



にし 5月 No.271

西区役所 ☎045-320-8484 (代表電話)
〒220-0051 西区中央一丁目5番10号

<編集・発行> 西区役所広報相談係
☎320-8321 fax 314-8894

西区の人口: 104,413人(4月1日現在)
西区の世帯数: 56,294世帯

▲西区役所
詳細は1ページ 横浜市データをご覧ください ホームページ

<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)

<5月の区役所土曜開庁日> 開庁時間: 9時~12時
◆9日 ◆23日
戸籍課・保険年金課・子ども家庭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。

今月の紙面

- ゲリラ豪雨や台風による危険から命を守るために 8~9ページ
- 区役所より 6~7ページ
- 各種お知らせ 10~12ページ

特集1 望まない受動喫煙をなくすために

知っていますか?新しい喫煙ルール

望まない受動喫煙をなくすため、2020年4月に改正健康増進法が全面施行されました。一人ひとりの行動で、受動喫煙のないまちをつくりましょう。

たばこを吸う際は、周りの人への配慮を忘れないようにしましょう。

受動喫煙は、日常の様々な場面で起こります。吸わない人の健康被害をなくせるよう、子どもたちや周りの人への思いやりを。



人が集まる施設内ではたばこは吸えません。決められた場所で吸いましょう。

屋内も敷地内も原則禁煙

例

- 学校
- 病院
- 保育園

【例外あり】敷地内の屋外では、要件を満たした喫煙場所を設けることは可能です。

屋内は原則禁煙

例

- 飲食店
- オフィス
- 工場
- ホテル

【例外あり】屋内でも、基準を満たした喫煙室や、ホテルや旅館等の客室、住居、喫煙が主目的の飲食店、法に基づく届出済の小規模飲食店等では喫煙することができます。

違反時には罰金が科せられる場合があります 詳細は

店舗や施設の入口で、「禁煙」か「喫煙可」がわかります

店舗や施設、喫煙場所の入口には標識の掲示が義務付けられています。また、20歳未満の人は喫煙エリアに入ってははいけません。

禁煙
NO SMOKING

喫煙専用室あり
Designated smoking room available

このマークに注意

たばこをやめたいと思ったら… 医療機関、薬局、区役所など様々な相談窓口があります

① 医療機関での禁煙治療 (飲み薬など)
通常12週間に5回の治療で完了です。

② 禁煙支援薬局での禁煙相談 (ニコチンガム、ニコチンパッチなど)
身近な薬局で、禁煙方法や禁煙補助剤の正しい使い方などを相談できます。

呼気中一酸化炭素濃度測定と個別相談等を行います(要事前予約 無料)。

③ 区役所での禁煙相談

☎毎月第3水曜日 14時~16時 ☎西区役所3階健康相談室
🏠禁煙に関心のある人、身近な人の禁煙について相談のある人
☎☎320-8439 fax 324-3703

詳細はこちら

i NISHI TOPICS 区役所より

毎年5月30日は⁵ごみ³ゼロ⁰の日 5月30日から6月5日は「ごみ減量・リサイクル推進週間」です

ポイ捨てごみや歩きたばこ防止を目的に、自宅前の歩道や職場の周辺を清掃しましょう。
通行しやすく、みんなが暮らしやすい、美しい景観を保つことは、安全・安心なまちづくりの一步です。
区民の皆さんや商店街、企業などが協働して西区を「清潔できれいな街」にしていましょう。

できることから始めよう

集積場所への出し方

収集日当日の朝8時までに正しい分別をして、品目ごとの収集曜日に半透明の袋に入れて出しましょう



※収集時間は前後することがあります。

ポイ捨てはしない

外出時のごみは、自宅に持ち帰り、分別して出しましょう



歩きたばこはしない

5月31日は世界禁煙デー



自分の周りを清掃

少しの時間で自宅や職場の周辺を清掃しよう



問合せ 資源循環局西事務所 ☎ 241-9773 fax 251-1791 / 資源化推進担当 ☎ 320-8388 fax 322-5063

パンフレット「空家のはなし」を改訂しました 空家の管理や相続、活用方法などのポイントを掲載

横浜市では、空家の所有者やその親族、管理者向けに、空家を適正に管理し、有効活用につなげていただけるよう、パンフレット「空家のはなし」を作成しています。このたび、要点を整理し、より見やすく分かりやすい内容にパンフレットをリニューアルしました。

配布場所 広報相談係(区役所1階1番窓口)など

主な対象 空家を所有している人やそれらの親族
空家でお困りの人

- 概要**
- ・ 空家の管理のポイント
 - ・ 法令上の管理責任
 - ・ 相続への備え
 - ・ 有効活用するうえでのポイント
 - ・ 相談窓口



パンフレットは、こちらからもダウンロードできます

A4サイズ
4ページ



問合せ 建築局住宅政策課 ☎ 671-2922 fax 641-2756 / 企画調整係 ☎ 320-8329 fax 322-9847

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

緑がつくる涼やかな風 にしく 249㎡の緑のカーテンづくり

夏の強い日差しを遮り、見た目にも涼しい「緑のカーテン」をご存じですか？ この夏西区では、「にしくで249㎡」をテーマに、区内における緑のカーテンづくりを応援します。ぜひ皆さんも、身近な緑でつくる涼しさを楽しんでみませんか。

緑のカーテン栽培講座 **無料**

緑のカーテンづくりのポイントをお伝えします。参加者にはゴーヤの苗をプレゼント！

- 日時** ①5月25日(月) ②5月26日(火) ③5月27日(水)
いずれも9時30分～10時
- 場所** ①西地区センター(岡野1-6-41) ☎314-7734
②藤棚地区センター(藤棚町2-198) ☎253-0388
③軽井沢コミュニティハウス(北軽井沢24) ☎324-6771
- 定員** 各先着20人
- 申込み** 5月12日(火)～
各施設に直接来館または電話

昨年度参加者の声

講座を受けて、苗の植え方がよく分かりました。



ゴーヤの苗の配布 **無料**

ご自宅や施設、事業所などで緑のカーテンづくりに取り組む人に、ゴーヤの苗と育て方のポイントを書いた冊子を配布します。

日時	場所	配布数
5月24日(日) 9時～	みなとみらい農家朝市 (高島中央公園)	先着50人
5月25日(月) 10時～	西地区センター	先着30人
5月26日(火) 10時～	藤棚地区センター	先着30人
5月27日(水) 10時～	軽井沢コミュニティハウス	先着10人

配布方法の詳細はこちら



問合せ 企画調整係 ☎320-8327 fax 322-9847

ハチの巣は早期発見・早期駆除を 家の周りを点検しましょう

ハチは5月頃から巣を作り始め、夏から秋にかけて大きくなります。生活圏内に巣があると刺されることも。巣が大きくなる前は比較的安全に駆除できるので、巣ができやすい場所を点検しましょう。

■ 巣が作られやすい場所

垣根・植え込みの中、軒下、ベランダ、換気口、戸袋など



■ ハチの巣を見つけたら

近づかない 揺らさない 騒がない

スズメバチは攻撃性が高いため、専門業者による駆除(有料)をお勧めします。

■ 万が一ハチに刺されたら

- 刺された部位を水洗いした後に冷やす
- 患部に虫刺され薬(抗ヒスタミン薬などを含む外用剤)を塗る
- 医療機関を受診する



アシナガバチの巣
(直径15cm程度 はすの実型)



スズメバチの巣
(初期 とっくり型)

■ こんな時は区役所に相談を

- 駆除方法を知りたい
- 自分で駆除したい
- 駆除業者を教えてください

※区役所では駆除は行っていません。

問合せ 環境衛生係 ☎320-8444 fax 320-2907

特集2 自分の生活圏の状況を防災マップで確認しておきましょう

ゲリラ豪雨や台風による危険から命を守るために

昨年は、台風15号、19号と非常に大きな台風が2つ上陸しました。台風やゲリラ豪雨などの風水害から身を守るために、事前に避難行動を想定しておくことがとても重要です。特に浸水や土砂災害の危険がある場所に住んでいる人は、具体的な避難行動を考え、備えておきましょう。

風水害時も隣近所の助け合いが大切です。南浅間保育園では、隣接する西横浜ハイタウン自治会の協力のもと、同マンションへ避難することを想定した合同訓練を実施しています。



風水害でも停電や断水が発生する可能性があります。日頃から備蓄品を準備しておきましょう。避難場所等へ避難する際にも、1〜2食分の水や食料を持っていくと安心です。



西区防災マップを確認しましょう



区内の「浸水想定区域」と「土砂災害警戒区域」などを掲載した地図です。自宅、学校、職場など浸水や土砂災害の危険性を確認しておきましょう。

配布場所 総務課(51番窓口)

ホームページでは、日本語版に加え英語版、中国語版を公開



CHECK1 浸水想定区域 ……河川が氾濫した場合に浸水が想定される区域

浸水深のめやす

5.0~10.0m未満

3.0~5.0m未満
2階部分まで浸水する深さ

0.5~3.0m未満
1階天井をこえて浸水する深さ

0.5m未満
大人の膝まで浸かる深さ

自分のいる場所の「浸水する深さ」によって、避難行動や避難すべき場所が変わります。

緑色の場所 50cm~3mの浸水が予想される場所
→2階以上に避難しましょう。

黄色の場所 0~50cmの浸水が予想される場所
→地下にいる人は避難が必要です。

近くに避難に適した場所がない時…
高台や2階以上の建物等、一時的に避難する場所を確認しておきましょう。

CHECK2 土砂災害警戒区域 ……急傾斜地の崩壊などが発生した場合に、住民などの生命または身体に危害が生じるおそれがあると認められる区域



大雨で土に大量の水がしみこむと、がけ崩れの発生する可能性が高くなります。

がけ崩れの前兆現象

- 小石がパラパラ落ちてくる
 - 斜面に亀裂が発生している
 - 斜面から湧き水が発生している
- などに気づいたら**避難行動**が必要です

CHECK3 即時避難勧告対象区域 ……「土砂災害警戒情報」の発表とともに「避難勧告」が発令され、エリア内住民の避難行動が必要な区域

西区の即時避難勧告対象区域は、境之谷・西戸部町1丁目の一部です

土砂災害や浸水害の危険性が高まった場合に市や区が避難情報を発令します。情報収集の手段を確認しておきましょう。

テレビ



各地の避難勧告をお伝えします。横浜市西区〇〇町、〇〇町、〇〇町…

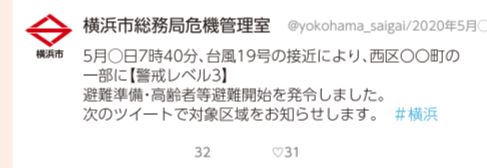
エリアメール
防災情報
Eメール

気象庁から土砂災害警戒情報が発表されると、横浜市が該当する区に避難勧告のエリアメールを発信します。



防災情報Eメール

ホームページ
ツイッター



西区ホームページ



西区Twitter

広報車



西区〇〇町に避難勧告が発令されました。

滞在中の場所によって避難行動が変わってきます。自分や大切な人の命を守る安全行動を見てみましょう。



田中さん夫婦

浸水深 **CHECK1** 0.5m~3m未満の地域の木造2階建てに暮らす。



加藤さん家族

土砂災害警戒区域 **CHECK2** のマンション2階に暮らす。



高橋さん

高台でがけ地のない木造住宅に住んでいる。



佐藤さん

浸水深 **CHECK1** 0.5m未満の地域の地下1階で飲食店を営む。



鈴木さん夫婦

土砂災害警戒区域 **CHECK2** の木造2階建てに暮らす。



林さん家族

即時避難勧告対象区域 **CHECK3** のアパート1階に暮らす。

危険想定を考慮した垂直避難や水平避難など自宅でできる避難

大雨で川の水位が上がってきた。どうする？



田中さん夫婦

わが家の浸水想定は3m未満。1階にいるのは危険だから、2階へ避難しました。



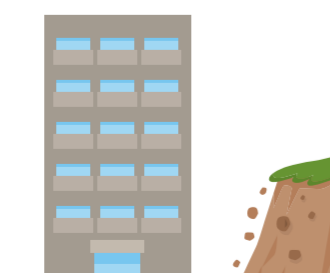
より高い所へ「**垂直避難**」

土砂災害警戒情報が出たけど、避難した方が良さそう？



加藤さん家族

うちのマンションは土砂災害警戒区域に入っているけど、鉄筋コンクリート造りだから大丈夫だろう。一応がけから離れた部屋で就寝しました。



より遠い所へ「**水平避難**」

区役所が避難勧告を出したらいい。私も避難するのかしら？



高橋さん

区役所のホームページで確認したら、私の家は避難勧告の対象に入っていないので、自宅待機することにしました。



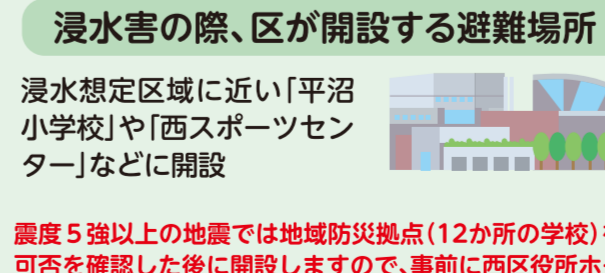
「土砂災害や浸水害の危険性が高まった地域」に開設する避難場所へ避難

側溝から水が溢れている。避難勧告が出たらどうしよう？



佐藤さん

この辺の浸水深は0.5m未満だけど、地下には水が入ってくる。営業はやめて区役所が開設した避難場所へ避難しました。



浸水害の際、区が開設する避難場所

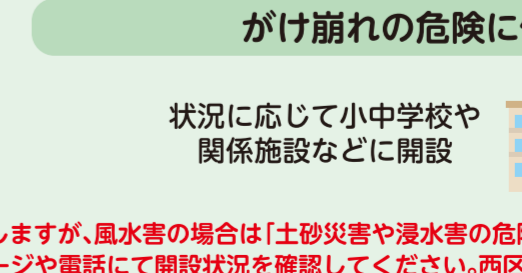
浸水想定区域に近い「平沼小学校」や「西スポーツセンター」などに開設

がけから水が流れてきた。大丈夫？



鈴木さん夫婦

区役所に電話をしたら職員が来て現場を確認。区役所が開設した避難場所へ避難しました。



がけ崩れの危険に伴い、区が開設する避難場所

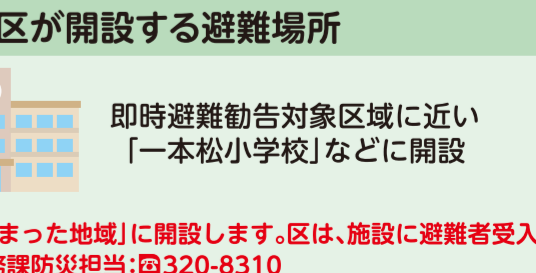
状況に応じて小中学校や関係施設などに開設

わが家は即時避難勧告対象区域。どうしよう？



林さん家族

区役所の職員が、避難勧告が出たと知らせにきたので、区役所が開設した避難場所へ避難しました。



即時避難勧告対象区域に近い「一本松小学校」などに開設

震度5強以上の地震では地域防災拠点(12か所の学校)を開設しますが、風水害の場合は「土砂災害や浸水害の危険性が高まった地域」に開設します。区は、施設に避難者受入の可否を確認した後に開設しますので、事前に西区役所ホームページや電話にて開設状況を確認してください。西区役所総務課防災担当: ☎320-8310 * 台風19号では、一本松小学校、平沼小学校、西地区センター、藤棚地区センター、西スポーツセンター、自治会館の6か所を開設しました。

NISHI INFORMATION 各種お知らせ

掲載しているイベントなどは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の取組に伴い、中止・延期になる場合があります。開催有無は事前にご確認ください。

5月号 広報よこはま西区版 読者アンケート

今月の紙面について、ご意見をお寄せください。抽選でにしまろちゃんタオルをプレゼント

- あなたの年代
- 今月の特集の感想
- 今月号で良かった記事とその理由
- 今後、読んでみたい記事
- その他ご意見・ご感想



【回答方法】はがき・FAX・ホームページで、「読者アンケート5月号」と明記し、広報相談係(〒220-0051 中央1-5-10 西区役所)まで。5月31日(日)必着

広報よこはま西区 読者アンケート 検索

広報相談係
☎ 320-8321 fax 314-8894

6病院合同 潜在看護職 復職支援病院見学会

病院紹介や院内見学、復職相談

①6月9日(火)、10日(水) ②11月17日(火)、18日(水) いずれも10時～16時
※中止や延期の際は、けいゆう病院看護部ホームページにてお知らせします。

①けいゆう病院(みなとみらい3-7-3)、関東病院(磯子区森1-16-26)、佐藤病院(南区南太田1-10-3)、横浜中央病院(中区山下町268)、磯子中央病院(磯子区磯子2-20-45)、亀田病院(御所山町77)

②将来的に市内での復職を希望する看護師または准看護師免許を持つ人

③病院間移動の交通費、昼食代

④記入済の「キャリアシート」を持参の上、①・②の見学会初日10時に関東病院に集合

※キャリアシートは、けいゆう病院看護部のホームページからダウンロードまたは問合せの上、郵送対応

☎けいゆう病院看護部 就職担当

☎221-8202 ✉kangobu-2@keiyu-hospital.com

新治恵みの里 市民の森散策とジャガイモの収穫

農家の人の案内で里山の散策と新ジャガの収穫を楽しみませんか

①6月20日(土) 10時30分～12時30分(予備日:6月21日(日) 10時30分～12時30分)

※作物の生育状況などによる日時変更あり
②いにはる里山交流センター(緑区新治町887)

③市内在住の個人、家族・グループ(4人まで) 先着15組

④¥1組1,200円(ジャガイモ3kg分のお土産付き)

⑤5月15日(金)～ ホームページ申し込みフォームから

☎北部農政事務所農業振興担当

☎948-2480 fax 948-2488



新治恵みの里 サツマイモ作り教室(8株) (全3回)

芋苗の植え付けから収穫まで、農家の人と一緒に楽しみませんか

①苗植え付け:6月6日(土)

②土寄せと草取り:7月4日(土)

③収穫:10月17日(土) いずれも10時～12時

※作物の生育状況などによる日時変更あり
④いにはる里山交流センター(緑区新治町887)

⑤市内在住の個人、家族・グループ(4人まで) 先着15組

※必ず初回に参加できる人
⑥¥1組2,600円(サツマイモ8株分のお土産付き)

⑦5月15日(金)～ ホームページ申し込みフォームから

☎北部農政事務所農業振興担当

☎948-2480 fax 948-2488



施設から

中央図書館

〒220-0032 老松町1

☎262-0050 fax 231-8299

- 移動図書館「はまかせ号」
みなとみらいのビジネス街でお昼休みに本を借りられます
①5月22日、6月5日(金) 11時50分～12時50分
②グランモール公園 美術の広場(みなとみらい3)

- 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
①5月16日、23日、30日、6月6日(土)
②14時～ ③14時30分～(各20分)
④①ひとりでお話を聞ける子 ②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
①5月20日、6月3日(毎月第1・3水曜) 11時～11時20分
②0～3歳児と保護者 先着15組

- 定例おはなし会
絵本や紙芝居の読み聞かせ、昔話など
①5月13日、27日、6月10日(毎月第2・4水曜) 15時30分～15時55分
②ひとりでお話を聞ける子～小学生

お知らせ

郵送でもできる手続きのご案内

証明書の発行など、区役所窓口での混雑を避け、郵送でもできるお手続きがあります。

詳細は

西区 郵送での手続きを推奨する事業等について 検索



福祉保健だより

5月11日(月)～6月10日(水)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。
電話予約…電話による予約が必要です。HP予約…西区役所ホームページからの予約が必要です。

問合せ・申込み ●健康づくり係 ☎320-8439～40 fax 324-3703 ●子ども家庭係 ☎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	食生活健康相談 電話予約	5月27日(水)9時～12時 6月11日(木)13時30分～16時30分	糖尿病の食事療法や高血圧症の減塩食など、食生活について相談できます
	禁煙相談 電話予約	5月20日(水)14時～16時	禁煙のアドバイス、禁煙外来紹介 ①禁煙に関心のある人、または身近な人の禁煙について相談のある人
	生活習慣改善相談 電話予約	5月20日(水)13時30分～16時	骨密度測定を実施し、生活習慣改善などを相談できます
女性の健康相談 電話予約	随時	不妊、避妊、思春期・更年期、妊娠から産後まで相談できます	子ども家庭係
子ども食生活健康相談 電話予約	5月20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相談できます	健康づくり係
母乳育児相談 電話予約	5月12日、6月9日(火)13時30分～15時30分	母乳、授乳、育児に関する相談 ①母子健康手帳	
赤ちゃんの家族	プレパママクラス	6月3日(水) 6月10日(水) 13時30分～15時30分(受付:13時15分～)	ママと赤ちゃんの歯のお話、妊娠中の食生活 ①持歯ブラシ・手鏡 ②お産の経過と過ごし方、母乳のお話 ③妊娠6～9か月の妊婦と家族 ④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
	プレパママクラス HP予約	6月1日(月) 9時～	6月17日(水) 赤ちゃんのいる生活について、沐浴、妊婦疑似体験など 詳細は 西区役所 プレパママクラス 検索
	乳幼児健診	4か月児 1歳6か月児 3歳児	【休止のご案内】 5月開催分については休止します。 再開後の受診日については、個別に通知します。
乳幼児・妊産婦歯科相談 電話予約			
ほっとたいむ 電話予約			
プレパママクラス			
よちよちパパママ育児教室 HP予約		【休止のご案内】 5月開催分については休止します。	
離乳食教室 電話予約			健康づくり係



日 時 場 所 対 象・定 員 持 持 ち 物 費 用 一 時 託 児
 申 込 込 み 問 問 合 せ 電 話 FAX Eメール



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。

にしとも広場

〒220-0051 中央1-5-10(区役所1階)
 ☎620-6624
 ✉ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp

●ボランティアってどんなもの?
 ～ミニレクチャーと相談会～
 ボランティアの活動内容など、日頃感じている疑問について、考えてみましょう
 ☎5月19日(火) 10時～12時
 先着10人
 申5月11日(月)～ 直接来館、電話、FAXまたはEメール

●精神障害とリカバリーについて
 障害と上手に付き合い、自分らしく地域で暮らすことをみんなで考えましょう
 ☎6月6日(土) 13時30分～15時30分
 先着20人
 申5月11日(月)～ 直接来館、電話、FAXまたはEメール

西地区センター

〒220-0073 岡野1-6-41
 ☎314-7734 fax320-4260

●花と光を楽しむハーバリウム作り
 専用オイルを使ってボトルの中に色鮮やかなお花の世界を作ります
 ☎6月14日(日) 10時～11時30分
 中学生以上 先着10人
 ¥1,100円
 申5月19日(火)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)



●星空・星座・天体を学ぼう
 ～日食観望会～
 専門家の解説付きで、日食観測をします
 ☎6月21日(日) 15時30分～17時30分
 小学生以上 先着24人
 ¥500円
 申5月21日(木)～ 直接来館(10時～)または電話(13時～)

浅間コミュニティハウス

〒220-0072 浅間町5-375-1
 ☎311-6085 fax311-6050

●親子のおはなし会
 わらべうた、体あそび、絵本 ほか
 ☎6月18日(木) 11時～11時30分
 0～2歳児と保護者 先着5組
 申5月21日(木)～ 直接来館または電話

●小瓶で梅ジュースを作ろう
 2週間後に完成する梅ジュースを親子で楽しく作りましょう
 ☎6月27日(土) 10時～11時30分
 小学生と保護者 先着6組
 ¥300円
 申5月15日(金)～ 直接来館または電話(3日以内に費用持参)

西前小学校コミュニティハウス

〒220-0051 中央2-27-7
 ☎311-8043

●口笛とキーボードの楽しいコンサート
 港横浜で口笛の演奏を楽しみ、口笛の吹き方を覚えましょう
 出演:横浜サウンドストリーム
 ☎6月27日(土) 13時30分～14時30分
 先着30人
 申5月12日(火)～ 直接来館または電話

●親子でリズム体操
 親子で楽しく運動しましょう。プレ幼稚園の要素も盛り込みます
 ☎6月30日、7月14日(火) 10時～11時 全2回
 2歳半～3歳児と保護者 先着10組
 ¥600円
 素足になれる動きやすい服装
 申5月12日(火)～ 直接来館または電話

三ツ沢公園 青少年野外活動センター

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
 ☎314-7726 fax311-6444
 ✉mitsuzawayc-yoyaku@yspc.or.jp

●ふれあい親子クラブ 自然みつ隊 II期
 季節のおやつ作り、自然遊び、工作など
 ☎6月17日、24日、7月1日、8日、15日(水) 14時45分～16時45分
 未就学児(年中・年長)と保護者 各抽選16組
 ¥2人1組6,500円(追加:1人3,000円、2歳以下700円)
 申～5月25日(月) 往復はがき(消印有効)に必要事項・年齢を記入、またはホームページ申込フォームから

●鉄板料理教室
 鉄板焼き、グッチオープンデザート
 ☎6月20日(土)、21日(日) 10時～14時
 家族・グループ 各抽選80人
 ¥中学生以上2,400円、小学生2,000円、4歳以上の未就学児1,000円、3歳以下200円
 申～5月29日(金) 往復はがき(消印有効)に必要事項・年齢を記入、またはホームページ申込フォームから

●わんぱくおてんば探検隊 夏探検
 野外ゲーム、自然観察
 ☎7月12日(日) 10時～15時30分
 小学1～3年生 抽選48人
 ¥3,500円
 申～5月29日(金) 往復はがき(消印有効)に必要事項・学年を記入、またはホームページ申込フォームから

横浜能楽堂

〒220-0044 紅葉ヶ丘27-2
 ☎263-3055 fax263-3031

●横浜狂言堂
 お話:山本東次郎
 狂言「空腕」(大蔵流):山本東次郎
 狂言「蟹山伏」(大蔵流):山本則俊
 ☎6月14日(日) 14時開演(13時開場)
 ¥2,200円(全席指定)
 申5月9日(土)12時～ 電話、ホームページ申込フォームまたは直接来館(10日(日)～)

フォーラム南太田

〒232-0006 南区南太田1-7-20
 ☎714-5911 fax714-5912

●女性としごと応援デスク
 ①女性の労働サポート相談
 6月20日(土) 13時～、14時～、15時～
 ②キャリア・カウンセリング
 6月26日(金) 10時～、11時～、13時～、14時～ 各50分
 女性 ①先着3人 ②先着4人
 2か月以上の未就学児 各先着有料 予約制(4日前まで)
 申5月11日(月)～ 直接来館、電話、FAXまたはEメール

横浜市民ギャラリー

〒220-0031 宮崎町26-1
 ☎315-2828 fax315-3033

●親が知っておきたい
 ～紙あそび・お絵かきあそび～
 紙あそびやお絵かきを通して、子どもの成長を見つめてみませんか
 講師:横田佳子さん
 ☎6月25日(木) 10時30分～12時
 1歳半～3歳児と保護者(大人1人につき子ども1人まで)、子育てや子育て支援に関わっている人 抽選15組
 ¥2,000円
 申～6月11日(木) 往復はがき(必着)に必要事項・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



子育て情報

西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート「青空子育て」 ～自然を感じる公園あそび～

近くの公園で思いきり遊ぼう!

スタッフが公園で待っているの、ひとりでも、初めてでも、安心して遊びに来てください。砂場や遊具と一緒に遊びながら、子育て相談もできます。

☎開催日時などは、スマイル・ポートのホームページまたはスマイル・ポート通信で確認してください

スマイル・ポート 検索

☎不定期 西区内の公園で実施しています
 (これまでの実施場所:境之谷公園、伊勢町もくせい公園、高島中央公園など)



☎西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート ☎264-4355 fax264-4350



NISHI INFORMATION 各種お知らせ



日 時 場 所 対 象・定 員 持 持 ち 物 費 用 一 時 託 児
 申 込 み 問 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

朗読にチャレンジ

名作を読み、朗読の良さに触れてみましょう
 6月9日、23日(火) 13時30分～15時30分 全2回
 先着20人
 持 筆記用具
 申 5月14日(木)10時30分～ 直接来館または電話

ママと赤ちゃんのヨガ

親子でリラックスした時間を過ごしましょう
 6月12日、19日(金) 10時30分～11時30分 全2回
 母親と首がすわっている赤ちゃん～2歳児 先着15組
 ￥300円
 持 バスタオル(ある人はヨガマット)、素足になれる動きやすい服装
 申 5月12日(火)10時30分～ 直接来館または電話

2020 ジャズコンサート

ジャズの魅力・ジャズの奥深さを多彩な楽曲、演奏でお楽しみください
 曲目:テイク・ファイブ、上を向いて歩こう、ブラックバード、平凡な人生 他
 6月6日(土) 13時30分～15時
 先着50人
 申 5月11日(月)10時30分～ 直接来館または電話

軽井沢コミュニティハウス

〒220-0001 北軽井沢24
 ☎fax 324-6771

元気UP 3B体操

音楽に合わせた体操で、骨盤底筋群を鍛えましょう
 6月17日、7月15日、9月16日、10月21日、11月18日、12月16日(水)
 10時～11時 全6回
 65歳以上の人 先着10人
 申 5月11日(月)～ 直接来館または電話

スポーツ

ファジーテニスタイム

6月20日(土) 13時30分～15時30分
 西前小学校体育館(中央2-27-7)
 成人 先着20人
 ￥100円
 申 5月20日(水)13時～ 西前小学校コミュニティハウスに直接来館
 問 西区さわやかスポーツ普及委員会事務局 田中 ☎080-4654-5034

ランニング教室 横浜マラソン2020にチャレンジ

7～10月まで 全10回
 西スポーツセンター(浅間町4-340-1)
 連続して5kmのランニングができる区内在住・在勤・在学の18歳以上 抽選20人
 ￥20,880円 ※横浜マラソン参加費16,200円は別途個人負担
 申 5月18日(月)～6月13日(土) ホームページ申込フォーム、直接来館または電話。結果は6月14日(日)12時に西スポーツセンター2階で発表
 問 西スポーツセンター
 ☎312-5990 fax 312-6040

健康維持のためのボウリング体験会

①6月3日、10日、17日、24日(水) 10時30分～12時
 ②6月5日、12日、19日、26日(金) 15時～16時30分 各全4回
 ハマボール(北幸2-2-1)
 区内在住・在勤の50歳以上 先着20人 ※過去に参加した人は不可
 ￥2,000円(4回分のゲーム代、貸靴代含む)
 申 5月11日(月)～ 直接来館(ハマボールイース8階)または電話
 問 西区スポーツ協会ボウリング部 石渡
 ☎311-6700 fax 311-6712

清水ヶ丘公園屋内プール

〒232-0007 南区清水ヶ丘87-2
 ☎243-2131 fax 243-2206

成人初級水泳教室

6月18日(木)、23日(火)、25日(木)、30日(火)、7月2日(木)、7日(火)、9日(木)、14日(火) ①9時30分～11時
 ②11時～12時30分 各全8回
 成人 各先着35人
 ￥7,200円
 申 5月28日(木)～ 直接来館

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

30分前から先着受付 2歳以上の未就学児(要予約) 1回510円
 持 運動しやすい服装・室内シューズ・飲み物など
 下記以外にも開催している教室があります

教室名	対象	曜日	時間	定員	費用
バタフライ初級	16歳以上	月	8時～8時50分	15	930
火曜ZUMBA®		火	11時～11時50分	40	660
からだいきいきメンテナンス		火	12時～12時50分	40	550
エアロビクス初級		水	9時～9時50分	40	660
木曜ZUMBA®		木	12時～12時50分	40	660
リンパボディメンテナンス		金	11時～11時50分	40	550
ボディウェイト&ピラティス		土	11時～11時50分	40	550
イヴニングヨガ初級		土	17時～17時50分	15	550
アクアウォーク&クロール		土	21時～21時50分	15	930

*広報掲載後に変更になる場合があります。詳しくは施設へお問い合わせください

平沼記念体育館

〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
 ☎311-6186 fax 316-8521

定期教室(7～9月)

5～5月30日(土) ホームページ申込フォームまたは往復はがき(必着)。各抽選
 下記以外にも開催している教室があります

教室名	対象	曜日	時間	定員	回数	費用
バドミントン	16歳以上	火	9時～10時50分	35	11	10,560
フラダンス1		火	10時30分～11時45分	18	10	7,200
はじめてのピラティス		水	9時10分～10時	18	12	7,200
ステップUPピラティス		水	10時10分～11時	18	12	7,200
木曜ヨガ		木	9時15分～10時15分	20	11	7,920
はつらつ健康づくり	55歳以上	木	9時20分～10時20分	70	11	5,500
ピラティス1	16歳以上	金	13時10分～14時10分	14	11	7,920
ピラティス2		金	14時20分～15時20分	14	11	7,920
生活習慣改善体操	40歳以上	土	9時30分～10時40分	18	11	6,600
転倒予防体操		土	10時50分～12時	15	11	6,600

THE BAYS「ACTIVE STYLE CLUB」

〒231-0021 中区日本大通34
 ☎663-5280 info@asc.dena-baystars.jp

はじめてのフィットネスプログラム ～西区・中区在住・在勤者限定～

	キッズスポーツプログラム U-9	はじめてのヨガ 基本の「き」
日時	6月12日(金) 16時30分～17時20分	6月7日(日) 16時15分～17時30分 6月17日(水) 19時～20時15分
定員・対象	小学1～3年生 先着8人	18歳以上 各先着15人
持ち物	運動しやすい服装、タオル、飲み物、区内在住・在勤が確認できるもの(保険証など)	
申込み	5月11日(月)～ 直接来館、電話またはEメール(必要事項、年齢、性別を明記)	



西区の行政運営情報・イベント情報などをお届けします



[公式Twitter]横浜市西区役所 @nishi_yokohama

子どもの防犯対策 第1回

おおだこポリス4つのお約束

入学式や進級によるクラス替えを終え、子どもたちの交友関係や行動範囲が変わる時期です。屋外で遊ぶ機会が増える子どもたちが犯罪被害に遭わないよう、家族で外出する際の約束を確認しましょう。

神奈川県警察では、子どもを犯罪から守る防犯標語として「おおだこポリス4つのお約束」を推奨しています。

① うちのひとにいきます!

でかけるときには、かならずうちのの人にいきさきをはなしてからでかけましょう。

② ともだちとあそぼうね!

ひとりであそんでいる子をわるい人がねらっているよ。

③ だまされて、ついていかない!

わるい人は、やさしいことばでみんなをだましてつれていこうとするよ。

④ わくなったら、おおごえで!

こわくなったり、あぶないときには大きな声でたすけをよぼう!



神奈川県警察子ども安全キャラクター

問 戸部警察署生活安全課 ☎324-0110(代) / 地域振興課 ☎320-8393 fax 322-5063

