



西区の情報がたくさん!

西区のマスコットキャラクター「にしまろちゃん」

西区役所 TEL.320-8484 (代表電話)

〒220-0051 西区中央一丁目5番10号 西区ホームページ 横浜市西区役所 Q で 検索

受付時間 | 8時45分~17時 月~金曜日(祝日、休日、12月29日~1月3日を除く)

6月の区役所 | 11・25日 開庁時間:9時~12時 戸籍課・保険年金課・こども家庭  
土曜開庁日 | 支援課の一部の業務を行っています。詳細はお問い合わせください。

にし

A PR BROCHURE OF NISHI WARD YOKOHAMA

6 No.224



ABOUT PHOTO

西区のまち歩きアプリ「NISHIMARO DIARY」を開発 情報科学専門学校の皆さん

区内を楽しく巡るユニークな仕掛けを詰め込みました。ぜひアプリを使ってひと味違うまち歩きを楽しんでください。

# 西区の今年度の取組をご紹介します

## 特集 平成28年度 西区運営方針

### 西区を楽しむまち歩きアプリ配布中!

西区の魅力を発信するツールとして、区では学校法人岩崎学園情報科学専門学校の学生と連携して、区内の観光スポットを巡るオリジナルまち歩きアプリの開発を進めてきました。5月からAndroid(アンドロイド) 端末用まち歩きアプリの配布を開始。学生のアイデアが詰まったアプリをダウンロードして、ゲーム感覚で新しいまち歩きを体験してください!

(写真: 前列左から本間知生さん、山崎輝人さん 後列左から勝治憲一さん、小野竜聖さん、志村綺仁さん)



西区オリジナルまち歩きアプリ

# NISHIMARO DIARY

にしまろダイアリー



にしまろちゃんの日記を 見つけてね!

### 西区の中に隠れている、にしまろちゃんの「秘密の日記」を見つけよう!

マップに表示される観光スポットを訪れると、西区のマスコットキャラクター「にしまろちゃん」がそのスポットで書いた「秘密の日記」をゲット! 観光スポットを巡って、にしまろちゃんの日記を集めよう!

#### STEP 1 >>> 西区を歩くと...

「探索する」ボタンを押すと、観光スポットをピンで表示したマップを見ることができます。どんなスポットがあるのか調べてみよう!



#### STEP 2 >>> 日記&アイテムを発見!

各スポットで「日記を読む」ボタンを押すと、にしまろちゃんの日記が読めます。その場所にちなんだアイテムが見つかることも!



#### STEP 3 >>> ランキングで競い合おう!

日記やアイテムを集めるとポイントが付き、ランキングが楽しめます。



詳細は [西区 まち歩きアプリ](#) で 検索

問合せ まちづくり調整担当 ☎ 320-8329 fax 322-9847

ダウンロード方法 ●右のQRコードからアクセス ●GooglePlayストアから「にしまろ」で検索

※対応OS: バージョン4.1以上。 ※全ての機種の動作を保証するものではありません。 ※iPhone版は今後リリース予定です。 ※歩きながらのスマートフォン使用は危険です。



西区運営方針の施策・主な取組は6・7ページへ  
基本目標: つながりを大切に 誰もがにこやかしあわせなまち 西区へ

特集 平成28年度 西区運営方針

基本目標

つながりを大切に 誰もが  
にこやかしあわせなまち 西区へ



西区では住み慣れた地域で誰もが安心して生活を送れるよう、5つの施策に基づいたさまざまな取組を進めています。

平成28年度は、第3期「にこまちプラン<sup>\*</sup>」(計画期間：平成28～32年度)のスタートの年です。地域の皆さまと区役所の連携・協力を強め、地域主体の取組や課題解決の場づくりへの支援などを通じて、更により良いまちづくりを進めます。

<sup>\*</sup>「にこやか しあわせ 暮らしのまちプラン」(西区地域福祉保健計画)の愛称

「顔の見える関係づくり」を基本として、地域で活動する人を応援するとともに、地域主体の活動や地域の課題解決の場づくりを支援します。

# 1 地域のつながりづくり

全課

## 地域の皆さまと連携しながら、地域の課題解決に取り組めます

- ① 地域のつどいや地区懇談会などを通じて、地域の課題解決に向けた自主的な取組を進められるよう、区役所の地区支援チームが支援します。
- ② 第3期「にこまちプラン」を地域の皆さまと一緒に進めていきます。

区政推進課

地域振興課

福祉保健課

## 地域活動を支援し、地域で活躍する人を応援します

- ① にしく市民活動支援センターと協働して「西区地域づくり大学校」や生涯学習講座を開催し、地域活動の担い手となる人材育成を進めます。
- ② 「にこまちフォーラム」の開催を通じて、地域の取組を共有します。



区政推進課  
地域力推進担当係長  
松永 勉

福祉保健課  
中村 仁美

区政推進課  
関口 里沙

# 2 安全・安心なまちづくり

各種訓練や防災の担い手育成などにより、地域における防災・減災の取組を支援します。



地域防災  
拠点訓練

総務課 吉澤 健太

総務課

福祉保健課

区政推進課

## 地域防災機能を強化するとともに、減災に向けた地域の取組を支援します

- ① 「西区防災計画」に基づき、地域防災拠点訓練などを行います(9月、1月または3月)。
- ② 実践的な訓練などを通じて、西区の災害医療体制の整備を進めます。
- ③ 東久保町及び西戸部町地区における「防災まちづくり計画」の取組を支援します。

生活衛生課

福祉保健課

## 健康危機管理に取り組めます

感染症・食中毒の発生を防ぐため、正しい知識を広め、情報提供を行います。

西土木事務所

## 道路・下水道・公園を適切に維持管理します

計画的に維持管理・点検・修繕し、災害時などの緊急事態に迅速に対応します。

# 3 魅力発信・にぎわいのあるまちづくり

区政推進課

## 地域資源を活用し、まちの回遊性を高めます

- ① 散策ルート「温故知新のみち」を旧東海道周辺に広げ、案内サインの製作・設置を進めます。
- ② まち歩きアプリや既存の案内サインなどを活用したイベントを行います。

地域振興課

## 地域の魅力を高める取組を進めます

- ① 西区の歴史資産を活用したイベントなどを開催し、地域の交流を図ります。
- ② 商店街の振興策の検討や、PR冊子を発行します。

まち歩きアプリは5ページで紹介しています!



まち歩きアプリ  
「にしまるダイアリー」



70年以上の歴史を持つ老舗と区内の全商店街を紹介「ハマにして買おう!」

西区の歴史や伝統的な催事などを通じて、まちの魅力を発信します。「横浜旧東海道みち散歩」もぜひご覧ください。

「横浜旧東海道みち散歩」



区政推進課  
市川 美智代

## 4 いきいきと健やかに暮らせるまちづくり

### 高齢・障害支援課

#### 高齢者を地域の力で支える取組を進めます

住み慣れた地域で生活を続けられるよう、介護・医療や予防、生活支援などが包括的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築に取り組みます。

### 高齢・障害支援課

#### 障害のある人も安心して生活できる環境づくりをさらに進めます

支援者や家族への研修などを開催し、障害のある人および家族を支える地域のネットワーク強化を図ります。

### 福祉保健課

#### 生活習慣病予防に取り組みます

生活習慣病予防やウォーキング情報など、健康ポータルサイトをさらに充実します。

### 生活支援課

#### 生活困窮者自立支援制度の取組を進めます

生活保護に至る前の早い段階で、自立に向けた包括的・継続的な相談支援を行います。

### こども家庭支援課

#### 切れ目のない子育て支援を行います

保護者のニーズに合わせた保育施設などの紹介、保育所の整備など待機児童対策を進めます。また、放課後の居場所の充実を図ります。

### こども家庭支援課

#### 児童虐待防止、DV相談・支援に取り組みます

児童虐待の防止・早期発見・対応に向けて、見守りやネットワークの強化を図ります。またDV相談者のニーズに応じて、法律相談につなげます。

### 地域振興課

#### 幅広い世代がスポーツに親しめる機会をつくります

スポーツ講演会、オリンピック競技体験会、「ハマのウォーキングフェスティバル」などを実施します。



認知症サポーター育成講座



西区子育て関連施設  
共通マーク

健康づくり、スポーツ振興、高齢者・障害のある人への活動のサポート、切れ目のない子育て支援など、誰もが健やかに暮らせる環境づくりを進めます。



こども家庭支援課  
あしがわ 蘆川 佑理

地域振興課  
笹生 智沙絵

## 5 活気にあふれたきれいなまちづくり

横浜駅周辺を中心とした屋外喫煙・放置自転車対策などに一体的に取り組みます。また、地球温暖化対策やごみの減量化、緑化に取り組みます。



リデュースキャンペーン

地域振興課 資源化推進担当係長  
村瀬 慎一郎



### 地域振興課 区政推進課

#### 省エネ行動や3R行動などエコライフスタイルの定着を目指します

「ヨコハマ3R夢プラン」に基づき、ごみの減量や分別を進め、環境に優しい生活スタイルの実践を広めていきます。

### 地域振興課 西土木事務所 区政推進課

#### 身近な緑を育てます

公園愛護会や地域と協働し、公園などに花植えを行います。また「第33回全国都市緑化よこはまフェア」開催に向けて、地域の皆さまと緑化に取り組みます。

### 地域振興課 西土木事務所

#### 都心部でのマナー向上と環境美化に取り組みます

屋外喫煙やポイ捨て防止対策、放置自転車対策を進め、街の美化を図ります。

皆さまにご満足いただける区役所を目指します!



### 地域に寄り添う事業の展開

地域ニーズや課題、地域資源や社会資源などをきめ細かく把握します。また、地域の皆さまと共に考え、地域課題に取り組む「協働による地域づくり」を進めます。

### 「チーム西区役所」の強化

職員一人ひとりが専門性を高め、能力を最大限発揮できるよう、人材育成を進めます。各課が連携し、「チーム西区役所」として総合力を発揮していきます。

### お客様の立場に立った窓口サービスの提供

来庁される皆さまを笑顔とあいさつで温かくお迎えします。お話をよく聴き、親切・丁寧でわかりやすい説明を心がけ、迅速で正確な行政サービスを提供します。



その他の事業・取組については、28年度西区予算概要をご覧ください。

横浜市西区 予算 で 検索

問合せ 企画調整係 ☎ 320-8339 fax 322-9847

広告

# NISHI TOPICS 区役所より

お知らせ・募集・注目情報を紹介します

## 今すぐ受けよう!がん検診

お得な費用で受診できます

悪性新生物(がん)は早期発見・治療により、治る可能性が高くなります。職場などでの受診機会のない市内在住の人は、協力医療機関で「横浜市がん検診」を受けられます。全額負担に比べ半額以下の費用で利用できます。ぜひ活用してください。

◎受診方法や協力医療機関、無料クーポン券、減免制度についてなど、詳しくは下記けんしん専用ダイヤルにお問い合わせください。

横浜市けんしん専用ダイヤル

【受付時間】8時30分～17時15分(日曜・祝日・年末年始除く)

【TEL】664-2606 【FAX】664-2828 詳細は [横浜市がん検診](#) で [検索](#)

### □ 前立腺がん

【対象】50歳以上の男性(年度に1回)  
【費用】1,000円  
【内容】血液検査

### □ 肺がん

【対象】40歳以上(年度に1回)  
【費用】680円  
【内容】胸部X線検査

### □ 乳がん

【対象】40歳以上の女性(2年度に1回)  
【費用】1,370円  
【内容】視診、触診、マンモグラフィ検査

### □ 胃がん\*

胃部X線検査  
【対象】40歳以上(年度に1回)  
【費用】3,140円  
胃部内視鏡検査  
【対象】50歳以上(2年度に1回)  
【費用】3,140円

### □ 子宮がん

【対象】①・②ともに20歳以上の女性(2年度に1回)  
【費用】①頸部1,360円  
②頸部・体部2,620円  
【内容】①頸部細胞診検査  
②頸部細胞診検査+体部検査(医師が必要と認めた人)

### □ 大腸がん

【対象】40歳以上(年度に1回)  
【費用】600円  
【内容】便検査

※平成28年度から、胃がん検診の方法に内視鏡検査を追加しました。50歳以上の人は、胃部X線(バリウム)と胃部内視鏡のどちらかの検査方法が選べるようになりました。  
1)胃がん検診は同一年度にX線検査と内視鏡検査の両方を受診することはできません。  
2)内視鏡検査は検診の途中で確定診断のための病理検査を目的に粘膜片を採取する検査を行う場合があります。この検査は保険診療となりますので、別途費用がかかります。



問合せ 健康づくり係 ☎ 320-8439 fax 324-3703

## 感染症の原因! 蚊の発生を抑えよう

幼虫の発生源対策をしましょう



ヒトスジシマカ

平成26年8月、「デング熱」の国内感染・流行が70年ぶりに確認されました。南米で流行している「ジカ熱」なども含め、これらは蚊(ヒトスジシマカ)が媒介する感染症です。蚊が多く発生するこれからの時期、発生場所を知り、感染を予防しましょう。

### 幼虫(ボウフラ)対策

ボウフラは小さな水たまりでも発生します。  
●空き缶や古タイヤなど水たまりの原因となるものを片づけましょう。  
●植木鉢の受け皿などにたまった水は捨てましょう。

### 成虫対策

蚊は茂った草むらなどに潜みます。  
●定期的に草刈りを行いましょう。  
●蚊が多くいる場所で活動する場合は、できるだけ肌を露出しないようにしましょう。  
●虫よけスプレーなども有効です。

### 問合せ

蚊の対策に関すること: 環境衛生係 ☎ 320-8444 fax 320-2907  
感染症に関すること: 健康づくり係 ☎ 320-8439 fax 324-3703

## 地域交流施設「カサコ」がオープン

多世代・多国籍が集う場所

子ども、地域の人、旅人が集う地域交流施設「カサコ」が東ヶ丘にオープン。日替り店長のカフェでは、オリジナルメニューのほか隔週日曜の朝は世界の朝ごはんが食べられます。学校帰りの子どもたちが勉強や遊びに立ち寄ることも。地域の人だけではなく旅人も集う憩いの場に、ぜひ足をお運びください。



■ CASACO(カサコ)  
東ヶ丘23-1 ☎ 070-2666-4802  
【営業時間】10時～16時  
カフェのほか、ギャラリーやイベントスペースもあります。

### 「ヨコハマ市民まち普請事業」を活用しています!

地域課題解決や魅力向上に役立つ施設整備の提案を募集し、公開コンテストで選考された提案には最大500万円の助成金を交付します。

築60年の長屋を改装し作られたサロンスペースには、中央図書館前の道路に敷かれていた御影石を再利用。地域の人と協力して敷き詰めました。

問合せ 都市整備局地域まちづくり課 ☎ 671-2679 fax 663-8641

## 「にしくライトダウンキャンペーン2016」開催!

夏の夜、地球にやさしく過ごしてみよう

西区では今年も施設の照明や家庭の明かりを消して、地球温暖化について考える「にしくライトダウンキャンペーン」を実施します。キャンペーンをきっかけに、私たち一人ひとりが地球環境を守るためにできることを考えてみましょう。

キャンペーン期間 6月21日(火)夏至～7月7日(木)七夕

最終日7月7日の一斉消灯(20時から10分間)にご協力をお願いします。



平成27年7月7日 横浜駅(西口)周辺の一斉ライトダウンの様子

問合せ 企画調整係 ☎ 320-8327 fax 322-9847

マークの見方 日時 場所 対象・定員 費用 一時託児 申込み 問合せ 電話 FAX Eメール

## 今年の夏は参議院議員通常選挙に行きましょう

投票しよう!

平成27年6月に公職選挙法が改正され、この選挙から選挙権年齢が18歳以上に引き下げられます。

投票日は、参議院選挙の公示後に郵送する「投票のご案内」、ポスター掲示板やテレビ・ラジオ・新聞・インターネットなどの広報でご確認ください。また、投票にはご自分の「投票のご案内」をお持ちいただくと窓口での受付がスムーズになります。

### 【期日前投票】

投票日に投票所へ行くことができない人は、期日前投票所をご利用ください。西区役所と西公会堂の2か所で期日前投票ができます。

期日前投票所	投票期間(土日を含む)	住所・交通	投票時間※
西区役所1階 1AB会議室	公示日の翌日～ 投票日の前日	中央1-5-10 京急線戸部駅徒歩8分 相鉄線平沼橋駅徒歩10分	8時30分 ～20時
西公会堂2階2号会議室	投票日の8日前～ 投票日の前日	岡野1-6-41 相鉄線平沼橋駅徒歩8分	9時30分 ～20時

※投票時間が異なりますのでご注意ください。

### 【不在者投票】

出張先や入院先、また身体に重度の障害のある人や要介護5の人などは、不在者投票ができます。詳細はお問い合わせください。

西公会堂(期日前投票所)地図



問合せ 西区選挙管理委員会 ☎ 320-8314 ~ 6 fax 322-9847

## 西区防災計画「風水害等対策編」を修正しました

6月1日(水)から運用開始

平成26年の台風18号の教訓などを踏まえ、計画を修正しました。

### 【修正のポイント】

#### ●避難方法の明記

避難勧告などが発令された際の避難方法を具体的に示しました。

#### ●基準水位の名称変更

「水防法」の改正に伴い、河川の基準水位の名称が変更になりました。※今回は名称のみが変更されたものであり、設定水位(cm)に変更はありません。



#### ●避難対策の見直し

大型の台風が接近している時などは、被害が発生する前に避難を開始していただくことが重要なため、今後は風水害時についても、必要に応じて地域の皆さん(地域防災拠点運営委員など)にご支援いただき、いち早く避難場所を開設することとしました。

詳細は [横浜市西区防災計画](#) で [検索](#)

問合せ 防災担当 ☎ 320-8310 fax 322-9847

## 熊本の支援にに行ってきました

被災地から学んだこと

熊本地震の発生に伴い、横浜市は現地に職員を派遣しています。避難所で運営支援を行った西区役所職員から報告します。

揺れが強かった地域では、ほとんどの建物に損傷が見られ、「町が壊れてしまった」と感じられるほどの大きな被害を受けていました。避難所では、自治会町内会、民生委員・児童委員など地域の人を中心となり、学校の協力のもと、炊き出し、清掃、物資配布などが行われていました。また、子どもたちが自発的に役割を持ち、世代を超えた協力が避難所に活気を与えていました。災害時には、地域の人を中心となって避難所を運営することになります。日頃から、防災訓練等を行うこと、地域とのつながりを築いておくことが大切だと感じました。



ましきまち 益城町の様子



子どもたちによる物資配布の様子

問合せ 防災担当 ☎ 320-8310 fax 322-9847

広告

# NISHI INFORMATION 各種お知らせ

マークの見方

- 🕒 日時
- 📍 場所
- 👤 対象・定員
- 💰 費用
- 👨‍👩‍👧‍👦 一時託児
- 📄 申込み
- 🗨️ 問合せ
- ☎️ 電話
- 📠 FAX
- ✉️ Eメール

## お知らせ

### 第41回西区民まつり ステージ出演者・「くらしの広場」出店者募集

西区民まつり 開催日時：11月6日(日) 10時～14時30分 ※小雨決行、荒天中止  
会場：戸部公園、西前小学校など

**申込期間** 6月6日～20日(月)(必着)

**申込方法** 申込書を提出(持参、郵送、FAX、Eメールのいずれか)。募集要項及び申込書は①区役所、西地区センターで配布 ②区役所ホームページから入手できます。([横浜市 西区民まつり]で検索)

**注意事項** 会場での政治的・宗教的活動などの行為はできません。営利目的でのステージ出演はできません。応募多数の場合「抽選」などにより出演者・出店者を決定します。詳細は募集要項をご覧ください。

#### ステージ出演者

- 📍 区内在住、在学、在勤の団体など
- 📍 戸部公園内ステージ
- 出演時間：20分以内(準備、撤収を含む)
- ジャンル：ダンス、楽器演奏、合唱など
- ※「ステージ運営会議」(7月27日(水)16時～)で出演団体や出演順を決定します(欠席の場合出演辞退とみなします)
- 🗨️ ステージ担当(広報相談係)
- ☎️ 320-8321 fax 314-8894

#### 「くらしの広場」出店者

- 📍 区内で活動している非営利団体、店舗や企業及びそれらの団体など
- 📍 戸部公園「くらしの広場」
- 区画概要：テント1張(3.6m×2.7m、机2卓、椅子3脚を含む)。電源利用可(要申請)。最大2区画まで ①1区画7,000円(企業または企業で構成された団体などの場合1区画10,000円)
- 🗨️ 「くらしの広場」担当(地域振興課)
- ☎️ 320-8386 fax 322-5063

### シニア世代のための化粧療法

元気に生活するために「化粧」の効用が注目されています。ぜひご参加ください

- 🕒 7月4日(月) 10時～11時
- 📍 区役所3B会議室
- 👤 区内在住の65歳以上の人 先着30人
- 📄 6月13日(月)9時～ 区役所2階22番窓口または電話 ※申込みは本人のみ
- 🗨️ 高齢担当
- ☎️ 320-8410 fax 290-3422

### ひとりで悩んでいませんか？ 統合失調症家族講座

- 🕒 【第1回】 7月16日(土) 病気について知ろう  
講師：生活支援センター西 精神保健福祉士 西区役所 障害担当職員
- 【第2回】 8月7日(日) 当事者や家族の体験を聞こう  
講師：統合失調症当事者及び家族
- 【第3回】 9月10日(土) 家族としてできることを考えよう  
講師：訪問看護ステーションみのり所長 精神科認定看護師 松井洋子氏
- 【第4回】 10月15日(土) 地域で暮らすための支援施設を知ろう(施設見学)  
いずれも13時30分～15時30分 全4回
- 📍 第1～3回：西区役所3階会議室 第4回：西区内通所施設など
- 👤 精神疾患のある人の家族 先着30人
- 📄 6月13日(月)～ 電話またはFAX
- 🗨️ 障害担当
- ☎️ 320-8450 fax 290-3422

### にこまちコミュニティ文庫の閉館

10月頃開館の浅間コミュニティハウスに図書を移動するため、7月24日(日)をもって閉館します(図書の貸出は6月30日(木)まで)。これまでのご利用ありがとうございました  
🗨️ 地域振興課  
☎️ 320-8393 fax 322-5063  
※図書の貸出や利用については施設へお問い合わせください(☎️ 311-6085 休館日：月・水・金)

### 夏の余暇のお知らせ

- 夏祭りを楽しもう!  
🕒 7月30日(土) 10時～14時  
📍 ガッツ・ビーと西(浜松町14-40)  
👤 障がいのある小学生以上の人 10人
- 作って食べよう!  
夏のパン作り&スイカ割り  
🕒 8月3日(水) 10時～13時  
📍 宮崎地域ケアプラザ(宮崎町2)  
👤 障がいのある小中学生の人 10人
- 真夏のチャレンジクッキング  
🕒 8月6日(土) 10時～14時  
📍 藤棚地域ケアプラザ(藤棚町2-198)  
👤 障がいのある小学5年生以上の人 12人
- 工場見学に行こう!  
🕒 8月11日(祝・木) 10時～15時  
📍 西区地域活動ホーム(伊勢町3-133-5)  
👤 障がいのある高校生以上の人 5人  
💰 ①②③500円 ④2,000円  
📄 7月8日(金)まで 電話、FAXまたは直接来館  
🗨️ ガッツ・ビーと西  
☎️ 250-6506 fax 251-6315

### 地域のつどい

地域の皆さんが、自分たちの地域をより住みやすくするため話し合う場です

- 【第一地区】 📍 戸部コミュニティハウス 6月16日(木) 18時30分～20時30分
- 【第二地区】 📍 西区役所3階 6月9日(木) 19時～20時30分
- 【第三地区】 📍 生活創造空間にし 7月1日(金) 19時～20時30分
- 【第四地区】 📍 一本松小学校 6月18日(土) 18時～20時
- 【第五地区】 📍 西公会堂 7月15日(金) 18時30分～20時30分
- 【第六地区】 📍 西スポーツセンター 7月4日(月) 19時30分～20時30分
- 🗨️ 地域力推進担当
- ☎️ 320-8319 fax 322-9847

### 横浜FC ホームゲームに 区民限定ご招待!

ニッパツ三ツ沢球技場に集まろう!

- 🕒 6月19日(日) vsFC岐阜 18時キックオフ ※チケット引換開始：15時15分、開場：16時
- 📍 ニッパツ三ツ沢球技場(神奈川区三ツ沢西町3-1) 📍 区内在住の人
- ※バックスタンドA自由席での観戦となります。※車椅子席は数に限りがあるため、ご招待できかねます。
- 📄 右下のQRコードまたは事前申込メールアドレス【ku16@m.msgs.jp】に空メールを送信し、返信メールから手続き【持ち物】事前申込み手続き後に送られてくる「事前申込完了メール画面(印刷可)」と、区内在住を証明できるもの 後援：市民局スポーツ振興課
- 🗨️ 横浜FC ☎️ 372-5212



## 福祉保健だより

6月11日(土)～7月10日(日)に予約・実施するものを掲載しています。会場の記載がないものは区役所3階で受け付けます。 **予約** …電話による予約です。

🗨️ 問合せ・申込み 健康づくり係 ☎️ 320-8439～40 fax 324-3703 こども家庭係 ☎️ 320-8467・69 fax 322-9875

	検診名など	日時・内容・対象など	問合せ	
検診・健康相談	がん検診 <b>予約</b> 肺がん 📍 50人	6月14日(火) 9時～(予約時に指定) 胸部X線検査 ①680円 【予約】6月7日(火)まで	健康づくり係	
	食生活健康相談 <b>予約</b>	6月16日、7月7日(木)13時30分～15時30分 糖尿病の食事療法や高血圧症の減塩食など食生活について、個別に相談に応じます		
	禁煙サポート外来 <b>予約</b>	6月15日(水)14時～16時 📍 禁煙に関心のある人、または身近な人の禁煙についてなど相談のある人(区内在住・在勤・在学者)		
	生活習慣改善相談 <b>予約</b>	6月15日(水)13時30分～16時 骨密度測定を実施し、生活習慣改善等の相談に応じます		
	女性の健康相談 <b>予約</b>	随時 不妊、避妊、思春期・更年期、妊娠婦等の相談に助産師が応じます		
赤ちゃんとその家族	離乳食教室 <b>予約</b>	6月15日(水)13時30分～15時 📍 おおむね生後7～9か月(1日2回の離乳食)のお子さんとその家族 離乳食の講話と試食、情報交換等	健康づくり係	
	子ども食生活健康相談 <b>予約</b>	6月15日(水)9時～12時 離乳食、幼児食、偏食や少食など、赤ちゃんから高校生までの子どもの食生活について、個別に相談に応じます		
	乳幼児健診	4か月児	6月16日、7月7日(木) 受付：9時～9時30分	詳細は個別通知をご覧ください
		1歳6か月児	6月21日、7月5日(火) 受付：9時～9時30分	
		3歳児	6月23日(木) 受付：13時～14時	
	乳幼児歯科相談 <b>予約</b>	6月27日(月)13時30分、14時、14時30分 【持ち物】母子健康手帳、子どもの歯ブラシ、タオル ※妊娠婦の歯科相談も同日に行っておりますのでお問い合わせください	こども家庭係	
	母乳育児相談 <b>予約</b>	6月14日(火)13時15分～15時 【持ち物】母子健康手帳、浴用タオル2枚 授乳時間に合わせておいでください		
ママのためのほっとたいむ <b>予約</b>	6月15日(水)10時～11時30分 📍 子育てにイライラしてしまうお母さん同士で話し合う場です			
ブレバママ教室	6月15日(水) 母乳のお話、マタニティビクス等 ※運動しやすい服装で参加してください 6月22日(水) 沐浴、妊婦疑似体験等 ※なるべくパートナーと一緒に参加してください 7月6日(水) ママと赤ちゃんの歯のお話、妊娠中の食生活 ※歯ブラシを持参してください 13時30分～15時30分 受付：13時15分～ 📍 はじめて出産される妊婦さん(妊娠6～9か月の人)とその家族 【持ち物】母子健康手帳、よこはま子育てガイドブック「どれどれ」、筆記用具、飲み物(自由)			

**申込方法**

はがき・FAX・Eメールで申込むときは必要事項(行事名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号)を、往復はがきの場合は返信用部分に自分の住所を必ず記入してください。費用・料金の記載がないものは無料です。申込みの記載がないものは直接会場へ。

・行事名  
・住所  
・氏名(ふりがな)  
・電話番号など

必要事項を  
すべて記入!

**夏休み親子水源バスツアー**

山梨県道志村での水源かん養林見学、魚つかみ取り、カブトムシ採集、木工工作  
 ☎ 7月27日(水) 7時15分集合  
 ※雨天決行・荒天中止  
 集合場所: 横浜駅西口  
 西区・保土ヶ谷区在住の子どもと保護者 抽選45人 ¥1人1,000円(弁当代)  
 申 6月24日(金)(必着)までにはがきに必要事項・年齢を記入  
 問 水道局サービス推進課(中区山下町23日土地山下町ビル)  
 ☎ 633-0163 fax 664-6779

**施設から**

**西地区センター**

〒220-0073 岡野1-6-41  
 ☎ 314-7734 fax 320-4260

**おはなし会**

おはなしボランティア「ぼっぼぼ」のおはなし会です  
 ☎ 6月15日(水) 11時~11時30分  
 幼児~未就学児と保護者 先着20組

**おもちゃの病院**

壊れたおもちゃをおもちゃドクターが直します  
 ☎ 7月10日(日) 10時~14時  
 幼児~未就学児と保護者 先着6組  
 ¥部品代は実費  
 申 6月20日(月)~ 電話または直接来館

**稲荷台小学校  
コミュニティハウス**

〒220-0053 藤棚町2-220  
 ☎ fax 263-0614

**サマーコンサート**

バイオリンの音色を楽しみませんか  
 ☎ 7月9日(土) 13時~14時30分  
 先着30人

**藤棚地区センター**

〒220-0053 藤棚町2-198  
 ☎ 253-0388 fax 253-0389

**みんなで遊ぼう「運動会」**

今年も冷房付き体育室で開催します  
 ☎ 7月2日(土) 10時30分~11時30分  
 未就園児と保護者 先着10組  
 ¥1組300円  
 申 6月11日(土)~ 費用持参で直接来館  
 または電話(12日(日)~、3日以内に費用持参)

**初めてのスクラップブックを楽しみましょう**

お気に入りの写真を飾って、世界に一つだけのペーパークラフト写真立てを作いませんか  
 ☎ 7月11日(月) 10時~11時30分  
 成人 先着12人 ¥200円  
 申 6月11日(土)~ 費用持参で直接来館  
 または電話(12日(日)~、3日以内に費用持参)

**軽井沢コミュニティハウス**

〒220-0001 北軽井沢24  
 ☎ fax 324-6771

**プリントして  
オリジナルマイバッグ**

布バッグに、手形や自分の好きな模様や絵をプリントして記念のバッグ作り  
 ☎ 6月15日(水) 10時~11時  
 先着20人

**サマーコンサート**

軽井沢コーラスによる演奏会  
 ☎ 7月2日(土) 14時~15時

**おもしろ科学教室**

放射線についてわかりやすく学ぶ  
 ☎ 【第1回】7月6日(水) 保護者向け  
 【第2回】7月27日(水) 児童生徒向け  
 いずれも10時~11時  
 小学生以上 先着20人

**西前小学校  
コミュニティハウス**

〒220-0051 中央2-27-7  
 ☎ fax 311-8043

**大判スカーフを使った  
おしゃれ講座**

☎ 7月2日(土) 10時~12時30分  
 成人 先着12人 ¥500円  
 申 6月11日(土)~30日(木) 電話または直接来館

**親子で浴衣着付け教室**

着くずれしないポイントを学ぼう  
 ☎ 7月14日(木) 15時~16時30分  
 小学生と保護者12組 ¥1組300円  
 申 6月11日(土)~ 電話または直接来館

**東小学校  
コミュニティハウス**

〒220-0033 東ヶ丘59  
 ☎ fax 263-1111

**夏休み親子木工教室**

☎ 7月31日(日) 9時30分~12時  
 小学生と保護者 先着15組  
 ¥1組500円  
 申 6月15日~7月20日(水) 電話、FAX  
 または直接来館

**宮崎地域ケアプラザ**

〒220-0031 宮崎町2  
 ☎ 261-6095 fax 261-6052

**法テラスの日 無料相談会**

弁護士などによる相続・遺産・成年後見など法的問題についての無料相談会  
 ☎ 6月20日(月) 13時30分~16時  
 65歳以上の入、障がいのある人 先着5人  
 申 電話または直接来館

**骨盤底筋体操**

尿もれの予防講座  
 ☎ 7月5日、19日、8月2日、16日(火)10時~11時  
 成人女性 先着15人  
 申 6月11日(土)~7月4日(月) 電話または直接来館

**にしく音頭でみんな楽しく**

7月6日(水) 13時30分~15時30分  
 稲荷台小学校コミュニティハウス  
 先着30人  
 7月7日(木) 13時30分~15時30分  
 西前小学校コミュニティハウス  
 先着20人  
 7月13日(水) 13時30分~15時30分  
 平沼集会所  
 先着20人  
 7月14日(木) 13時30分~15時30分  
 戸部コミュニティハウス  
 先着20人  
 7月20日(水) 13時30分~15時30分  
 軽井沢コミュニティハウス  
 先着20人  
 申 6月11日(土)~ 各施設に電話または直接来館  
 問 各施設へお問い合わせください

**戸部コミュニティハウス**

〒220-0043 御所山町1-8  
 ☎ 231-9865 fax 231-9866

**キッチンハーブ  
(ソルト&オイルづくり)**

ハーブの爽やかな香りと風味をたっぷり含んだ自家製の簡単ソルトとオイルを作ります  
 ☎ 7月7日(木) 10時~12時  
 成人 先着11人 ¥500円  
 申 6月11日(土)~ 費用持参で直接来館

**境之谷公園  
こどもログハウス**

〒220-0054 境之谷105-1  
 ☎ fax 253-6972

**高校生によるおはなし会  
パネルシアターなど**

☎ 6月19日(日) 13時~14時

**七夕まつり**

短冊に願い事をかいて笹に飾ろう  
 ☎ 7月1日(金)~7日(木) 10時~16時30分

**子育て情報**

**講演会のお知らせ**

**小児科を受診する前に  
~大人が知ること・できること~**

☎ 【第1回】 7月9日(土)  
 「小児科を受診する前に知っておくこと」  
 講師: 市民病院小児科担当部長 四家達彦医師  
 【第2回】 7月26日(火)  
 「お医者さんの上手なかかり方」  
 講師: 知ろう小児医療 守ろう子ども達の会 森さくら氏  
 いずれも10時~11時30分  
 戸部本町地域ケアプラザ(戸部本町50-33)  
 区内在住の未就学児とその保護者、子育て支援に関わる活動者 先着40組  
 一時託児はありませんが、同じ部屋で保育ボランティアがお子さんを見守ります  
 申 6月13日(月)~ 電話または区役所に来庁  
 問 こども家庭係  
 ☎ 320-8467 fax 322-9875

**南浅間保育園**

〒220-0074 南浅間町23-3  
 ☎ 312-0942 fax 312-0867

**育児講座「パパと遊ぼう」**

パパと一緒に体を動かして遊ぼう  
 ☎ 7月2日(土) 10時~  
 1歳以上の未就園乳幼児と保護者30組  
 申 6月13日(月)~ 9時~16時  
 電話または直接来館

**第2地区出前合同育児講座**

子育てに大切なこと、ふれあい遊びなど  
 ☎ 7月14日(木) 10時~  
 西前小コミュニティハウス(中央2-27-7)  
 未就園乳幼児と保護者  
 ¥200円(親子ふれあい会の費用として)

**「子育て支援室「かんがるーむ」にあそびにきませんか!!」**  
 南浅間保育園の園庭に新しく子育て支援室「かんがるーむ」ができました。ぜひお子さんとあそびに来て下さい。

**園庭開放**  
 保育園の園庭で遊具を使って遊びます  
 ☎ 月~金曜 8時30分~13時30分  
**かんがるーむ開放**  
 保育園の支援室を開放しています  
 ☎ 月~金曜 9時30分~11時30分  
 室内の遊具で遊びます。ランチタイムは持参のお弁当を食べることもできます(11時30分~12時15分)  
**おはなし会**  
 絵本の読み聞かせやふれあい遊びをします  
 ☎ 毎週月・金曜 10時30分~11時  
**カンガルー文庫**  
 保育園にある絵本を貸出ししています  
 ☎ 月~金曜 9時30分~11時30分

**交流保育**  
 同年齢のクラスと一緒に過ごします  
 ☎ 9時45分~10時40分 月2回  
 1・2歳 要予約 1回2組



# NISHI INFORMATION 各種お知らせ

マークの見方 日時 場所 対象・定員 費用 一時託児  
 申込み 問合せ 電話 FAX Eメール

## 平沼集会所

〒220-0024 西平沼町5-70  
 ☎320-9608 fax 320-9686

### 津波についての防災講座

西区役所防災担当より津波避難対策についてのお話  
 ☎6月29日(水) 14時～15時  
 ※荒天の場合は中止となります  
 ①成人 先着30人  
 ②6月11日(土)10時30分～ 電話または直接来館

## 中央図書館

〒220-0032 老松町1  
 ☎262-0050 fax 231-8299

### 土ようびのおはなし会

楽しいお話、不思議なお話、さまざまな絵本を読みます。皆さんと一緒に過ごしてください！  
 ☎6月11日、18日、25日、7月2日、9日(土)  
 ①14時～14時20分 ②14時30分～14時50分  
 ③1階おはなしのへや  
 ④未就学児～小学生

### おひざにだっこのおはなし会

わらべうた、手遊び、絵本の読み聞かせなど、親子で一緒に楽しみませんか？  
 ☎6月15日、7月6日(水) 11時～11時20分  
 ⑤1階おはなしのへや  
 ⑥幼児と保護者 先着15組

### 移動図書館「はまかぜ号」

みなとみらいのビジネス街で、お昼休みに本の貸出をします！  
 ☎6月17日、7月1日(金) 11時50分～12時50分  
 ⑦グランモール公園 美術の広場

### 検索機使い方相談

図書館員が個別に検索のコツを教えます  
 ☎6月17日(金) 10時～11時  
 ⑧1階検索機コーナー  
 ⑨基本的なキーボード操作ができる成人

## 野毛山荘

〒220-0032 老松町26-1  
 ☎261-1290 fax 261-1293

### のげ楽(ラク)たいむ

～楽しい口笛とピアノのセッションコンサート～  
 ～月替わり見にイベント～  
 第8回ゲスト：横浜サウンドストリーム  
 ☎6月19日(日) 13時～14時

### ひざひざワックン 玄米ダンベル体操

ひざ痛予防「ひざひざワックン体操」と筋力アップ「玄米ダンベル体操」を先生が教えます  
 ☎6月12日、19日(日) 14時～15時30分  
 毎月第1・3日曜 ⑩先着25人  
 ⑪当日受付

### 終活セミナーと個別相談

後見人制度を学ぶ  
 ～最後まで自分らしく生きるために～  
 ☎7月16日(土) セミナー：10時～11時45分 個別相談：12時～  
 ⑫先着40人  
 ⑬6月11日(土)～ 電話または直接来館  
 ※個別相談は予約者優先

## 横浜市民ギャラリー

〒220-0031 宮崎町26-1  
 ☎315-2828 fax 315-3033

### 土粘土であそぼう

柔らかい土粘土を丸めたり、のばしたりして、好きなものをつくりまします  
 ☎7月9日(土) 10時30分～12時  
 ⑭幼稚園・保育園の年少～年長に相当する幼児と保護者 抽選15組 ¥1組1,000円  
 ⑮6月25日(土)(必着)までに往復はがき(必要事項・学年または年齢を記入)、直接来館またはホームページ申込フォームから「横浜市民ギャラリー」で検索

### 横浜市こどもの美術展 2016 作品募集

横浜市内の小中学生以下の絵画作品を募集。四つ切画用紙サイズ。1人1点。応募作品は全て展示します(会期：7月29日(金)～8月7日(日))  
 ⑯市内在住・在学の0歳～12歳  
 ⑰7月14日(木)～16日(土)10時30分～16時 直接来館 ※応募前に必ずチラシ・ホームページ「横浜市民ギャラリー」をご確認ください

## 岡野公園

〒220-0073 岡野2-9  
 ☎fax 311-2613

### 七夕祭り

公園で用意してある短冊にお願い事を書いて、もうそう竹に短冊などを飾りましょう  
 ☎7月3日(日) 10時～11時 ※小雨決行  
 ⑱こどもの遊び場 ⑲先着100人

## スポーツ

### 西区少年野球大会

横浜市予選大会  
 ☎7月17日(日)、18日(祝・月) 9時～17時  
 ⑳岡野公園 その他  
 ㉑中学生4チーム、小学1部8チーム、小学2部8チーム 先着20チーム  
 ㉒1チーム3,000円  
 ㉓6月23日(木)～25日(土)までに参加費と登録メンバー表を持参の上タマガワスポーツへ申込  
 ㉔タマガワスポーツ野球部事務局(戸部町4-123)  
 ☎231-7248

## 西スポーツセンター

〒220-0072 浅間町4-340-1  
 ☎312-5990 fax 312-6040

### 当日受付教室

当日受付なので気軽に参加できます  
 【持ち物】運動しやすい服装・室内シューズ・水着・キャップなど  
 ㉕2歳～未就学児(要予約) 500円 ㉖開始時間の30分前から受付

教室名	対象	曜日	時間	募集人数	料金
月曜ヨガ	16歳以上	月	21時～21時50分	40	540
肩こり・腰痛ストレッチ		火	11時～11時50分	20	540
足腰いきいき		火	12時～12時50分	20	540
火曜ZUMBA		火	12時～12時50分	40	640
背泳ぎ初級		水	8時～8時50分	15	910
エアロビクス初級		水	9時～9時50分	40	640
歌声健康	50歳以上	第2・4水	13時30分～14時40分	40	540
水曜ラテンエアロ夜	16歳以上	水	21時～22時	40	640
平泳ぎ初級		木	9時～9時50分	15	910
木曜ラテンエアロ昼		木	12時～12時50分	40	640
木曜ラテンエアロ夜		木	21時～22時	40	640
エンジョイ バasketボール		木	21時～22時45分	26	750
健康塾	50歳以上	金	11時～11時50分	20	430
リンパトリートメント	16歳以上	金	12時～12時50分	20	540
バタフライ初級		金	21時～21時50分	15	910
土曜ボクサ		土	11時～11時50分	40	540
土曜フットサルクリニック		土	21時～22時45分	20	750
日曜ボクサ		第1・3日	14時～14時50分	40	540

※広報掲載後に変更になる場合があります。お問い合わせの上、ご参加ください。



題字・絵・文：鈴木太郎(西区文化協会)

温故知新!  
 西区のイベントを  
 紹介!

【第十八回】横浜中央図書館

野毛の切通し近く、野毛坂交差点の角に地上5階建ての中央図書館が建っている。野毛山公園はすぐ前、家族連れに人気がある野毛山動物園は坂を上ってすぐだ。

図書館にはいつも、大勢の利用者が出入りしている。昭和2(1927)年に現在の場所に建てられた旧図書館は、私が学生の時に利用したが、館内は暗く、多くは本を直接に見ないで、検索カードを調べて選び出す方式で利用しにくかった。平成6(1994)年に建てられた現在の図書館は館内は明るくて、多くの本が書棚に並んでいて、とても便利になった。蔵書は約167万冊も。

イラストを描くのに不明な事があると、すぐに図書館に行って調べた。横浜や県などの郷土資料、雑誌、PR誌、美術本、全国の地図や新聞、観光案内の本などなど。今もとてもお世話さまになっています。

にしまろちゃん  
 のつぶやき 湿気が多い季節ですね。花びらをまとめるのに一苦労...