



みなみ

11

月号
No.313

南区の情報を発信中!
フォローをお願いします!!



LINE



X (旧Twitter)

みなみ
Pick up!

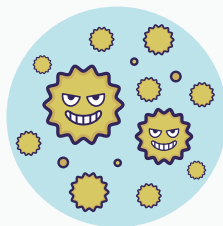
ノロウイルスにご注意ください

☎ 食品衛生係 ☎ 341-1191 ☎ 341-1189

ノロウイルスによる食中毒や感染症は、特に冬に多く発生します。手指や食品を介して、ウイルスがわずかでも口から入ってしまうと、体内で増殖し、おう吐、下痢などの症状を起こすことがあります。
予防のポイントを知って、ノロウイルスによる食中毒、感染症を予防しましょう。

ノロウイルスとは?

極めて小さい、いが栗状の球体です。主に二枚貝や、感染者の便・おう吐物に多く含まれ、感染すると人の腸管で増殖します。



発症までの日数 1~2日

主な症状 吐き気、嘔吐、激しい下痢、腹痛、発熱

調理を行う時のポイント

食材は中心部まで加熱する
中心が**85~90℃**の状態**90秒以上**の加熱



調理器具の洗浄・消毒を徹底する

調理に使用した器具(包丁、まな板、ふきんなど)は、熱湯や薬剤で消毒を行う。
まな板は、「下ごしらえ用」、「そのまま食べるもの用」、など、食材ごとにまな板の使う面を分けたり、複数枚のまな板を用意する。

手洗いのポイント

ノロウイルスによる感染症は多くの場合、ウイルスに触れた人の手を介して拡大しています。予防するには、手洗いが基本の対策です。

手洗いを行うタイミング

- ①トイレの後 ②帰宅したとき
- ③調理の前 ④食事の前
- ⑤オムツなど汚物に触れた後

汚れが残りやすいところ



消毒のポイント

器具やキッチン等の消毒は、「次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)」を使いましょう。製品の表示に従って水で希釈して使用します。(手の消毒には使用できません)

- 熱や光で分解されやすいため、原液は早め(3か月以内を目安)に使い切りましょう。
- 希釈したものは作り置きをせず、すぐに使い切りましょう。



連載 南区の思い出アルバム

Vol.6 鶴巻橋

☎ 広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241

区内のスポットを昔の写真で振り返ります。当時の景色に触れて、懐かしい出来事を思い出してみませんか?

1959(昭和34)年撮影



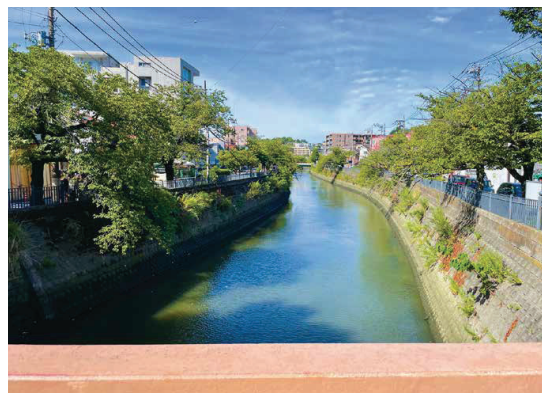
区制70周年記念誌より

写真は鶴巻橋から大岡川を望んだ風景です。当時は、土手に草が生い茂っていて、防護柵もない道でした。

鶴巻橋は、桜の名所である大岡川プロムナードの中間あたりに架かる橋です。井土ヶ谷町鶴巻の字名を採って名付けられたと言われており、「震災復興橋梁」のひとつです。

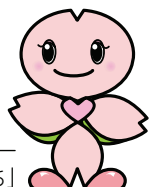
関東大震災当時は木橋が圧倒的に多く、市内でも多くの橋梁が崩壊しました。鶴巻橋も震災前は木橋でしたが、震災で焼失し、昭和3年8月に復興事業で現橋に架け替えられました。

現在



鶴巻橋から弘明寺方面に向かって撮影

今は護岸が整備されて、春先には、川沿いの桜が楽しめるよ!



南区マスコットキャラクター「みなっち」

【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・こども家庭支援課で一部業務を行っています。

南区のいま (2023年10月1日現在) 区の人口 >>> 198,934人 世帯数 >>> 107,869世帯
〈編集・発行〉南区役所広報相談係 ☎ 341-1112 ☎ 341-1241 ✉ mn-kouhou@city.yokohama.jp

広報区版を
スマホで読めます





連載

第5回

今月の「みなみのおすすメシ」

横浜市南区 おすすめメシ 検索

※掲載内容は発行当時の情報です。

☎ 企画調整係 ☎ 341-1232 ☎ 341-1240



区民の皆さんから、あったかいエピソードとともに推薦され決定した31店舗の「みなみのおすすメシ」をご紹介します。区内のすてきな飲食店にぜひ足を運んでみてください。

カレーの店 ピー



横浜橋通商店街の路地にある本場のグリーンカレーなどが人気のタイ料理店です。タイに行った気分を味わいたい人、タイの家庭の味を楽しみたい人もお気軽にお越しください。

寄せられたおすすめエピソード

- お母さんの作るどのタイフードもおいしく、屋台の雰囲気が感じられます。
- 一度行くと必ずハマる、タイ人が作る本場のタイ料理です。タイミングが良ければ猫がお出迎えしてくれるお店。



カオマンガイ 850円

住所 真金町1-3-1 電話番号 251-2644
 営業時間 11時～20時30分 アクセス 市営地下鉄ブルーライン
 定休日 不定休 阪東橋駅 徒歩5分

キッチン裕



開業して3年目の洋食屋です。チキンソテーや7種類のソースから選べるハンバーグがおすすめです。アットホームな雰囲気でもみなさんのお越しをお待ちしております。

寄せられたおすすめエピソード

- 横浜で一番おいしいお店です。自慢できる、南区を代表する名洋食店です。
- 皮がカリカリで中がふっくらしているチキンソテーがおすすめです。シェフがすてきです!



チキンソテー 1,200円

住所 通町1-2-3 HBビル1F 電話番号 712-0525
 営業時間 11時～20時 アクセス 市営地下鉄ブルーライン
 定休日 水曜日 時田駅 徒歩3分

みなみ Pick up!

～11月は児童虐待防止月間です～ これって虐待?と思ったら・・・小さなことでもご相談ください!

☎ こどもの権利擁護担当 ☎ 341-1251 ☎ 341-1145

児童虐待による痛ましい事件はあとを絶ちません。子どもたちの命・人権・未来を守るために、もしかしたら助けられたかもしれない…と後悔しないために、まずは虐待のサインに気づくことが防止の第一歩です。

子どもへの虐待ってどんなこと?

- ▶身体的虐待
 - 殴る・蹴る・つねる ● 戸外に閉め出す など
- ▶心理的虐待
 - 子どもの心を傷つける言動
 - 子どもの前で家族に暴力をふるうこと など
- ▶性的虐待
 - 子どもにわいせつな行為をすること、させること など
- ▶ネグレクト
 - 長期間不潔なままにする ● 適切な食事を与えない
 - 病気になっても病院に連れて行かない
 - 乳幼児を置いて外出する、車の中に放置する など



相談窓口

- ▶こども家庭相談 ☎ 341-1153 ☎ 341-1145
月～金曜日(祝日および12月29日～1月3日を除く) 8時45分～17時
- ▶中央児童相談所 ☎ 260-6510
月～金曜日(祝日および12月29日～1月3日を除く) 8時45分～17時
- ▶よこはま子ども虐待ホットライン ☎ 0120-805-240 (24時間365日)

LINEでも相談できます

- ▶かながわ子ども家庭110番相談LINE
月～土曜日(12月29日～1月3日を除く) 9時～21時
親子関係や家族の悩み、子育ての不安などの相談をお受けします。お子さんからの相談もお待ちしております。



▲友だち追加はこちら



オレンジリボン
児童虐待防止パネル展開催!

子育てメッセージで彩るウォールアートを展示します。ぜひお越しください。
●11月14日(火)～24日(金) ●区役所1階

連載

元気いっぱいレシピ

vol.44 魚の和風マリネ

☎ 永田保育園 ☎ 714-1371 ☎ 714-1396

今月は、南区の市立保育園(永田保育園)のおすすめのレシピをご紹介します。

*** おすすめポイント

- 大人と一緒に食べられるメニューで、取り分けに便利です。
- 魚と一緒に、野菜もたくさん食べられます。



[1人分]

エネルギー:233kcal
 たんぱく質:13.9g
 カルシウム:20mg

材料(幼児4人分)

- 魚.....60g×4切れ
- 塩・こしょう.....少々
- 小麦粉.....30g
- 玉ネギ.....80g
- ニンジン.....50g
- キュウリ.....80g
- 酢.....大さじ2
- しょうゆ.....大さじ1
- ごま油.....小さじ1/2
- 砂糖.....小さじ1と1/2
- 油.....適量

下処理

- 1 魚に塩・こしょうをする
- 2 玉ネギは薄くスライスし、ニンジン、キュウリは千切りにする
- 3 Aを合わせておく

作り方

- 1 玉ネギ、ニンジン、キュウリをさっと茹で、水気を切る。
- 2 魚に軽く小麦粉をまぶし、160～170℃の油で揚げる
- 3 揚げた魚を、1に漬け込む

※魚はアジ、カジキマグロ等、骨のない切り身の魚がおすすめです。
 ※漬け込み時間は、長過ぎると魚が崩れるので、20分程度が目安です。
 ※魚はペーパーでよく水気を取っておくと、臭みが消えて食べやすくなります。

子どもの食に関するちょこっとQ&A

Q. 焼き魚を食べてくれませんか。食べやすい魚のメニューを教えてください。

A. 魚を揚げると食べやすくなるので、今回のような「魚のマリネ」や、「魚の野菜あんかけ」なども人気です。野菜が苦手なお子さんも、魚の香ばしさでたくさん野菜が食べられます。

みなみ Pick up!

「自分は大丈夫!」その自信が危ない ～特殊詐欺に遭わないために～

☎ 地域活動係 ☎ 341-1235 ☎ 341-1240

今年の区内での特殊詐欺被害は17件、被害総額約4,400万円も発生しています(9月30日現在)。自分や家族は大丈夫と過信せず、詐欺被害を防ぎましょう。

- 1 特殊詐欺の手口は巧妙です!
「だまされるかも」という警戒意識をもちましょう。
- 2 その言葉 **要注意!!**
至急(今日まで)
お金(現金)
キャッシュカード
還付金(払い戻し)
ATM

「お金」の話が出たら、まず電話を切って、家族や知り合いに相談しましょう。

- 3 常に留守番電話設定を!
迷惑電話防止機能を使うのも効果的です。
あなたの声かけで、防げる詐欺があります
携帯電話で通話しながら、コンビニエンスストアや銀行でATMを操作している高齢者を見かけたら、詐欺被害を疑い、声かけや警察への通報をお願いします。

相談窓口 不審な電話がかかってきたら、警察に相談しましょう。
南警察署 ☎ 742-0110

みなみ Pick up!

粗大ごみは、年末で混み合う前にお早めの申込みを!

☎ 資源化推進担当 ☎ 341-1236 ☎ 341-1240

年末は申込みが集中し、電話がつながりにくくなります。早めの申込みにご協力ください。

粗大ごみとは

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



「ヨコハマ3R夢!」マスコットイーオ



粗大ごみ受付センター

- 電話(月～土曜日、8時30分～17時 12月31日～1月3日を除く)
一般加入電話 ☎ 0570-200-530
携帯電話やIP電話など ☎ 330-3953
- FAX(聴覚・言語に障害のある人専用) ☎ 550-3599
- インターネット、チャット(24時間)

横浜市 粗大ごみ 検索 申込みはこちら ▶

横浜市公式LINEからもチャットにアクセスでき、粗大ごみの申込みができます!



みなみ Pick up!

ご存じですか? 成年後見制度

☎ 高齢者支援担当 ☎ 341-1139 ☎ 341-1144 / 障害者支援担当 ☎ 341-1141 ☎ 341-1144

成年後見制度とは、認知症・知的障害・精神障害等によって、さまざまな契約や手続の際にひとりで決めることが不安な人をお手伝いする制度です。専門職(弁護士・司法書士・行政書士・社会福祉士等)や親族、市民後見人等、裁判所から任命された人が成年後見人としてサポートします。

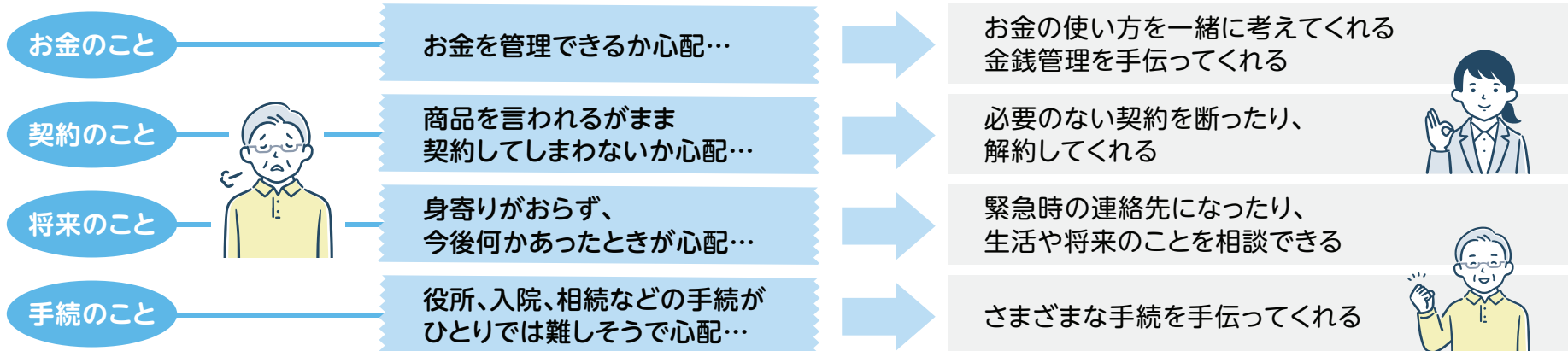


南区では、成年後見制度に関する分かりやすいリーフレットを作成しました。



制度の詳細いご案内はこちら

よこはま成年後見推進センター 検索



区役所、南区社会福祉協議会、区内地域包括支援センター、基幹相談支援センター等でご相談を受け付けています。

特集

どうする? 小学生の 放課後

最近よく聞く「小1の壁」。
未就学児の保護者の人は不安に感じることもありますよね。
でもご安心ください!区内には、
小学生が放課後に楽しく安全に過ごせる場所があります。
「放課後児童クラブ」と「放課後キッズクラブ」
それぞれの魅力を紹介します。

☎ 学校連携・子ども担当 ☎ 341-1155 ☎ 341-1145

活動・プログラムの内容は、
クラブによって異なりますので、
詳細はクラブにお問い合わせください。
また、ぜひ一度見学してみてください。



スタッフ募集中

各クラブでは、
一緒に働いてくれるスタッフを
募集しています。



▲詳しくはこちら

申込方法や入所説明会(4月入所の場合)

クラブによって申込方法や時期が異なります。詳細は各クラブにお問い合わせください。

放課後児童クラブ(学童)

12月~1月頃、各クラブで説明会を開催します。
説明会の日程は、区ウェブページに掲載します。

区内の学童・キッズ一覧
(問合せ・申込みは各クラブへ)



放課後キッズクラブ(キッズ)

- 1月~2月 新1年生向け説明会
申込書等を配布します。
- 3月 申込書の提出
- 4月 キッズクラブの利用開始

★ 放課後児童クラブ(学童)



学校の外にあり、保護者等により運営されています。アットホームな環境の学童が多いです。学童によっては、給食のない日に昼食の提供があります。また、お出かけのプログラムや異学年の交流が盛んなことも魅力です。

- 実施場所** 民家、マンションの一室など(10カ所)
- 対象** 就労等で、保護者が不在の家庭の小学生
- 開所時間** 学童によって異なります
- 利用料** 17,000円/月(市平均)
※利用料は学童によって異なります。
ウェブページ等でご確認ください。

指導員と子どもたち

放課後のうち

1年生から6年生まで、遊んだり
けんかしたりしながら、心
のこもった手作りおやつを一
緒に食べて過ごす毎日には、
家庭では得られない学びや
気づきが詰まっています。



学童保護者

親同士も仲間になる

学童は、親同士の関わり
も濃く持てる場所です。
「ママ友とか面倒くさそ
う」と思っていたけれど、
今では、精神的にも心
強い存在です。



学童保護者

ほっとくつろげる 生活の場所

落ち葉遊び!
夏には虫取りもできる
公園です。



講師を呼んでSDGs
についてのプログラム。
この学童では、学習にも
力をいれています。



「居心地のいい居場所であること」「子どもが主体的に生活すること」
を大切にしています。
自分たちで料理から皿洗ひまでする「ランチパーティ」や、予算を決め
ておやつを買いに行く「100円おやつ」などは、みんなが大好きな活動
です。子どもたちから「やりたい」と声が上がったものを、企画するよう
にしています。少人数の学童ならではのですね。



学童指導員

段ボールで
秘密基地作り



手作りおやつ
(いちごパフェ)



毎年恒例の
キャンプでの川遊び



取材協力: 南永田学童クラブ・夢学童保育・横浜ガーデンアカデミー

★ 放課後キッズクラブ(キッズ)

「遊びの場」「生活の場」として、全ての市立小学校に設置されています。
校内にあるため、移動の心配がありません。家庭や体育館で遊べるのも魅力です。

子どもと一緒に全力で
「楽しむ」事ができる
スタッフです。

- 実施場所** 全ての市立小学校(17カ所)
※日枝小キッズのみ、学校敷地内ではなく蒔田公園内
- 対象** 当該小学校に通学している小学生または当該小学校区内に
居住する私立学校等に通学する小学生
- 開所時間** 平日: 放課後~19時 / 土曜日: 8時30分~19時
学校休業日: 8時~19時
- 利用料**
 - 区分1: 16時まで 無料
(19時までの一時参加は1回800円)
 - 区分2: 17時まで 2,000円/月(7・8月: 2,500円)
19時まで 5,000円/月(7・8月: 5,500円)
- ※この他、保険料、おやつ代実費
※区分2の利用には、保護者の就労証明等が必要です。



キッズが大好きで、 毎日楽しく通っています

入学式前の春休みから
キッズに通っています。
先生たちが温かく接してくれた
おかげで、初日から楽しく
過ごすことができました。



キッズ利用者

地域のボランティアも活躍しています!

このキッズでは、地域の囲碁・
将棋グループの皆さんが、子
どもたちに囲碁や将棋を教え
ています。

元気な子どもたちと
接するのを、毎回とても
楽しみにしています。



北永田サロン 町田さん

キッズでの過ごし方

まずは、体育館や校庭で遊ぶ
ことが多いです。その後、おやつ
を食べたら、学習の時間です。
保護者から「キッズで宿題を
済ませてきて欲しい」という要
望が一番多く、学年や習熟度が
異なる子どもたちが、充実した
学習の時間を過ごせるように工
夫しています。



キッズ主任



みんなで
100マス計算に
取り組んでいます。

「季節の行事」「日本文化」
「生演奏」をキーワードに、
さまざまなプログラムを
企画しています。



二胡の演奏会



キッズ縁日
(スーパーボールすくい)

取材協力: 六つ川台小キッズクラブ・永田小キッズクラブ・北永田サロンのみなさん

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 ● のマークは、おおむね15歳以下が対象
- 区役所への郵送は「〒232-0024浦舟町2-33」、そのほかは各施設へ
- 原則として、今月11日以降のお知らせを掲載

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。



イベント

▶第43回ボイス・オブ・ユース(青少年の主張)
現代の青少年の気持ちや考えを込めた作文の朗読会を開催します。運営に小・中学生が携わり、オープニングに市立六ツ川中学校吹奏楽部の演奏、入選者の表彰式も行います。将来を担う子どもたちが今伝えたいことは何か、ぜひ聴きにきてください!
●12月3日(日)13時から(開場:12時30分) ●みなみ(南公会堂) ●500人(先着順)
申 当日直接会場へ
問 南区青少年指導員協議会事務局(区民活動推進係内)
☎341-1238 fax 341-1240

▶読書活動推進事業 「大人も子どもも楽しめるチェロと朗読『青い鳥』」
メーテルリンクの名作を長谷部 一郎さんのチェロの演奏と鷹野 梨恵子さんの朗読でお楽しみください。
●11月25日(土)13時30分～14時30分(開場:13時) ●区役所1階 ●60人(抽選)
申 問 11月15日までに申込みフォームまたははがき(必要事項、参加人数、申込者全員の年代(中学生以下は学年、未就学児は年齢を記入)で区民活動推進係へ※抽選結果は11月17日以降に通知
☎341-1238 fax 341-1240
問 南図書館
☎715-7200
fax 715-7271 申込みフォーム▶

▶講演会「障害を学ぶ・知る、それから…～障害のある人ってどんな気持ち?～」
障害のある人が日常生活で感じることの疑似体験等や重度の自閉症である東田直樹さんの話を通して、障害を知っていただく講演会です。
●12月5日(火)13時～15時30分(開場:12時30分) ●みなみ(南公会堂) ●区民、400人(先着順)
申 問 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 申込みフォーム▶

▶みなみの終活入門塾
映画『お終活』の上映や成年後見制度についてのミニ講座を行います。
●11月16日(木)13時30分～16時15分 ●みなみ(南公会堂) ●500人(先着順)
申 当日直接会場へ
問 高齢者支援担当
☎341-1139 fax 341-1144

▶第1回みなみ桜まつり 2024 参加者募集
みなみ桜まつりを一緒に盛り上げよう!
▶絵どうろうコンテスト
大きな和紙に絵を描いて、絵どうろうコンテストに参加しよう!描いた絵は中型絵どうろうにして、みなみ桜まつり会場内(時田公園)に展示します。
●区内在住・在勤・在学者
●125cm×84cm、115cm×30cm各2枚を配布※絵の具で描くことを推奨 ●提出期限:6年2月29日
申 問 11月15日～12月15日に直接、区民活動推進係(6階61番)へ
☎341-1238 fax 341-1240
▶区民ステージ出演者
●6年3月23日(土)(予定) ●区内在住・在学・在勤者または区内で活動している団体、8団体程度(抽選)※1団体15分以内・準備撤収込み
申 問 11月30日までに申込書(ウェブページまたは地域活動係(6階62番)で配布)を地域活動係へ
☎341-1235 fax 341-1240
▶模擬店・バザー出店者
●6年3月23日(土)・24日(日)、10時～15時※詳しくは募集要項(ウェブページまたは区民活動推進係(6階61番)で配布)をご確認ください。
申 問 11月30日までに出店計画書を区民活動推進係へ
☎341-1237
fax 341-1240
▲ウェブページ

▶連続講座「地域づくり大学校・寺子屋みなみ～地域活動ENJOY!トライアル～」
①地域で活動するときを知っておきたいこと②活動者から学ぶ③仲間と一緒に楽しむイベントトライアル④はじめよう!自分らしく
●①12月9日②12月23日③6年1月13日④1月27日(すべて土曜日)、10時～12時30分(全4回) ●①②④区役所7階③みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ
●区内在住・在勤・在学者で、仲間づくりや地元での活動に関心がある人、20人(抽選)※保育あり。1歳以上の未就学児5人(抽選)
申 問 11月24日(必着)までに申込みフォーム、FAXまたは郵送(必要事項、保育の有無(子どもの氏名・生年月日・性別)、参加動機、これから地元でやってみようことを記入)で地域力推進担当へ
☎341-1239
fax 341-1240
▲申込みフォーム

みなみ桜まつり 2024 検索

▶障害のある人が制作した作品の展示会
区内の障害福祉事業所などで制作した作品を展示・販売します。
●12月5日(火)10時～15時 ●区役所1階
申 当日直接会場へ 問 障害者支援担当
☎341-1141 fax 341-1144

▶子ども・子育て
▶双子・三つ子の会
双子・三つ子の保護者同士で、あるある話や情報交換をしましょう。スタッフがお子さんの見守りをお手伝いします。
●11月25日(土)13時30分～14時30分 ●乳幼児の双子・三つ子の保護者、多胎児妊娠中の人と家族
申 当日直接施設へ
▶授乳・卒乳相談
ベテラン助産師さんから具体的なアドバイスがもらえます。離乳食、トイレトレーニング、産後の体調などの相談も気軽にどうぞ。(相談時間:約15分)
●11月28日(火)13時30分～15時
●子育て中の人、4人(先着順)
申 11月14日9時30分から電話または直接施設へ
問 地域子育て支援拠点(はぐはぐの樹交流スペース 〒232-0067 弘明寺町158 カルムI 2階)
☎fax 715-3728
(休館:日・月・祝休日、月曜日が祝休日の翌日火曜)
▲はぐはぐの樹ウェブページ

お知らせ

▶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
申 11月24日までにウェブページから申込み(抽選)
問 企画調整係
☎341-1232
fax 341-1240
ウェブページ▶

▶若者(おおむね15歳～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17日(金)、12月1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 fax 642-7003
✉ypt@sodateage.net
▶令和6年南区新年賀詞交歓会
●6年1月5日(金)11時から ●南スポーツセンター ●4,000円
申 問 12月14日までに費用を添えて直接、庶務係(6階66番)へ
☎341-1223 fax 241-1151

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18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(会員は無料) ●室内履き
申 当日直接会場へ
問 南区体操協会・加藤
☎fax 741-4045
▶レッツファジーテニス
スポンジボールを使用してテニスをを行います。
●12月3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 fax 640-0024

施設から

■ 時田コミュニティハウス
〒232-0017 宿町3-57-1
☎711-3377 fax 711-2662
休 第3月曜日

▶スマートフォンを持っていないシニア向け教室
購入を検討しているシニアを対象に、基本操作などをお教えします。
●12月8日(金)14時～16時 ●16人(抽選)
申 11月14日10時～27日に直接施設へ
▶さくらんぼひろば
絵本の読み聞かせや季節の遊びなど、みんなで楽しく遊びます。
●11月23日(木・祝)10時～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

■ 別所コミュニティハウス
〒232-0064 別所3-4-1
☎fax 721-8050
休 第3月曜日

▶コミハ祭
作品展やキッズゲーム、スタッフの手作り菓子の配布など。
●11月12日(日)10時～15時
申 当日直接施設へ
▶カップケーキ作り
クリスマス仕様の楽しいケーキ。
●12月17日(日)10時～13時 ●小学生以下と保護者、6組(先着順) ●800円
申 11月16日9時30分から直接施設へ(電話申込みは11時から)

ひとりで悩まずに話してみませんか?
あなたの悩みや不安を相談できる場所が身近にあります。まずは気軽に相談してみませんか。
健康のことで悩んでいる
死にたいと思ってしまう
気持ちが落ち込む
眠れない お酒がやめられない
横浜市 こころの相談 検索 横浜市こころの健康ウェブページ

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

▶地区セン サークル発表会～永田で活動する皆様の舞台発表と作品展示～

ダンス・演奏等の舞台発表、絵画・写真等の作品展示、健康測定など。コーヒー・焼菓子・パン・惣菜の販売もあります!

●11月26日(日)10時～15時

申 当日直接施設へ

▶写経の時間～副住職法話～

弘明寺観音の副住職の法話を聞き、写経を体験します。

●12月10日(日)14時～16時30分 ●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(電話申込みは13時から)

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
休 第3火曜日

▶ログの窓に絵を描こう

ログハウスの窓にお絵描きしよう。

●11月19日(日)10時30分～12時 ●80人(先着順) ※未就学児は保護者同伴

申 当日直接施設へ

▶折り紙で遊ぼう

「トトロ」を折ります。

●11月15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

申 当日直接施設へ

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
休 第3月曜日

▶初級パソコン教室

インターネットの安心な利用法を学びます。

●12月8日(金)・15日(金)、13時30分～15時30分(全2回)

●Windows10/11のパソコンを持参できる人、16人(先着順) ●500円

申 11月13日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」

絵本「やさい」の読み聞かせや手遊びなど。

●12月6日(水)10時30分～11時30分 ●未就学児と保護者、5組(先着順)

申 当日直接施設へ

こども植物園

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

▶果樹の剪定講座【カキ】

●12月5日(火)10時～12時 ●成人、14人(抽選) ●1,000円

申 11月21日(必着)までにウェブページ、FAX、はがき(必要事項)を記入)または直接施設へ

▶こどもサイエンス講座「超スゴイぞ! しもばしら!」

●12月10日(日)13時30分～15時30分 ●小・中学生、10人(抽選)

※小学生は保護者同伴 ●1,000円

申 11月26日(必着)までにウェブページ、FAX、はがき(必要事項)を記入)または直接施設へ

南センター

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

▶素敵なクリスマスリースを作ろう

身近な素材で自分だけの雑貨屋さん風クリスマスリースを作ります。

●12月10日(日)14時～15時

●5歳以上、20人(先着順) ※小学2年生以下は保護者同伴 ●1,200円

申 11月11日9時30分から直接施設へ

▶こそだて広場

絵本の読み聞かせや手遊びなどでボランティアさんと楽しく遊びましょう。

●11月17日(金)、12月1日(金)、10時30分～11時30分 ●未就学児と保護者、各10組(先着順)

申 当日直接施設へ

吉野町市民プラザ

〒232-0014 吉野町5-26
☎243-9261 ㊟243-9263
休 11月6日(月)

▶ホールでグランドピアノ(ヤマハS4B)を弾いてみませんか

●12月14日(木)①10時～11時②11時15分～12時15分③12時30分～13時30分④13時45分～14時45分⑤15時～16時⑥16時15分～17時15分⑦17時30分～18時30分 ●先着順 ※歌唱練習などの場合、1枠で5人まで利用可 ※16歳未満は保護者同伴 ●1枠1,500円、2枠2,500円 ※1回2枠まで

申 11月11日10時から電話または直接施設へ

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

▶わらでつくるお正月飾り

稲わらでお正月飾りを作ります。わらを使ってすてきなお正月リースに仕上げます。

●12月13日(水)10時～12時 ●20人(先着順) ●300円

申 11月13日10時から費用を添えて直接施設へ

▶おやこであそぼう!むつみっこらぶ

新聞紙を使って楽しく遊べます。みんなで元気に体を動かしましょう。

●11月22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

中村地区センター

〒232-0033 中村町4-270
☎251-0130 ㊟251-0133
休 第3月曜日

▶季節の寄せ植え教室

春まで楽しめる寄せ植えで、自宅の玄関を華やかにしませんか?

●12月2日(土)10時～12時 ●5歳以上、8人(先着順) ※小学3年生以下は保護者同伴 ●3,500円

申 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)

▶簡単で美味しい!おもてなし料理教室

家庭でも簡単に作れる、パイ・テリーヌ・のり巻きなどのおもてなし料理を学びましょう。

●12月16日(土)13時～15時 ●小学生以上、12人(先着順) ※小学生は保護者同伴 ●1,500円

申 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)

移動図書館「はまかぜ号」

☎中央図書館サービス課
☎262-0050 ㊟231-8299

本を約3,000冊載せて巡回します。本の貸出し、返却、予約や図書館カードを作成できます。

●11月14日(火)・28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)



▲巡回情報

浦舟コミュニティハウス

〒232-0024 浦舟町3-46・10階
☎243-2496 ㊟243-2497
休 第3月曜日

▶新春フラワーアレンジメント

華やかな正月飾りで初春を迎えましょう。

●12月28日(木)10時30分～12時 ●成人、8人(先着順) ●2,800円

申 11月12日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶クリスマスを彩るグルーデコ・アクセサリー作り

クローバー形ネックレスまたはティアドロップ形ペンダントトップを作ります。

●12月6日(水)①10時～12時②13時30分～15時30分 ●成人、各5人(先着順) ●各2,000円

申 11月12日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

永田台コミュニティハウス

〒232-0075 永田みなみ台6-1
☎㊟721-0730
休 火・金曜日、土・日曜日を除く祝日

▶サークル活動発表会～演技・作品など日頃の活動の成果を発表します～

太鼓・民舞・ダンス等の演技発表会や絵画・絵手紙・般若心経等の作品展示を行い、お茶席(演技発表会のみ)を設けます。

●演技発表会:11月12日(日)10時～12時、展示:11月8日(水)～16日(木)、9時～20時(8日は13時から)

申 当日直接施設へ

▶おはなしの会

地域ボランティアグループ「かんがある」による、工作やおはなし、絵本、パネルシアターなど。

●11月11日(土)、12月9日(土)、14時～14時30分 ●永田台小学校市民図書室 ●小学生以下、20人(先着順) ※未就学児は保護者同伴

申 当日直接会場へ

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
休 日曜・祝日

▶調理ボランティア募集

心の病がある人を支援する施設で食事作りの補助、片付けをしてくださる人を募集します。

●活動日時:毎週月・金曜日、15時～18時 ●活動場所:南区生活支援センター

申 直接施設へ

大岡地区センター

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

▶Let'sウォーキング 晩秋の西金沢(釜利谷)里山の紅葉を訪ねる

晩秋の里山の自然を満喫しながら、整備された丘陵を金沢自然公園方面に向かう約5.5kmのコースです。

●12月12日(火)【集合】10時:京急本線金沢文庫駅、【解散】13時:「中学校前」バス停 ●成人、25人(先着順) ●300円

㊟11月14日9時から直接施設へ(電話申込みは10時から)

▶新春フラワーアレンジメント

お正月の華やかなフラワーアレンジメントを作り、新年に飾りましょう。

●12月27日(水)10時~11時30分 ●成人、16人(先着順) ●2,000円

㊟11月22日9時から直接施設へ(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月曜日

▶成人水泳初級教室

①火曜日クラス②木曜日クラス

●①6年1月16日・23日・30日、2月6日・13日・20日・27日②6年1月18日・25日、2月1日・8日・15日・22日・29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) ●各6,300円

㊟12月7日(必着)までにはがき(氏名・電話番号・参加希望教室を記入)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

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ

〒232-0024 浦舟町3-46・10階
☎232-9544 ㊟242-0897
㊟第3月曜日

▶みんなの「わっ!」フェスタ~地域にも世界にもつながる一日をみなみラウンジで!~

市民活動団体の活動紹介や街の先生体験コーナー、世界の歌や踊り、日本語学習者のスピーチ、世界の料理・お茶、特別ステージ(ウクライナの歌や踊り)など。

●11月19日(日)11時~15時30分 ●みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ、浦舟コミュニティハウス

㊟当日直接会場へ

▶椅子ヨガで心も体も元気になる

体力に自信のない人でもチャレンジできます。深い呼吸とポーズで、心も体もリラックスしましょう。

●12月14日(木)15時~16時

●15人(抽選)

㊟12月6日(必着)までに電話またはEメール(講座名・氏名(ふりがな)・電話番号・講座を知ったきっかけを記入)で施設へ

✉minami-kouza@yoke.or.jp

南スポーツセンター

〒232-0061 大岡1-14-1
☎743-6341 ㊟743-6519
㊟第3月曜日

▶太極拳クラス参加者募集中

太極拳の基本的な動きを習得して、健康な体を作っていく教室です。

●11月14日・21日・28日、12月5日・12日・19日(すべて火曜日)、13時~14時 ●16歳以上、各40人(先着順) ●各550円

㊟当日12時30分から直接施設へ

南寿荘

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



▶まだまだ80 南寿荘健康フェスタ

①体験「シニアの体操」「シニアディスコ」②西山耳鼻咽喉科医院 院長 西山 耕一郎さんによる講座「元気にゴックン!」

●①11月29日(水)13時~14時30分②12月7日(木)9時30分~11時 ●60歳以上の市民、①80人②30人(先着順)

㊟11月11日9時から直接施設へ(電話申込みは13時から)

▶シニア向け スマホ講座 楽しく使おうスマートフォン

スマホ(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24日(金)13時30分~15時30分 ●60歳以上の市民、20人(抽選) ●手持ちのスマホ

㊟11月15日9時30分に施設で抽選

六ツ川台コミュニティハウス

〒232-0066 六ツ川3-65-9
☎㊟716-5688
㊟火・金曜日、土・日曜日を除く祝日

▶つまみ細工

ちょっとしたクリスマス飾りを作ります。

●12月4日(月)13時30分~15時30分、12月7日(木)10時~12時 ●成人、各8人(先着順) ●各1,000円

●ハサミ、ピンセット、ペンチ、速乾性ボンド、手拭き用タオル、飲み物

㊟11月11日から費用を添えて直接施設へ

フォーラム南太田

〒232-0006 南太田1-7-20
☎714-5911 ㊟714-5912
㊟第3月曜日

▶シングル女性のための生活設計セミナー「老後のためのお金と制度のはなし」

70~80代を見据えたお金の話、知っておきたい福祉制度や相談先についての情報をお届けします。

●12月9日(土)10時~11時30分

●シングル女性、20人(先着順)

※保育あり、免除制度あり(満2か月以上の未就学児、開催4日前までに要予約、有料、先着順)

㊟11月11日から電話、ウェブページまたは直接施設へ

▶フォーラム南太田マルシェ 手づくり市

手作り品が並ぶ楽しいマルシェです。

●11月17日(金)10時~14時

㊟当日直接施設へ

南図書館

〒232-0067 弘明寺町265-1
☎715-7200 ㊟715-7271
㊟11月20日(月)

▶働きたいあなたのための個別相談

働くことの悩みや不安をキャリアコンサルタントに相談できます。

●12月7日(木)、9時40分~10時20分、10時30分~11時10分、11時20分~12時 ●女性、各1人(先着順)

㊟11月22日から電話、ウェブページまたは直接施設へ

▶図書修理ステップアップ講座

アジロとじや無線とじの本の修理方法、本の装備のコツもお伝えします。

●11月29日(水)14時~16時

●区内の施設や学校で本の修理に携わっている人、12人(先着順)

㊟11月15日から電話または直接施設へ

福祉保健センターから

健康相談・教室(予約制)

●生活習慣改善相談/禁煙相談

11月15日(水)午前

●歯と口の健康相談

12月4日(月)午前

●食生活栄養・健康相談

11月16日(木)午後、12月4日(月)午前

●子どもの食生活相談

12月4日(月)午後

㊟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5日(火)14時~16時 ●鶴見区役所1階 ※詳細はお問い合わせください。

㊟障害者支援担当 ☎341-1142 ㊟341-1144

●乳幼児歯科相談(0歳児~未就学児)

11月13日(月)9時15分~11時 ●区役所4階 健診会場

㊟健康づくり係 ☎341-1148 ㊟341-1145

●離乳食教室

(おおむね4~8か月児の養育者)

12月13日(水)14時~15時

●12組(先着順)

申込みフォームから
お申し込みください▶



▶各相談、教室とも区役所4階 健診会場

区役所会場のがん検診(予約制:有料)

●乳がん:40歳以上女性・2年度に1回

12月22日(金)午前 ●予約受付:11月17日~12月8日、13時~16時 ●40人(先着順)

㊟(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11日(月)午前 ●予約受付:11月21日~28日、8時45分から ●40人(先着順)

㊟健康づくり係 ☎341-1185 ㊟341-1189

乳幼児健康診査

●4か月児.....11月21日(火)、12月5日(火) ●8時45分~9時45分

●1歳6か月児...11月30日(木) ●区役所4階 健診会場

●3歳児.....11月16日(木)、12月7日(木) ※詳細は個別に郵送される通知をご確認ください。

㊟こども家庭係 ☎341-1148 ㊟341-1145