

▶ 6~12ページはなか区版です

特集1

自治会町内会

なか 3

No.305/2023年

日頃からのコミュニケーションで 助け合える関係づくり

防災

【問合せ】区役所地域活動担当 ☎224-8132 fax224-8215

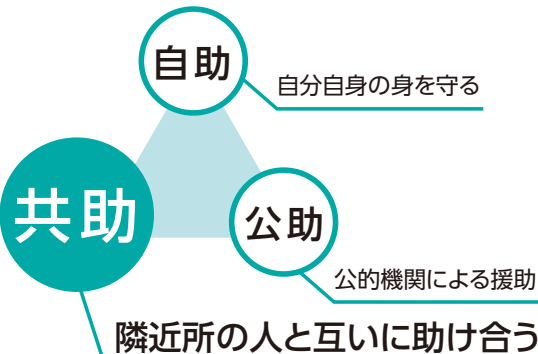
自治会町内会では日頃より、お祭りや運動会などのイベント、子育てサロン、ひとり暮らしの高齢者を対象とした食事会の開催など、地域ぐるみで幅広い活動を行っています。

その中でも今回は、特に気になる防災をテーマに、地域の活動について連合町内会長のみなさんと一緒に紹介します。

阪神・淡路大震災では、倒壊家屋の下敷きになった人の約8割が家族や隣近所の人に救出されたそうです。災害直後は、すぐに救助がきてくれるとは限りません。**いざという時に協力し合い、助け合える「共助」の関係を、日頃から築いていくことが大切です。**



神田会長(第1北部)



自治会町内会の防災活動って どんなことをやっているの？

自治会町内会では、消防署などと協力して、「救命講習」や火事を想定した「初期消火訓練」などを行っています。
また、食料、飲料水、発電機などを保管する「防災備蓄倉庫」を独自で管理している自治会町内会もあります。



▲救命講習



▲自治会町内会の防災備蓄倉庫

災害時、避難所は誰が運営するの？

避難所は、地域のみなさんの助け合いによって運営されます。円滑な避難所運営のためには、避難した人全員の協力が大切です。

地域での防災訓練の様子



▲避難所のテント設営



▲コロナ禍での受付練習



丹羽会長(本牧・根岸)

防災に関するお問い合わせは 区役所庶務係 ☎224-8112 fax224-8109

隣近所の人との普段のあいさつや何げない交流が、避難時のスムーズな安否確認や安心感につながります。



小島会長(第4南部)

地域とのつながりをつくるには どうしたらいいの？

例えば、自治会町内会が日頃に行っている地域のイベントや防災訓練などに参加すると、顔見知りが増えて、地域とつながるきっかけになります。

顔の見える関係を築くことで…



依田会長(石川打越)

災害時に限らず、子どもの見守りや防犯の場面でも、小さな変化に気づいてもらいやすくなります。



地域からのお知らせなど、さまざまな情報が届きやすくなります。



花井会長(第1中部)

自治会町内会ではこんな活動をしています

- 災害への備え
- 身近な交流の場
- 子育て支援
- 高齢者の見守り
- 町の美化
- 防犯・交通安全

⇒自治会町内会は、地域のみなさんの住みやすい環境を支えています！

自治会町内会についてのお問い合わせは 区役所地域活動担当 ☎224-8132 fax224-8215

▲中区の自治会町内会の活動について詳しくはこちら



中区役所

〒231-0021
横浜市中区日本大通35
☎224-8181(代表)

開庁時間

●平日8時45分～17時
●第2・4土曜9時～12時(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の窓口)

人口・世帯数

👤 150,971人
🏠 86,283世帯
(2023年2月1日現在)



中区区政情報

災害情報のほか、中区の旬の話題やイベント情報を発信中



編集・発行

中区役所広報相談係
☎224-8123
fax224-8214



今年が中区制96周年。「96」と中区のマスコット・スウィングーをデザインしたロゴマークです▶

特集 2 英語によるコミュニケーションをより豊かに

中区内公立中学校5校で
英語学習指導法

「横浜ラウンド制」
を実践!

「横浜ラウンド制」という英語学習指導法を知っていますか?中
区では、2016年から横浜吉田中学校がこの指導法を導入し、その
後、本牧中学校が続きまして。2022年からは中区の公立中学校5
校全校で展開し、各校で英語学習方法の工夫が行われています。

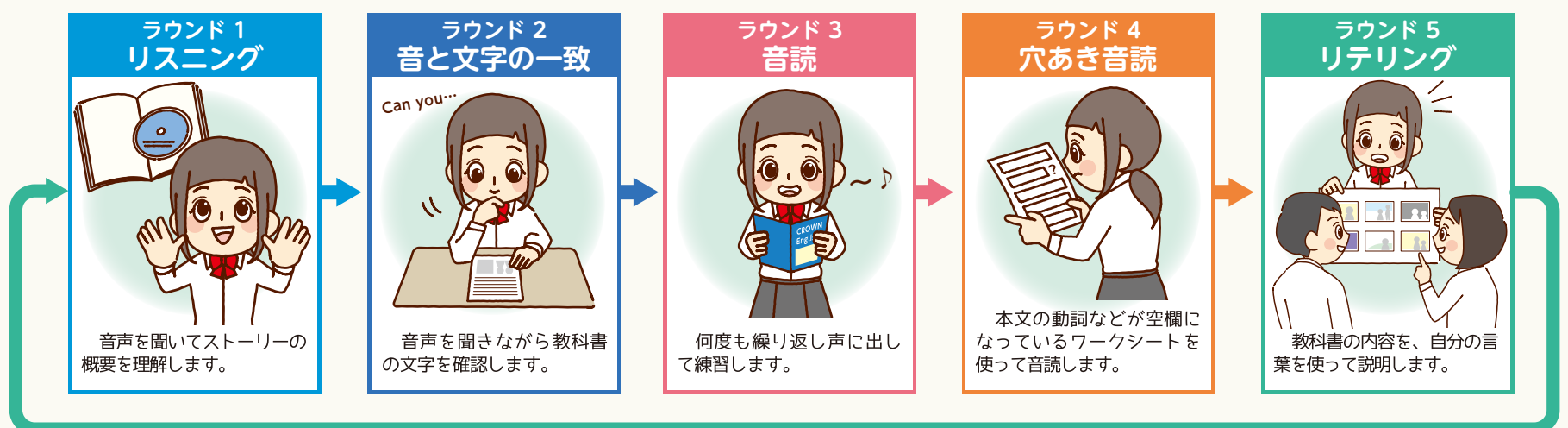
今回は、外国籍や外国につながる人が多い中区における、公立
中学校の英語学習について紹介します。

【問合せ】区役所学校連携・こども担当 ☎224-8139 fax224-8159

「横浜ラウンド制」とは… 5ラウンドシステム+αの学習指導法です。

「5ラウンドシステム」とは

市立南高等学校附属中学校で開発された指導法で、1年間の英語の授業で1冊の教科書を5回、切り口を変えて繰り返し学習します。繰り返して学ぶことで、総合的な英語力の向上を目指します。



「+α」とは

5ラウンドシステムをベースに、教師が各校の実態にあわせてラウンドの回数設定や授業デザインの工夫・改善を行います。

具体的な工夫

- 実際に英語を使用して互いの考えや気持ちを伝え合う活動の工夫
- 教師と生徒、生徒間のコミュニケーションを活性化させる工夫(ペア、グループワークなど)
- 生徒が自ら考えながら学習を進めていくことができるような指導の工夫
- 1人1台の端末を使ったICT機器の活用などの工夫 など

第4期横浜市教育振興基本計画*でも英語教育の充実として、横浜ラウンド制の活用を掲げています!

*第4期横浜市教育振興基本計画とは「横浜教育ビジョン2030」の具現化に向けて、市が今後4年間で進める施策や取り組みをまとめた計画です。

詳しくは

横浜市教育振興基本計画 検索



教育委員会事務局
教育課程推進室
櫻井 千寿 指導主事

横浜吉田中学校の +α

わかりやすさに重点を。毎時間「ペア会話活動」

授業を前半と後半に分け、前半に身近な話題について英語でやり取りするスモールトークを行い、後半で「5ラウンドシステム」に取り組んでいます。

スモールトークでは、生徒自身が英語を使って伝えたいことを自ら積極的に話せるよう、教科書で登場したトピックスや学校行事といった身近な話題など、生徒たちが興味を持てる内容を扱っています。中国やフィリピンなど、それぞれの国のお正月の話などを題材に、英語のアウトプットにとどまらず、友達の背景にある文化にも興味を持てるよう工夫をしています。



横浜吉田中学校
檜根 恵美 教諭

本牧中学校の +α

生徒たちが目的をもち主体的に取り組むために

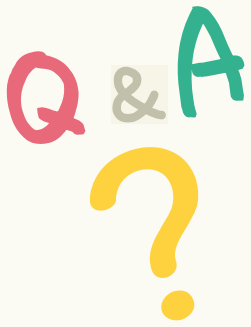
英語を用いて課題を解決する力を身に付けるために、学年ごとに「ファイナルプロジェクト」を設定し、その目標に向けて、日々の5ラウンドシステムの活動や、ラウンドで培ったスキルを活用する「ミニプロジェクト」を実施しています。

例えば、1年生のファイナルプロジェクトは、「外国の人に英語を使って自分の身の回りのことを知ってもらおう」です。この目標に向けて、ラウンド3(音読)では、授業の20分程度の帯活動(毎回、短時間で継続的に行う活動)で形容詞や動詞を使ったストーリーづくりや身近な話題を話すスモールトークなどを行い、残りの30分程度で教科書の音読練習をしています。また、ミニプロジェクトでは、英語で学校を紹介するビデオを作りました。



本牧中学校
山本 丁友 教諭

実践校のみなさんに聞いてみました

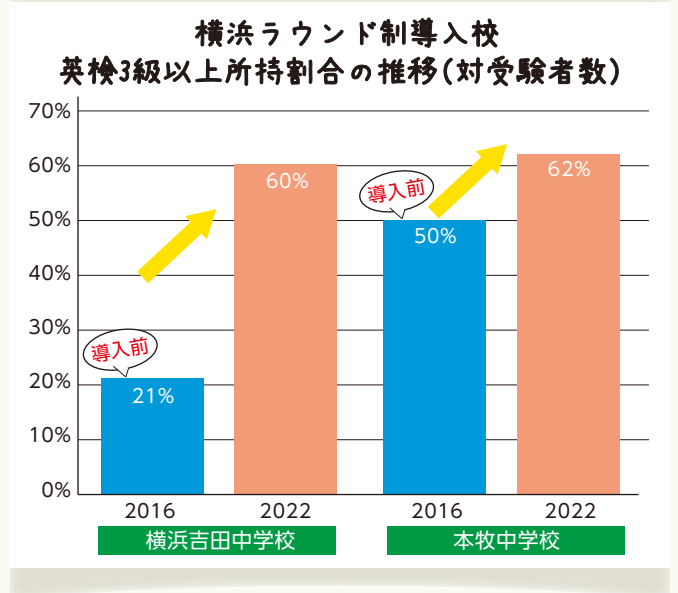


Q 文法の指導はしないの？

A しています！文法のための授業をするのではなく、教科書内の状況を表現する言葉を繰り返し学び、アウトプットの時間に自分が表現したい言葉として使うようになってきたところで、文法の整理をしています。ほかにも、いろいろな場面で文法に触れる機会を作っています。

Q 横浜ラウンド制を取り入れたことによる変化は？

A 前向きに英語に取り組む生徒が増えてきました。リスニングすればよい、音と文字を一致させればよいと、各ラウンドで求める目標が簡単で明確なので取り組みやすいからです。外国籍の英語指導助手と話すときも、生徒は全く緊張せずに話しています。文法などが多少間違っても、英語を使って人とつながろうという姿勢が見られます。



◆ 横浜吉田中学校

英語を学校の共通言語に

横浜吉田中学校は全校生徒の約半数が外国籍・外国につながる生徒であり、さらにそのうちの約半数が日本語指導を必要としています。そのため、生徒同士の友好関係の構築が学校の課題でした。そこで、英語の授業をコミュニケーションの場にしたいと考え、この指導法での授業を始めました。生徒の話す言葉の変化や授業での反応、英検の合格率などを通して、着実な成果を実感しています。



横浜吉田中学校
米盛 司 校長

◆ 本牧中学校

総合的なコミュニケーション力を育てる

本牧中学校は生徒の主体性を大事にしており、人とつながる力を養うことを本校の英語教育では目指しています。多少のトラブルはコミュニケーションで乗り越える力が必要であり、その力を中学生の時から英語教育で培ってほしい。そのためにも、英語力だけではなく、総合的なコミュニケーション力も重要です。その力を身に付けるために、横浜ラウンド制を活用したコミュニケーション力の育成に取り組み始めました。



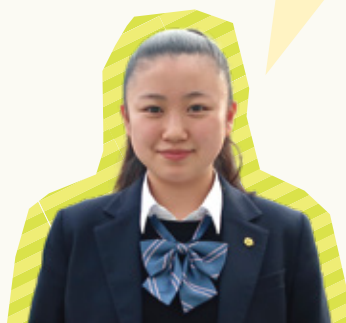
本牧中学校
高橋 秀吉 校長



▲休み時間には友達と話が弾みます

英語で発信する力を付けて、環境問題(SDGs)の解決に関わりたい!

ペアで教科書を読みあったり、会話をたくさん行ったりするので、コミュニケーション能力がかなり身に付いたと思います。外国籍や外国につながる友達との、ジェスチャーなどでの会話が英語での会話に変わり、自分の伝えたいことも少しずつ伝わるようになりました。



横浜吉田中学校 小松 璃海 さん

スピーキング力を高め、自分の世界を広げていきたい!

英語の文章や英単語の意味を理解しながら学習を進めることができているので、英語で「考える」ことができるようになったと思います。表現のバリエーションが増え、外国籍や外国につながる友達との日常会話がより盛り上がるようになりました。



本牧中学校 和佐田 晴子 さん



▲英語の授業の様子

海外で現地の人と話したことがないので、自分の英語で現地の人と話してみたいです。

本牧中学校
川西 哲平 さん

海外旅行に行って英語を活用してみたいです。ワーキングホリデーにも興味があります。

本牧中学校 渡邊 湊斗 さん

こんなことをしてみたい!

なか

情報ひろば

今月11日から翌月10日までのイベントなどを掲載しています

📍 日時・期間 💰 費用 📠 ファクス 📮 郵便番号・住所

🎵 会場 📄 申込み ✉ Eメール 📋 行事名

👤 対象・定員 🗨 問合せ 🚏 バス停 📄 氏名(ふりがな)

👶 保育 ☎ 電話 🏠 最寄り駅 🗓 年齢

※特に記載のないものは、無料・事前申し込み不要
 ※区役所あての郵便物は〒231-0021中区日本大通35 中区役所担当部署へ
 ※詳細は各担当部署へお問い合わせください

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、イベントなどが中止・延期・内容変更になる場合があります。事前に確認してください。

お知らせ

ひきこもりなどの困難を抱える若者の専門相談

📅 3月14日・28日の火曜13時30分～16時30分
 📍 区役所本館3階 📞 本人(15～39歳)・家族・支援者・地域の人3人(1人50分)
 📞 電話・Eメール(行・名・番を記入)で 📍 よこはま東部ユースプラザ ☎ 642-7001
 📧 ypt@sodateage.net

📍 横浜健康福祉クラブ(高田)
 ☎ 270-8603 fax 270-9932

ここからはじめる！中区ランニングセミナー

ランニングフォームなどを基礎から学べるランニングセミナー。講座の後、2つ(2km・5km)のコースに分かれてランニングをします。
 📅 3月25日(土)10時～12時30分 📍 横浜武道館(翁町2-9-10)及び周辺地域
 📍 中区在住・在勤・在学の18歳以上(高校生除く)50人(抽選) 💰 1,000円
 📅 3月12日(日)までにHPで 📍 中スポーツセンター
 ☎ 625-0300 fax 624-1969
 🔍 [中スポーツセンター](#) 検索

スポーツ

日ノ出川ソフトテニス教室

📅 3月12日(日)①10時～12時、②13時～16時、25日(土)・26日(日)13時～16時※9時～10時、16時～17時フリー練習あり
 📍 日ノ出川公園(万代町3-6) 📍 小学5年生以上(午後は高校生以上)※テニスシューズ・スポーツウェア着用 💰 各500円(中学生以下300円)
 📍 中区ソフトテニス協会事務局(吉門) ☎ 090-8727-0404
 📧 yoshikado080766@docomo.ne.jp
 🔍 [中区ソフトテニス協会](#) 検索

中区子供テニス教室

📅 4月9日(日)10時～12時 📍 横浜インターナショナルテニスコミュニティ(YITC)(山手町230)
 📍 4歳～小学6年生100人(先着) 📅 3月11日(土)からHPで 📍 横浜インターナショナルテニスコミュニティ(YITC)
 ☎ 681-9528 fax 681-8731
 📧 yitc@tennis.interq.or.jp
 🔍 [YITC](#) 検索



中区シニアソフトテニス教室

📅 3月16日・23日・30日、4月6日の木曜①11時～13時/初心者、②13時～17時/経験者
 📍 日ノ出川公園(万代町3-6) 📍 60歳以上※テニスシューズ・スポーツウェア着用 💰 各300円

なか区民活動センター「春フェスタ」

ガーデンネックレス横浜 YOKOHAMA 2023

📅 日時 3月25日(土)10時～16時
 📍 会場 なか区民活動センター(区役所別館1階)

春を楽しむイベントが盛りだくさんの「春フェスタ」に、ぜひお越しください！

📄 **なかく活動ガイド** 発行記念
 来場者には、中区で活動するサークルや団体を紹介する「なかく活動ガイド」のダイジェスト版を差し上げます！

📄 **【イベント内容】**
 ・サークルや団体の作品展示・パネル展示・ステージ発表
 ・ぬり絵やバッジプレゼント ・花と緑のボディースील
 ・ガーデンベア写真撮影コーナー ・エコバッグぬり絵コーナー
 ・ガーデンネックレス横浜PR ・2027国際園芸博覧会PR
 ・ガーデンベアの登場する影絵 ・来場記念カップセルトイブプレゼント

📍 区役所市民活動支援担当 ☎ 224-8137 fax 224-8215

中区の花 チューリップの写真大募集2023

この春に咲いたチューリップの花の写真で大募集します。公園や、おうちの花壇などで撮ったお気に入りの1枚を送ってください。

📅 募集期間 3月1日(水)～5月7日(日) 📄 応募方法 HP(電子申請)で
応募者には抽選で、すてきな賞品をプレゼント！

👑 チューリップ3色キャンドル

100名様

👑 特製 ガーデンピック

100名様

👑 ガーデンベアグッズ

50名様

応募写真は、中区のHPやSNS、主催するイベントなどで展示する場合があります。応募方法や注意事項などについてはHPをご覧ください。

🔍 [チューリップであふれるまち](#) 検索

📍 区役所企画調整係 ☎ 224-8127 fax 224-8214

歴史の散歩道

幕末横浜のちよつと不思議な風景

安政6(1859)年の開港後、横浜では外国人居留地の整備がすすみ、現在の山下町二帯には、各国の外国商館が建ちならぶ街並みが姿を現した。とはいえ、開港当初から西洋の建築様式をまとった洋風の建物が登場したわけではない。実際に建設に携わるのは、西洋建築など見たことのない日本人大工であり、それゆえ多くの建物は、ヴェランダや煙突など洋風の細部を備えていても、全体としては瓦屋根をもつ和風の印象が強いものであった。結果として、開港当初の居留地には和風と洋風が混在した独自の景観が生まれ、その様子は、幕末横浜の風景を撮影した外国人カメラマン、ベアトのパノラマ写真などからうかがうことができる。

そうした和洋折衷の風景のなかでも、ひととき異彩を放っていた建物のひとつが、フランス海軍病院(写真)である。海岸通りの中ほど、居留地9番地に元治元(1864)年頃に建てられた。寺院の本堂のような大きな瓦屋根をもつ建物であるが、正面に鳥居が立てられており、ちよつとした違和感を覚える。よく見ると、建物の前面にはヴェランダがまわっており、その奥には鎧戸のついたガラス窓が嵌められている。また正面の階段を上ったところがグラントフロア(1階)

階)になっている点や、建物全体が左右対称で、左右の翼部が手前に突き出ている構成も、西洋建築の手法である。

設計者はよくわかっていない。諸外国の公的な施設を建設するのは幕府の役割であったが、だからといって、西洋の門の形式を知らないのでは代わりに鳥居を立てたということは考えにくい。これはむしろ、フランス海軍の側が積極的に和風の表現を引用して仕立てた、ジャポニスムの表現と捉えたほうが自然である。和洋折衷と呼ばれる初期の居留地建築の背景には、こうした和と洋の衝突が各所で見られるのである。

(横浜開港資料館 横浜都市発展記念館 副館長 青木祐介)

▲フランス海軍病院 撮影年不詳 横浜都市発展記念館蔵

オールジャンルのダンスの祭典!

出演者募集 中区ダンスフェスティバル2023

国際色豊かなジャンルのダンスチームが交流するダンスの祭典です。出演希望者は実行委員会まで。

人数 400人(区内在住・在勤・在学、先着)
 費用 ①10人以上は1人1,500円(高校生以下800円)、②10人未満は1団体15,000円(全員高校生以下8,000円・混在する場合は要問い合わせ)
 申込 3月11日(土)～4月10日(月)に電話・FAX・Eメール(団体名・代表者名・ダンスジャンル・参加人数・〒・☎を記入)で
 ※本番は7月30日(日)①13時～/主に子ども、②18時～/主に大人
 関内ホール 大ホールで踊ろう!

関内ホール 大ホールで踊ろう!

実行委員会事務局(赤い靴記念文化事業団内)
 ☎641-3066 fax 641-1881 ✉akaikutu@cameo.plala.or.jp

子育て

親子のひろば～親子で気軽に遊びに来ませんか

地域の子育て支援者、主任児童委員が見守ります。

①3月10日(金) 10時～11時30分、②3月14日(火)13時～14時30分
 ①技能文化会館7階和室(万代町2-4-7)、②野毛地区センター(野毛町3-160-4)
 【共通】未就学児と保護者
 区役所運営企画係
 ☎224-8151 fax 224-8157

横浜子育てサポートシステム 入会説明会

子どもを預けたい人と預かれる人が地域で子育ての支え合いをしましょう。

▶のんびりんこ(住吉町1-12-1 belle横浜 3階) ③3月15日(水)14時～15時・30日(木)10時15分～11時15分
 各9人(先着)
 ▶シャーロックBABY本牧(本牧和田17-17) ④3月23日(木)10時30分～

11時30分 3人(先着)
 【共通】電話・来館で 中区支部事務局(のんびりんこ内) ☎fax 663-0676

子育て応援ボランティア説明会

保育園やのんびりんこなどでボランティアをしてみませんか。

③3月24日(金)14時～15時 ④のんびりんこ(住吉町1-12-1belle横浜 3階)
 中区在住の人5人(先着) ⑤のんびりんこ ☎fax 663-9715

のんびりんこ ☎fax 663-9715

地域子育て支援拠点(住吉町1-12-1belle横浜3階)

おしゃべりの会 ～中区ダウン症児の親子の会

⑥3月25日(土)10時30分～11時30分 未就学のダウン症児と保護者6組(先着) ⑦3月11日(土)から電話・来館で

赤ちゃんと一緒におしゃべりタイム

▶のんびりんこに来所で
 ⑧3月29日(水)14時～14時30分、

4月8日(土)10時30分～11時
 ⑨2～11か月の子と保護者8組(先着)
 ⑩各回2週間前から電話・来館で
 ▶オンラインで
 ⑪4月14日(金)10時30分～11時
 ⑫0～11か月の子と保護者5組(先着)
 ⑬3月24日(金)からHPで

●たくまっ子

ふれあい遊びと子育てミニ講座。
 ⑭4月1日(土)10時～11時 ⑮0～2歳の子と保護者8組(先着) ⑯3月18日(土)から電話・来館で

●にじいろ～発達が気になる子のおしゃべり会

⑰4月3日(月)10時～11時 ⑱1歳6か月以上の未就学児と保護者5組(先着) ⑲3月22日(水)から電話・来館で

12か月、⑳13時～14時/0～6か月
 ㉑子と保護者各4組(先着)
 ●たまごるーむ ☎
 ㉒3月11日～4月10日の祝日を除く月～金曜
 【開放、絵本貸出】9時30分～14時30分
 【育児相談】9時30分～16時

山手保育園(山手町124)

☎622-7403 fax 622-7467

●たまごるーむ ☎

㉓3月11日～4月10日の祝日を除く
 【開放、絵本貸出】火、水曜9時45分～12時
 【育児相談】月～金曜9時45分～12時

錦保育園(錦町5)

☎621-5180 fax 621-5124

●たまごるーむ ☎

㉔3月11日～4月10日の祝日を除く
 【開放、絵本貸出】火、水曜10時～12時30分
 【育児相談】月～金曜9時30分～12時



公立保育園に遊びに来ませんか

赤ちゃんサロン ☎
 育児の悩みや情報交換など、おしゃべりをしながらお友達をつくりましょう!

たまごるーむ ☎
 地域の保護者と子ども(未就学児)が家にいるようにゆったり過ごせるスペースです。

要予約は1週間前から事前電話受け付け(先着)

竹之丸保育園(竹之丸53-1)

☎641-1646 fax 641-1613

●赤ちゃんサロン ☎ 要予約

⑳3月23日(木)①10時～11時/7～

子どもと保護者の健診など

【会場】中区役所別館(区役所本館隣)2・3階
 区役所子ども家庭係 ☎224-8171 fax 224-8159

乳幼児健診 ※対象者には個別通知を送付しています	㉕4か月児:3月14日(火) 1歳6か月児:3月15日(水)・28日(火)、4月4日(火) 3歳児:3月22日(水)、4月5日(水) ※詳細は個別通知をご覧ください
要予約 乳幼児・妊産婦 歯科相談	㉖未就学児:3月28日(火)9時30分～10時30分 妊娠中の人・産後1年未満の人: 3月28日(火)10時30分～10時45分 未就学児は歯科健診、ブラッシングなどの相談も

健康づくりカレンダー 要予約

【会場】記載のないものは中区役所別館(区役所本館隣)2・3階
 【費用】金額の記載のないものは無料
 【対象】原則、市内在住。*の相談は中区在住・在勤・在学の人。結核検診は原則、中区在住の人

種類	日時	内容・会場・費用など	予約・問合せ
禁煙相談*	予約時にお知らせします	COPD(慢性的な肺の病気)チェック・禁煙についての相談、禁煙外来などの紹介	健康づくり係 ☎224-8332 fax 224-8157
健康相談*	予約時にお知らせします	保健師などによる生活習慣病についての相談	
結核検診	予約時にお知らせします	結核の早期発見のための胸部エックス線検査 ①65歳以上の人	
エイズ・梅毒の検査・相談	毎週木曜9時～9時30分 ※受け付けは9時20分まで	①市外の人でも可。匿名で受けられます。感染の疑いのある日から3か月経過してから検査を受けてください	
食生活健康相談	3月16日(木)13時30分～15時30分	栄養士による生活習慣病・その他疾病などについての個別食生活相談(1時間程度)	
子どもの食生活健康相談	3月31日(金)9時～11時	栄養士による離乳食のすすめ方、少食、好き嫌い、やせ、肥満など、幼児食から高校生までの食生活相談	
離乳食教室	3月31日(金)13時30分～15時	離乳食のすすめ方についてのお話、調理実演など ①生後7～8か月ごろ(離乳食2回目)の乳児と保護者	
㉗介護者のためのこころの相談*	3/11～4/10は実施しません	認知症の人を介護する家族を対象に、介護不安を解消するためのカウンセリング ②区役所本館5階	㉘ 高年齢者支援担当 ☎224-8167 ㉙ 障害者支援担当 ☎224-8166 【共通】fax 224-8159
㉚もの忘れ相談*	3月28日(火) ①10時～②11時～	もの忘れや認知症で困っている症状についての専門医による相談 ③区役所本館5階	
㉛専門医による精神保健相談*	予約時にお知らせします	精神疾病やこころの健康でお悩みの人、家族などへの精神科専門医による相談	

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、イベントなどが中止・延期・内容変更になる場合があります。事前に確認してください。

施設からのお知らせ

施設のMAP
情報はこちら▶



※特に記載のないものは、無料・事前申し込み不要
※詳細は各施設にお問い合わせください
※アイコン説明はP8に記載しています

今月11日から翌月10日
までのイベントなどを掲載

野毛地区センター

野毛町3-160-4(桜木町駅)
☎241-4535 ☎241-4889
休 第2月曜(祝は翌日)

◆野毛ギャラリー

～野毛地区センター 壁面展示

春紅会(俳句) 3月1日(水)～31日(金)
※展示初日・最終日の展示時間は電話確認を

◆うさぎ!!ぴょんぴょん組!!

音楽に合わせて、楽しくカラダを動かしましょう!
3月17日(金)10時～11時
未就園児と保護者15組(先着)
3月11日(土)から電話で

◆パパママいっしょに～親子でパンづくり

出来上がったパンはお持ち帰り。
3月18日(土)10時～12時
3歳～小学3年生の子と保護者6組(先着)
¥1,200円 3月11日(土)から電話で

◆野毛大道芸のおはなし～あんなこと、こんなこと、そしてこれから…

3月26日(日)13時～14時30分
15人(先着) 3月11日(土)から電話で

◆エンディングノートのすすめ ～私らしく生きるために

自分の意思を大切にしてもらうため
エンディングノートに書き記しませんか?
3月27日(月)12時30分～14時30分
15人(先着) 3月11日(土)から電話で

本牧地区センター

本牧原16-1(本牧原)
☎622-4501 ☎622-4828
休 3/20(月)

◆こぐまの部屋

絵本の読み聞かせ・わらべ歌や手遊びなど。
3月15日(水)11時～11時30分
未就学児と保護者6組(先着)

◆ヴォイストレーニング

3月16日(木)・24日(金)、4月14日(金)
10時～10時45分
各20人(先着) ¥各500円 3月11日(土)から電話・来館で

◆本牧日曜坐禅会

姿勢と呼吸を意識して瞑想。
3月19日(日)9時10分～10時
10人(先着) ¥500円 3月11日(土)から電話・来館で

◆糸かけ「さくら」 ～糸と釘が織りなすアート

3月21日(祝・火)9時30分～11時30分
12人(先着) ¥1,000円 3月11日(土)から電話・来館で

◆体験マジック&マジックショー ～君もマジシャン春休み編

4月2日(日)13時～14時30分
10人(小学3年生以下は保護者同伴・先着) ¥800円(手品グッズ付き)
3月11日(土)から電話・来館で

竹之丸地区センター

竹之丸133-3(山手駅)
☎651-5575 ☎651-5576
休 第3木曜(祝は翌日)

◆寺村容子トリオ スプリングジャズコンサート

迫力ある音色で春の訪れを感じるジャズコンサート。
3月21日(祝・火)13時30分～14時30分
30人(先着) 3月11日(土)から電話・来館で

◆食品サンプルを作ってみよう!!

3月22日(水)14時～15時
8人(先着) ¥2,000円 3月11日(土)から電話・来館で

◆すくすく子育て応援クラブ

絵本や紙芝居の読み聞かせや手遊びなど。
3月23日(木)10時～12時
未就学児と保護者

◆レモンの香るお菓子ウィークエンドを作りましょう!!

3月24日(金)9時45分～12時40分
9人(先着) ¥2,000円 3月11日(土)から電話・来館で

◆マリンバリトミック&キテミテコンサート

プロのマリンバ奏者による音楽教育。

3月28日(火)①10時～10時45分、
②11時15分～12時
未就園児と保護者各6組(先着) ¥各700円/組
※子ども2人参加は1,000円 3月11日(土)から電話・来館で

◆スプリングジャズコンサート

優しい音色で春の訪れを感じるジャズコンサート。
4月16日(日)13時30分～14時30分
30人(先着)
3月11日(土)から電話・来館で

中本牧コミュニティハウス

本牧町2-351(小港・本牧2丁目)
☎623-8483 ☎622-5517
休 第4月曜(祝は翌日)

◆わいわいパネルシアター・「たまたまばこ」とあそぼう

パネルを使ったお話や季節の歌や手遊び。
3月20日(月)11時30分～12時
30人(先着)

◆みんなあつまれ!おはなし会

「おはなし会もみの木」の絵本や紙芝居の読み聞かせ。
3月22日(水)14時～14時30分
30人(先着)

◆チャレンジダンス&チャレンジHIPHOP

4月1日(土)①13時15分～14時15分/未就学児、②14時30分～15時30分/小学1～3年生、③15時45分～16時45分/小学4年生以上
各15人(先着) ¥各700円 3月11日(土)から電話・来館で

◆不調回復・スッキリヨガ(全4回)

4月4日、5月2日、6月6日、7月4日の火曜13時30分～14時30分
15人(先着) ¥2,000円 3月11日(土)から電話・来館で

◆アコーディオンにあわせてみんなであうたいましょ!

4月7日(金)14時～15時30分
50人(先着) ¥300円 3月11日(土)から電話・来館で

大鳥中学校コミュニティハウス

本牧原22-1(本牧原)
☎624-1651
休 毎週火曜・木曜

◆季節のしつらえシリーズ ～春のデコフレームケース

春の花で飾るミニティッシュケース作り。

3月18日(土)13時30分～14時30分
8人(先着) ¥600円
3月11日(土)から電話・来館で

◆おはなしの時間

絵本やお話を楽しみましょう。
3月22日(水)15時30分～16時
15人(先着)

◆なかく街の先生オープン講座「初めての切り絵講座」

型紙を使い、春をイメージしたカラフルな切り絵を作ります。
3月26日(日)13時30分～15時30分
10人(先着) ¥500円
3月11日(土)から電話・来館で

◆はじめの一步の英会話 ～初心者向け(全6回)

Helloからはじめよう!やさしい英会話。
4月12日・26日、5月10日・24日、6月14日・28日の水曜10時～11時15分
8人(先着) ¥1,200円
3月11日(土)から電話・来館で

本牧中学校コミュニティハウス

本牧和田32-1(二の谷)
☎☎623-6699
休 毎週火曜・木曜

◆「本牧の歴史」入門講座 ～生糸売込商 原善三郎

3月20日(月)10時～12時・24日(金)14時～16時※2回とも同じ内容
各30人(先着) ¥各200円
3月11日(土)から電話・FAX(行・図・☎を記入)・来館で

仲尾台中学校コミュニティハウス

仲尾台23(山手駅)
☎☎623-6787
休 毎週水曜・金曜

◆おもちゃの病院

～壊れたおもちゃを修理します
3月26日(日)①10時～12時、②13時～15時
各8組(1家族2点まで・先着) ¥電池・特殊部品のみ実費
3月11日(土)から電話・来館で



中図書館

本牧原16-1(本牧原)
☎621-6621 fax621-6444
休3/20(月)

◆おひざにだっこのおはなし会
わらべうたや絵本を楽しみましょう。
🕒3月14日・28日の火曜11時～11時30分※2回とも同じ内容です。
👤0～2歳の子と保護者7組(先着)

◆すいようびのおはなし会
絵本の読み聞かせや手遊びなど。
🕒3月15日、4月5日の水曜15時30分～
👤3歳～小学生各7組(先着)※家族単位。子どもだけでも可

◆こたりの会のおはなし・おはなし
昔話などのおはなしを聞いて楽しむストーリーテリングの会。🕒3月18日(土)15時～ 👤5歳～小学生7組

(先着)※家族単位。子どもだけでも可

◆めぐみ座のおはなし会
絵本の読み聞かせやストーリーテリングなど。🕒4月1日(土)15時～
👤3歳～小学生7組(先着)※家族単位。子どもだけでも可

麦田清風荘

麦田町1-26-1(麦田町)
☎664-2301 fax664-2302
休第1月曜(祝は翌日)

◆介護予防事業「音楽健康体操&ストレッチ」～音楽に合わせて楽しく脳と身体を活性化しましょう!
(全12回)

🕒4月8日・22日、5月13日・27日、6月10日・24日、7月8日・22日、8月12日・26日、9月9日・23日の土曜9時40分～11時10分 👤市内在住60歳

以上20人(先着) 申3月11日(土)から同館利用証か健康保険証など住所生年月日のわかるものを本人が持参し来館で。

◆歌声サロン～清風荘の歌声サロンが再開しました!

🕒4月16日、5月21日、6月18日、7月16日、9月17日、10月15日、11月19日の日曜10時～11時30分 👤市内在住60歳以上各20人(先着)

男女共同参画センター横浜南(フォーラム南太田)

南区南太田1-7-20(南太田駅)
☎714-5911 fax714-5912
休第3月曜

◆ママの骨盤セルフストレッチ(全6回)

🕒4月11日・25日、5月16日・30日、6月13日・27日の火曜10時30分～

11時30分 👤産後2か月からの女性18人(先着) ☑あり(満2か月以上の未就学児・有料・要予約 ☎714-2665) ※免除制度あり(要問合せ)

👤4,200円(市外の人4,620円)
申3月14日(火)から電話・HP・来館で

善意銀行

(12月1日～12月28日受け付け分)(敬称略)
手芸ボランティアグループひばり会
株式会社クラステイタス
株式会社江戸清
中区老人クラブ連合会
佐賀県物産市推進委員会
関内もちつき大会実行委員会
オレンジセオリーフィットネス関内
匿名 1件
あたたかいご寄付をありがとうございました。

☎ 中区社会福祉協議会
☎681-6664 fax641-6078

今月のポレポレグッズ

中区障害者地域作業所等製品

3月17日(金)11時～13時30分
区役所別館1階エントランスホール

☎ 区役所障害者支援担当
☎224-8165 fax224-8159

ギッフェリ、風のバードが販売します



▲ギッフェリのパン

移動図書館「はまかせ号」がやって来ます!

図書館の本を約3,000冊載せて巡回し、本の貸し出し、返却、予約を行います。

🕒3月15日・29日の水曜15時～16時 ※荒天中止

📍馬の博物館(根岸台1-3
(根岸森林公園に隣接))

☎ 中央図書館サービス課
☎262-0050 fax231-8299



飼い犬の登録と狂犬病予防注射について

生後91日以上の飼い犬が対象です



登録は犬の生涯1回! 狂犬病予防注射は毎年1回!

交付された犬鑑札と
狂犬病予防注射済票は
必ず犬につけましょう



犬の登録

犬を飼い始めて30日以内(子犬の場合は、生後90日を過ぎてから30日以内)に登録を行い、犬の登録を証明する「犬鑑札」の交付を受けてください(登録手数料:3,000円)。登録は生涯有効です。

※生後91日以上でマイクロチップ装着済みの犬は、既に横浜市以外の自治体に登録されている可能性がありますので、登録の有無や手続きについて、事前に市動物愛護センター(☎471-2111)までお問い合わせください。

登録の手続きができる場所

- (1) 区役所環境衛生係の窓口
- (2) 横浜市の委託を受けた動物病院(市動物愛護センターのホームページに一覧が掲載されています。)

狂犬病予防注射

年1回、飼い犬に狂犬病予防注射を受けさせ、「狂犬病予防注射済票」の交付を受けてください(交付手数料:550円)。

登録されている犬の飼い主には、毎年3月に「狂犬病予防注射のお知らせ」(封書)を郵送します。注射を受ける際は、封書に入っている「狂犬病予防注射済票交付申請書」(三連の用紙)を切り離さずにお持ちください。

狂犬病予防注射済票の交付を受けられる場所

- (1) 区役所環境衛生係の窓口: 動物病院で注射を受け、発行してもらった注射済票の証明書を窓口にお持ちください。
- (2) 横浜市の委託を受けた動物病院(市動物愛護センターのホームページに一覧が掲載されています): 注射と同時に交付が受けられます。
※横浜市に登録済みの犬に限ります。
※注射料金は動物病院ごとに異なります。
- (3) 出張会場: 横浜市が例年4月に設ける会場で、注射と同時に交付が受けられます。具体的な場所・日時は「狂犬病予防注射のお知らせ」(封書)をご確認ください。
※未登録の犬がいる場合は、事前に区役所で登録の手続きをしてください。

市外から犬を連れて転入してきたときは

転入前の自治体で交付された犬鑑札を持って区役所環境衛生係で住所変更の手続きをしてください。マイクロチップ装着済みの犬は、環境省の「犬と猫のマイクロチップ情報登録」で発行された登録証明書をお持ちください。
※犬鑑札を紛失している場合は再交付手数料1,600円がかかります。

☎ 区役所環境衛生係(区役所別館4階412番窓口) ☎224-8339 fax681-9323

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、イベントなどが中止・延期・内容変更になる場合があります。事前に確認してください。

4月9日(日)は統一地方選挙(市会・県会・県知事)が行われます 投票時間:7時~20時

「投票のご案内」をお持ちください

「投票のご案内」を世帯ごとに、ひとつの封筒に同封して郵送しますので、ご自分の「投票のご案内」をお持ちください。窓口での受け付けが早くなります。

選挙公報は、ホームページからも閲覧できます。

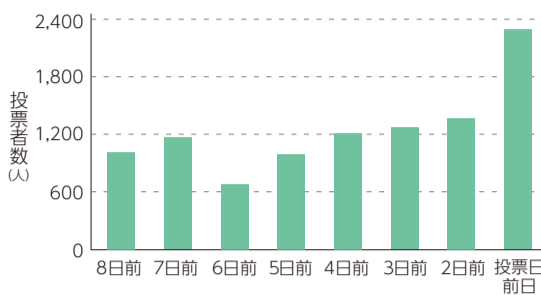
期日前投票

投票日当日、用事で投票に行けない場合や新型コロナウイルス感染症対策を理由として期日前投票ができます。「投票のご案内」が届いていましたら、ご自分の「投票のご案内」をお持ちください。

また、「投票のご案内」裏面の「請求書兼宣誓書」(期日前投票の際に必要な)をご記入の上、お持ちいただきますとスムーズに受け付けができます。(「請求書兼宣誓書」は期日前投票所にも用意しています) 区役所と本牧地区センターの2か所期日前投票ができます。時間が異なりますのでご注意ください。

期日前投票所	投票期間(土日を含む)	交通	投票時間
中区役所 6階602会議室 (日本大通35)	市会・県会・県知事 4月1日(土)~ 4月8日(土) ※県知事選挙は 3月24日(金)から 投票できます。	【JR/市営地下鉄】 関内駅から徒歩7分 【みなどみらい線】 日本大通り駅から徒歩5分 【市営バス】 「薩摩町中区役所前」 停留所より徒歩1分	8時30分 ~ 20時
本牧地区 センター2階 (本牧原16-1)	市会・県会・県知事 4月1日(土)~ 4月8日(土)	【市営バス】 「本牧原」停留所より 徒歩2分	9時30分 ~ 20時

分散投票にご協力をお願いします!



投票日が近くなるにつれて、投票者数が増える傾向にあります。

特に投票日前日の土曜日は、期日前投票所が大変混雑しますので、分散投票にご協力をお願いします。

◀平成31年4月7日執行
統一地方選挙(市会)
期日前投票者数(日別)

不在者投票

一定の要件にあてはまる人は出張先・旅行先、入院先(指定された施設)などで不在者投票ができます。また、身体に重度の障害のある人や要介護5の人で「郵便等投票証明書」をお持ちの方は、郵便による不在者投票ができます。詳しくは、区選挙管理委員会にお問い合わせください。

当日投票所が変わります

吉浜町公園内仮設投票所⇒**神奈川県立かながわ労働プラザ(ギャラリー)**
扇町、寿町、松影町、吉浜町にお住まいの人
横浜学園附属元町幼稚園⇒**アメリカ山ガーデンアカデミー**
元町、石川町1丁目及び2丁目にお住まいの人

☎中区選挙管理委員会 ☎224-8116 ☎224-8109

No.06



中区地域福祉保健計画「中なかいいネ!」シンポジウムを開催します!

「中なかいいネ!」は、誰もが住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らしていけるようなまちづくりを目指して、中区に住む人・働く人全ての人協力して進める計画です。

中なかいいネ! 推進会議委員長である川上富雄さん(駒澤大学文学部社会学科教授)が、つながる大切さについてお話しします。地域活動の実際を聞き、こ

れからの地域のことを一緒に考えてみませんか?

📅3月23日(木) 14時~15時30分 📍横浜情報文化センター
(日本大通11) 6階ホール 📎120人(先着)

📍区役所事業企画担当 ☎224-8330 ☎224-8157

✉na-iineplan@city.yokohama.jp



▲横浜地域福祉保健計画キャラクター
ちぶくちゃん

多文化共生コラム

ちょこっと、おてつだい ⑤

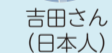
中区では国籍やルーツによらず、一人ひとりが自分らしく暮らせるまちづくりを推進しています。生活習慣や文化の違いでとまどっている人がいたら、耳を傾け、できることから「ちょこっと、おてつだい」してみませんか?

ペットの災害対策編

災害時に飼い主が備えることはもちろんですが、ペットの同行避難については地域の人の理解も必要となります。



スウェーデンでは、バスや電車に乗る際、ペットの犬をケージに入れなくても乗れるそうですね。



はい。飼い主の多くは犬のトレーニング教室に通い、しつけ方を学びます。犬がマナーを分かっている、周囲の理解もあるので、一緒に乗っても大丈夫なんです。



アンナさん
(スウェーデン出身)



しつけは災害時でもとても役に立つでしょうね。



近所の山下さん
(お世話好き)

日本の災害にはどう備えたらいいのでしょうか?



横浜市の避難所では、ペットをケージに入れることが原則です。災害時のペット対策のガイドラインや、飼い主向けの外国語版チラシが公開されていますので、参考にしてみてください。



そうですね。ありがとうございます。



そういえばうちの地域で、ペットとの同行避難を希望する声があるのだけど、受け入れの取り決めなどどうすればいいのでしょうか?



既に取り決めをしている地域がいくつかあるから、参考になるかもしれないですね。区の福祉保健センターでも相談に乗ってもらえますよ。



それは助かりますね。



ペットを飼っている人もそうでない人も、みんなが安心して避難できると嬉しいです。

詳しくは

災害時のペット対策
(動物愛護センター)



地域防災拠点における
災害時のペット対策
(区役所環境衛生係)



☎区役所企画調整係 ☎224-8127 ☎224-8214



しあわせの食育レシピ No.58



★毎月19日は「食育の日」★
大津さん 熊王さん 渡辺さん

豚肉と季節の野菜の蒸し物

中区ヘルスマイトから健康レシピを紹介 /

クッキングシートとフライパンを使ったレシピのご紹介!
蒸し器がなくても簡単にできます。



〈材料〉2人分

- 豚肉(ロース薄切り) …6枚(120g)
- キャベツ ……………2枚
- タマネギ ……………1/4個
- 赤パプリカ ……………1/4個
- ブロッコリー ……………2房
- カボチャ ……………30g
- シメジ ……………1/3袋

- クッキングシート(25×40cm) …2枚
- 水 ……………200ml

〈バター風味のみそソース〉

- みそ ……………小さじ1
- しょうゆ ……………小さじ1/2
- みりん ……………小さじ1/2
- 砂糖 ……………小さじ1/2
- バター ……………2g
- 水 ……………小さじ2

(1人分)

- エネルギー ……………225kcal
- 塩分 ……………0.6g
- 副菜(野菜、海藻など) ……150g※
- ※1日の必要量の約2/5

〈作り方〉

- ① キャベツは一口大に切る。タマネギは薄切り、シメジは石づきを取り小房に分ける。
- ② 赤パプリカ・カボチャは4切れに切り、ブロッコリーは小房に分け、豚肉は半分切る。
- ③ クッキングシート2枚を広げ、それぞれ1人分の下ごしらえをした①②を並べ、上を閉じて包み両端をねじる。
- ④ フライパンに③を並べ、分量の水を入れふたをして10分間蒸し焼きにする。
- ⑤ Aのみそソースの材料を耐熱容器に入れて電子レンジ(500W・600W)で30秒~1分温め、蒸しあがった④にかける。

ポイント

- クッキングシートの代わりにアルミホイルを使ってもできます。
- ポン酢に柚子こしょうを添えたり、ゴマだれをかけてもおいしいですよ。

☎区役所健康づくり係 ☎224-8332 ☎224-8157