**  
 〒232-0007 清水ヶ丘87-2  
 ☎243-2131 ㊟243-2206  
 ㊟第1火曜日

▶**初級成人水泳教室**  
 ①火曜日クラス ②木曜日クラス  
 ●①5年1月17日・24日・31日、2月7日・14日・21日・28日 ②5年1月12日・19日・26日、2月2日・9日・16日、3月2日、①②9時30分~11時、11時5分~12時35分(全7回) ●18歳以上、各20人(抽選) ●6,300円  
 ㊟ 12月6日(必着)までに郵送(氏名・電話番号・参加希望教室)または清水ヶ丘公園屋内プール棟受付にて所定の用紙で申込み

**浦舟地域ケアプラザ**  
 〒232-0024 浦舟町3-46・1階  
 ☎261-3315 ㊟264-1238  
 ㊟第3火曜日

▶**地元の先生に聞く! やさしい成年後見講座**  
 経験豊富な司法書士が、成年後見制度をわかりやすく解説します。  
 ●11月18日(金)14時~16時 ●30人(先着順) ●南区福祉保健活動拠点  
 ㊟ 11月11日から電話で申込み

**浦舟コミュニティハウス**  
 〒232-0024 浦舟町3-46・10階  
 ☎243-2496 ㊟243-2497  
 ㊟第3火曜日

▶**名曲喫茶**  
 昔懐かしいジャズ、R&B、クラシックなど幅広いジャンルのレコードを本格的オーディオで聴きます。クリアで繊細な音を体感してください。  
 ●12月9日(金) 13時30分~15時30分 ●中村地区センター  
 ●成人、25人(先着順) ●500円  
 ㊟ 11月12日9時30分から電話か直接、浦舟コミュニティハウスまたは中村地区センター(〒232-0033 中村町4-270 ☎251-0130)へ(電話申込みは10時から)  
 ▶**おひさまひろば**  
 季節の遊びや読み聞かせなど、お友達と楽しい時間を過ごしましょう。  
 ●11月17日(木)10時~11時30分  
 ●未就学児と保護者、6組(先着順)  
 ㊟ 当日直接施設へ  
 ▶**あつまれハニービー**  
 保育ボランティアが出張して、手遊びや絵本の読み聞かせ、紙芝居をします。  
 ●11月18日(金)10時~11時30分  
 ●1歳以上の未就学児と保護者  
 ㊟ 当日直接、浦舟地域ケアプラザ(浦舟町3-46・1階)へ



**六ツ川一丁目コミュニティハウス**  
 〒232-0066 六ツ川1-267-1  
 ☎721-8801 ㊟721-8812  
 ㊟第3火曜日

▶**アロマ教室**  
 冬の乾燥に備えて、アロマみつろうルームを作ります。  
 ●12月8日(木)10時~11時30分  
 ●16人(先着順) ●500円  
 ㊟ 11月17日10時から費用を添えて直接施設へ  
 ▶**初級ナンプレ講座**  
 ナンプレで脳トレ。楽しみながら記憶力・推理力・想像力を磨きます。  
 ●12月9日(金)・16日(金)、13時30分~15時30分  
 ●10人(先着順) ●600円  
 ㊟ 11月18日10時から費用を添えて直接施設へ  
 ▶**親子であそぼう!「おはなしの会」**  
 わらべうたや絵本の読み聞かせ、手遊びなどで楽しく遊べます。  
 ●12月7日(水)10時30分~11時30分 ●未就学児と保護者、5組(先着順)  
 ㊟ 当日直接施設へ

以下は広告スペースです。「広報よこほま」に掲載されている内容とは関係ありません。

### 南センター

〒232-0006 南太田2-32-1  
☎ 741-8812 ☎ 741-8813  
休 第3月曜日

#### ▶すてきなクリスマスプレート&カップを作っちゃおう!

自分だけのクリスマスプレートやガラスのカップを作ってみませんか?今年は、レインボーキャンディル付きのカップも作れます!

●12月4日(日) 10時~12時  
●小学生~成人、16人(先着順)※小学2年生以下は保護者同伴●カップは600円、プレートは種類により600円~1000円●手拭き、はさみ、ピンセット  
申 11月11日9時から直接施設へ



#### ▶「エンジョイ!マジック」

地域密着型マジシャンコンビ「からくりキング」によるマジックショーとマジック工作教室です!



ワクワクする楽しいひとときを!  
●12月11日(日)14時~15時  
●小学3年生~成人、20人(先着順)  
●500円  
申 11月11日9時30分から直接施設へ

#### ▶こそでて広場

絵本の読み聞かせやパネルシアター、親子での手遊びなど。  
●11月18日(金)、12月2日(金)、10時30分~11時30分  
●幼児と保護者、各10組(先着順)  
申 当日直接施設へ

### 大岡地区センター

〒232-0061 大岡1-14-1  
☎ 743-2411 ☎ 743-6290  
休 第3月曜日

#### ▶半幅帯を使ったお正月飾り(迎春リース)

「アトリエQ」佐藤先生がデザインした半幅帯を使った、日本情緒豊かで華やかなお正月飾りです。

●12月17日(土) 10時~11時30分  
●成人、20人(先着順)  
●2,500円  
申 11月19日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)



#### ▶Let'sウォーキング「紅葉の旧川谷玉堂別邸(二松庵)」から旧海岸線をたどる

日本画家「旧川谷玉堂別邸(二松庵)」庭園の紅葉を鑑賞して、埋立てにより失われた旧海岸線をたどり柴漁港を通過して、5.5Kmを歩きます。

●12月9日(金)【集合】京急本線京急富岡駅:10時、【解散】シーサイドライン海の公園柴口駅:12時30分  
●成人、25人(先着順)●300円  
申 11月11日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

#### ▶大岡クリスマスクッキング

見た目もかわいいカップケーキとカラフルクッキーを作ります。完成したカップケーキとクッキーは持ち帰ります。  
●12月11日(日)10時~12時  
●中学生以下、10人(先着順)※小学3年生以下は保護者同伴●800円  
申 11月14日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

### 永田地区センター

〒232-0076 永田台45-1  
☎ 714-9751 ☎ 714-9752  
休 第3月曜日

#### ▶お正月のプリザーブドフラワーアレンジメント

すてきなお花を飾って新年を迎えませんか。10cm×10cmの四角い器にアレンジします。枯れることなく水やりの必要もありません。年内から飾って長く楽しめます。

●12月17日(土)10時~12時●10人(先着順)  
●2,800円  
申 11月11日9時30分から直接施設へ(電話申込みは13時から)



#### ▶図書スタンプラリー

~横浜市読書推進月間関連企画~  
本を借りて10ポイント貯めよう!ポイントを集めて読書通帳をもらおう!

●11月11日(金)~5年1月31日(火)  
●永田地区センターの図書カードを持っている人。図書カードは小学生以上を対象に新たに作成できます。※小学生は保護者による手続が必要  
申 期間中に直接施設へ

#### ▶写経の時間~和室開放日~

和室を解放し、写経セットを用意しています。気軽に手ぶらでお越しください。「写経のしおり」を差し上げます。

●12月4日(日)10時~15時  
●成人、10人(先着順)●300円  
申 当日直接施設へ

### 南寿荘

〒232-0006 南太田2-32-1  
☎ 741-8812 ☎ 741-8813  
休 第3月曜日

#### ▶読書啓発企画

『声を出して楽しむ作』  
講師による朗読を聴きます。また、音読も体験します。

●11月25日(金)13時30分~15時  
●60歳以上の市民、20人(先着順)  
申 11月11日10時から直接施設へ

#### ▶シニア向け スマホ講座

スマートフォン(アンドロイド)の基本的な使い方をわかりやすく学びます。  
●11月29日(火)13時30分~15時30分●60歳以上の市民、12人(先着順)  
申 11月11日10時から直接施設へ

#### ▶シニア映画会

『老後の資金がありません!』

オレオレ詐欺、住宅ローン、娘の結婚、夫のリストラ、それに姑との同居など、さまざまな金難に襲われながらも懸命に奮闘する主婦の姿を描く。(2021年 邦画)

●12月16日(金)13時30分~15時30分●60歳以上の市民、30人(抽選)  
申 11月22日9時30分に施設で抽選

### 南スポーツセンター

〒232-0061 大岡1-14-1  
☎ 743-6341 ☎ 743-6319  
休 第3月曜日

#### ▶木曜タイム参加者募集中

シンプルな動きを繰り返します。初めてエアロピクスをする人におすすめな教室です。

●11月17日・24日、12月1日・8日・15日(すべて木曜日)、11時~11時50分●16歳以上、各60人(先着順)  
●550円/1回  
申 当日10時30分から直接施設へ

### 別所コミュニティハウス

〒232-0064 別所3-4-1  
☎ 721-8050  
休 第3月曜日

#### ▶お正月生花アレンジメント

玄関やお部屋に華やかさを演出します。

●12月28日(水)13時~15時●成人、8人(先着順)  
●2,500円

申 11月16日9時30分から費用を添えて直接施設へ

#### ▶いきいきキッズ

パネルシアターを使ったお話や手遊び。  
●12月14日(水)10時~11時30分

●未就学児と保護者、14組  
申 当日直接施設へ



### 睦コミュニティハウス

〒232-0041 睦町1-25  
☎ 741-9436 ☎ 731-4853  
休 第3月曜日

▶むつみ おはなしの風(おはなし会)  
絵本の読み聞かせやパネルシアター、手遊びなど。未就学児と保護者が一緒に遊びます。

●11月11日(金)10時30分~11時30分

●未就学児と保護者、10組(先着順)  
申 当日直接施設へ

▶おやこであそぼう!むつみっこくらぶ  
簡単に出来る手作りおもちゃを作ってみんなで楽しく遊びます。

●11月30日(水)10時~11時  
●未就学児と保護者、10組(先着順)  
申 当日直接施設へ

## 福祉保健センターから

### 区役所会場のがん検診(電話予約制)

#### ●乳がん:40歳以上女性・2年度に1回(①か②の選択)

12月14日(水)午前  
●予約受付:11月11日~12月1日 13時~16時  
●40人(先着順)  
●①1,370円(視触診690円+マンモグラフィ680円)  
②680円(マンモグラフィのみ)

申 函(公財)神奈川県結核予防会 ☎ 251-2363

#### ●肺がん:40歳以上・年度内(4月~3月)1回

12月12日(月)午前  
●予約受付:11月22日~29日 8時45分~17時  
●30人(先着順) ●680円

申 函 健康づくり係 ☎ 341-1185 ☎ 341-1189

### 健康相談・講座(予約制)

#### ●生活習慣改善相談/禁煙相談 11月17日(木)午後、12月5日(月)午前

●食生活栄養・健康相談 11月17日(木)午後、12月5日(月)午前  
※1日の野菜推定摂取量が測定できます。(ベジチェック)

●歯と口の健康相談 12月5日(月)午前  
●子どもの食生活相談 12月5日(月)午後  
※電話・FAXからお申し込みください。

●各相談、講座とも区役所4階 健診会場

申 函 健康づくり係 ☎ 341-1186 ☎ 341-1189

#### ●アディクション家族教室

依存(アルコールなど)の問題で困っている家族のための教室です。  
12月6日(火)14時~16時  
●区役所4階 401号室  
※詳細はお問い合わせください。

申 函 障害者支援担当 ☎ 341-1142 ☎ 341-1144

#### ●乳幼児歯科相談(0歳児から未就学児)

11月28日(月)9時15分~11時 ●区役所4階 健診会場  
申 函 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145

### 乳幼児健康診査

●4か月児 ..... 11月15日(火)、12月6日(火)  
●1歳6か月児 ..... 11月17日(木)、12月1日(木)  
●3歳児 ..... 11月24日(木)、12月8日(木)  
●8時45分~9時45分 ●区役所4階 健診会場

※対象者には事前に通知をしています。

※健診対象の乳幼児と保護者1人での受診にご協力をお願いします。

ご都合が悪い場合は、下記問合せ先までご相談ください。母子健康手帳を忘れずにお持ちください。受付時間を過ぎると、受診できないことがあります。余裕をもってお越しください。

申 函 こども家庭係 ☎ 341-1148 ☎ 341-1145