

さかえ 6 月号 No.296

🐾ここから栄区版(5~12ページ)です

- ⑤⑥ページ……コラム
- ⑦ページ……福祉保健センターからのお知らせ
- ⑧⑨ページ……特集「こんなことができる 身近な施設に行ってみよう!」
- ⑩~⑫ページ……各種お知らせ

栄区情報を発信中! フォローお願いします!



栄区のいま (2022年5月1日現在) 人口 120,913人 世帯数 53,887世帯 栄区役所ホームページ 栄区役所 検索

特集 こんなことができる

身近な施設に行ってみよう!

身体を動かしたいときに♪

地区センター



ちょっと仲間と集まりたいときに♪

コミュニティハウス



福祉保健の活動拠点に♪

地域ケアプラザ



「こんなことがしたい!」
「何か始めてみたい!」
そんなときは、身近にある施設を利用してみませんか?

詳しくは特集8・9ページへ

※実施状況については、事前にホームページや紙面に記載のある問合せ先に実施の有無を必ず確認してください。
※マスク着用、密閉・密集・密接を避ける等の感染症対策に取り組みましょう。

今年の夏は参議院議員選挙が行われます!

当日投票
投票時間:あさ7時~よる8時



投票所へは「投票のご案内」をお持ちください!

「投票のご案内」は、公示日前後に、選挙人名簿に登録されている人へお送りします。世帯ごとに一つの封筒に入れて郵送しますので、ご自分の「投票のご案内」を確認の上お持ちください。お持ちいただきますとスムーズに受付ができます。
※お車での来場が必要な場合は、期日前投票をご利用ください。

当日投票に行けないときは… 期日前投票制度か不在者投票制度で投票を!

期日前投票制度

投票日当日に用事で投票所に行けない場合や、新型コロナウイルス感染症対策として、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、お持ちください。

※「投票のご案内」の裏面に「請求書兼宣誓書」(期日前投票の際に必要)を印刷していますので、ご記入の上、お持ちいただきますとスムーズに受付ができます。

※臨時期日前投票所がイトーヨーカドー桂台店に変更となっています。

期日前投票所	投票期間	交通	投票時間
栄区役所新館1階 (栄区桂町303-19)	公示日の翌日 ~投票日の前日	JR本郷台駅(徒歩10分)	8時30分~20時
イトーヨーカドー桂台店2階 コミュニティプラザ (栄区桂台中15-1)	投票日の8日前 ~投票日の前日	神奈中バス「桂山公園」下車すぐ (JR港南台駅からバスで15分、 JR大船駅からバスで20分)	10時~20時 ※開始時刻にご注意ください。

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。



不在者投票制度

出張先、旅行先、入院先(指定された施設)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」をお持ちの人は、郵便による不在者投票ができます。詳しくは、栄区選挙管理委員会へお問い合わせください。

栄区選挙管理委員会
☎ 894-8315 ☎ 895-2260



※実施状況については、事前にホームページや紙面に記載のある問合せ先に**実施の有無を必ず確認してください。**
 ※マスク着用、密閉・密集・密接を避ける等の感染症対策に取り組みましょう。



栄区民芸術祭2022へ参加してみませんか？

主催:栄区文化協会 共催:栄区役所

文化・芸術の“秋の祭典”です。
 区内最大の文化イベントに、
 あなたも出演・出品してみませんか？



区内在住・在勤・在学の個人、区内で活動するグループのメンバー **抽選**

催し	募集内容	開催日	開催場所	申込	問合せ・応募先
作品展 出品費:各500円	園芸(盆栽、山野草、こけ玉)	10月19日(水)~21日(金)	栄区民文化センター リリス	①「募集要項(申込書)」を右記応募先へ郵送またはFAX受付(6月30日(水)必着) ※募集要項は生涯学習支援係(区役所本館4階47番窓口)、さかえ区民活動センター、区内地区センター・コミュニティハウスで配布しています。	栄区園芸協会(松澤) ☎892-7297
	生け花	10月19日(水)~21日(金)			栄区華道協会(高橋) ☎891-7226
	美術(絵画)	10月22日(土)~26日(水)			栄区美術連盟(相澤) ☎891-6045
	手工芸	10月27日(木)~31日(月)			手工芸・SAKAE(稲木) ☎894-6904
	写真	11月6日(日)~10日(木)			フォトSAKAE(野仲) ☎892-6807
	書道・篆刻	11月15日(火)~19日(土)			栄区書道協会(柳田) ☎892-7173
	園芸(菊花)	10月29日(土)~11月6日(日)	あーすぷらざ		栄菊花会(鈴木) ☎892-0049
秋の音楽祭	合唱の祭典①②	①10月29日(土) ②10月30日(日)	栄区民文化センター リリス	※申込方法、参加費については、右記応募先に直接お問い合わせください。	栄区音楽協会(由田) ☎892-0102
	素敵なすてきなクラシックコンサート	クラシック個人演奏			11月5日(土)
	シャンソンコンサート	シャンソン個人演奏	①11月6日(日) ②11月13日(日)		あーすぷらざ
器楽の祭典①②	器楽(吹奏楽含む)団体演奏(4人以上)	11月3日(木・祝)	栄区民文化センター リリス	栄区邦楽協会(角田) ☎891-4636	
さかえ邦楽の集い	三曲・長唄・謡曲・琵琶・邦楽器全般	11月6日(日)	あーすぷらざ	栄区文化協会(東) ☎891-5702	
秋の舞	舞踊・ダンスサークル演技(5人以上)	11月7日(月)	あーすぷらざ	栄区和装協会(野仲) ☎892-6807	
和装おさらい会	和装着付、早着替え等				

生涯学習支援係 ☎894-8395 fax 894-3099

安全・安心なまちづくりクイズ ~特殊詐欺編~

「特殊詐欺」は、電話や郵便物などで対面することなく相手を信頼させ、現金やキャッシュカードをだまし取る犯罪です。知らない番号からかかってきた電話や、身に覚えのない郵便物に注意しましょう。

クイズに挑戦! ~どちらが正しいでしょうか?~

- 問1** 令和3年栄区内の特殊詐欺件数は、令和2年の28件と比べると減少している。
- はい いいえ
- 問2** 知らない番号からかかってきた電話にすぐに出る。
- はい いいえ
- 問3** 区役所や銀行から「還付金がある」等お金に関する電話があった場合、すぐに手続きを進める。
- はい いいえ

答え

息子等を名乗るオレオレ特殊詐欺が増加しているので注意!

問1 正解は「いいえ」

令和2年は28件、被害総額約5,487万円となっています。令和3年は44件、被害総額約5,769万円と増加しています(暫定値)。

問2 正解は「いいえ」

知らない番号から電話があったらすぐに電話に出ず、留守番電話等のメッセージを聴いてから出るようにしましょう。家族で合言葉を決めておくと、さらに効果的です。

問3 正解は「いいえ」

還付金がATMで支払われることはありません。一度電話を切り、家族や警察署に相談しましょう。



地域力推進担当 ☎894-8936 fax 894-9127



チャドクガの幼虫に注意して! とても小さな毒針を持っています

チャドクガの幼虫は、5月~6月と9月~10月の時期にツバキ、サザンカなどの葉に発生する毛虫です。とても小さな毒針を無数に持っていて、触れたり近づいたりするとかぶれ、かゆくなったり赤く腫れたりします。搔くと無数にある毒針が広がってしまうので、水で流すなどして取り除きましょう。駆除については生活衛生係(区役所新館3階302番窓口)までご相談ください。



チャドクガに刺された患部



写真提供:横浜市衛生研究所

生活衛生係 ☎894-6967 fax 895-1759



「わんわんマナーアップ&パトロール」隊員大募集!!

栄区でワンちゃんを飼われている皆さん、ワンちゃんと一緒に、他の飼い主さんへマナーアップの啓発と地域の見守り活動を始めませんか? 現在、随時申込み受付中です。

パトロールの内容

お渡しするパトロールグッズ(無料)をご自身とワンちゃんに身に付けていただき、いつものコースをお散歩します。

(例)ウンチ袋を持たずにお散歩している飼い主さんを見かけたら、啓発物品を渡してマナーアップの啓発をします。

申込資格を確認しましょう

- 区内在住で飼い犬の登録と狂犬病予防接種をしている
 - 必ずリードを付けて、フンを持ち帰るなどのマナーを守ってお散歩する
 - 2世帯以上の団体である(お散歩は別々で結構です)
 - 区役所が依頼するアンケート調査に協力できる
 - 申込用紙(窓口で配布)に必要な事項を記入の上、窓口・郵送・Fax・E-mail(sa-eisei@city.yokohama.jp)のいずれかの方法で、生活衛生係へ
- ※申込用紙は、栄区のホームページからもダウンロードできます。

このようなパトロールグッズをつけて、散歩していただけます!



栄区 わんわんマナーアップ&パトロール

生活衛生係 ☎894-6967 fax 895-1759

※実施状況については、事前にホームページや紙面に記載のある問合せ先に実施の有無を必ず確認してください。
 ※マスク着用、密閉・密集・密接を避ける等の感染症対策に取り組みましょう。

福祉保健センターだより

🕒日時・期間 📍会場 🧑対象・定員 🗣️講師・出演等 📄内容
 🎒持ち物 💰参加費・料金 📄申込み 🗨️問合せ 📅要予約

種類・対象・予約の有無	日時・会場・定員	講師・内容・料金 など	申込み・問合せ
乳幼児健診 4か月児 1歳6か月児 3歳児	🕒 6月8日(水)・24日(金) 受付:12時30分~13時30分 🕒 6月10日(金) 🕒 6月15日(水) 📍 区役所新館2階	※詳細は個別に郵送される通知をご確認ください。	📄 当日直接 🗨️ こども家庭支援担当 ☎️ 894-8049 📠 894-8406
子育て関連 乳幼児歯科相談 妊産婦歯科相談	🕒 6月27日(月) 13時15分~14時30分 📍 区役所新館2階 歯科相談室 🧑 未就学児・妊産婦	🗣️ 歯科医師による相談、歯科衛生士によるブラッシング	📄 電話でこども家庭係 (☎️ 894-8410)へ
こどもの食生活相談	🕒 6月16日(木)9時~12時 6月28日(火)9時~12時 📍 区役所新館2階栄養相談室	🗣️ 離乳食、少食、好き嫌いの相談など	📄 電話で健康づくり係 (☎️ 894-6964)へ ※「離乳食教室」は区ホームページでも申込み可
離乳食教室 ~もぐもぐ2回食~	🕒 6月28日(火) 13時30分~14時15分 📍 区役所新館2階栄養相談室 🧑 月齢7・8か月頃の乳児と保護者10組(申込み多数の場合は2部制/先着)	🗣️ 調理実演・講話等 ※試食・保育はありません。	

がん検診
 ◎「横浜市がん検診(肺、胃、大腸、子宮、乳房、前立腺)」は、実施医療機関でも受けられます。
 実施医療機関は、「令和4年度福祉保健センターからのお知らせ」をご覧ください。 [横浜市 がん検診](#) [検索](#)
 ◎【負担免除】がん検診は、令和4年度中に70歳以上になる人(昭和28(1953)年4月1日以前に生まれた人)、そのほか無料になる条件等は、健康づくり係へお問い合わせください。
 ◎電話予約のみ

肺がん (昭和58年4月1日以前に生まれた人/1年度に1回)	🕒 7月21日(木)8時30分~11時40分 📍 区役所新館2階(当日の受付時間は予約時に調整)	🗣️ 胸部エックス線撮影 💰 680円 🎒 無地のTシャツ(プリント・レース・金具付きは不可)	📄 6月21日(火)から電話で健康づくり係(☎️ 894-6964 / 平日9時~17時)へ
-----------------------------------	---	--	--

卒煙相談(個別禁煙相談)	🕒 6月15日(水)9時~12時 📍 区役所新館2階	🗣️ 肺の機能検査、呼気中一酸化炭素濃度測定	
HIV・梅毒検査 HIVやエイズに関する相談	🕒 毎週水曜9時~9時45分 📍 区役所新館2階 ※検査結果は、原則1週間後の同時刻に直接本人に取りに来ていただきます。	🗣️ 無料(匿名で受付) ※心配なことがあってから3か月以上経っていないと正しい検査結果が出ません。※梅毒検査のみの受診はできません。※HIV検査等に関する情報は、インターネットでこちらから HIV検査相談マップ 検索 横浜エイズ市民活動センター 検索	📄 電話で健康づくり係(☎️ 894-6964)へ
生活習慣改善相談 管理栄養士による個別相談	🕒 6月16日(木)13時~16時、6月23日(木)9時~12時、7月5日(火)13時~16時 📍 区役所新館2階	🗣️ 糖尿病、コレステロールが高い、体重コントロールをしたい人などの食事療法の進め方、食習慣の見直しについて	
保健師による個別相談	🕒 6月23日(木)9時~12時、7月5日(火)13時~16時 📍 区役所新館2階	🗣️ 高血圧、脂質異常、糖尿病、高尿酸血症などの相談や健診結果の見方、ライフスタイルの見直しについて	
精神保健福祉相談	🕒 平日8時45分~12時、13時~17時 📍 区役所本館2階	🗣️ こころの病やそれに伴う生活上の困りごとなどについて、医療ソーシャルワーカーが対応します。	📄 電話で障害者支援担当(☎️ 894-8405)へ

6月は食育月間~しっかり食べて健康長寿!~ シニアの食育教室(10食品群・食事様式チャレンジャー)参加者募集中!

コロナ禍の今、食事がおろそかになりがちではありませんか? 肉類、卵類、油脂類、牛乳・乳製品、魚介類などの10食品群を、バランスよく食べることが大切です。この機会にご自分の食生活を見直してみよう。



3つの方法からお選びください!

ポイント1
「10食品群・食事様式チャレンジシート」を使って食生活をチェック!

- シニアの食育講座① 自宅でチャレンジ(通信型)**
資料がご自宅に届きますので、ご自身で食事バランスチェックができます。
- シニアの食育講座② マンツーマンでチャレンジ(区役所来所型)**
管理栄養士との個別相談で、食事バランスチェックをします。
- シニアの食育講座③ 仲間と一緒にチャレンジ(グループ・団体型)**
シニアの栄養について学び、食事バランスチェックをします。2日間1コースです。団体でお申込みください。

ポイント2
 参加者には、「10食品群・食事様式チャレンジシート」マグネットシートをプレゼント!

冷蔵庫等に貼って繰り返し使えます!

📄 いずれも7月29日(金)までに電話受付

詳しくはこちら [シニア世代の食育](#) [検索](#) [健康づくり係](#) ☎️ 894-6964 📠 895-1759

区役所で相談できます! ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談

「外出することに不安を感じる」、「社会に出るために何をすればいいのかわからない」など、ひきこもり等の困難を抱える若者やその家族を対象に、専門の相談員が区役所に出向いて相談をお受けします。

- 🕒 原則毎月第2金曜・第4火曜 14時~17時(相談時間50分)
- 📍 区役所本館2階26番窓口
- 🧑 市内在住の15歳~39歳の人とその家族
- 📄 南部ユースプラザ(☎️ 761-4313)へ電話受付
- 🗨️ こども青少年局青少年相談センター ☎️ 752-8366



特集

こんなことができる 身近な施設に行ってみよう!

色々な種類のお部屋がある!

地区センター

子どもから高齢者まで、幅広い皆さんが利用し、交流いただける施設です。年間を通じて、運動や演奏会、季節に合わせた料理教室などの講座を開催しています。

こんなことに利用できます!

身体づくり



フィス骨盤体操クラブ

健康増進のために、豊田地区センターの会場で、骨盤体操をしています。

オープンガーデン



上郷地区センターでは、色とりどりのきれいな花壇を見ることができます。

上郷地区センターを利用している 上郷グリーンクラブの皆さん

上郷地区センターの西花壇をお手入れさせていただいています。自然豊かな施設なので、草木が溶け込んで、花壇作りがとても楽しいです!



問合せ

開館時間 月～土曜(9時～21時)、日曜・祝日(9時～17時)
休館日 年末年始(12月28日～1月4日)、月1回の施設点検日

①豊田地区センター ☎895-1390 ☎895-1480 ②上郷地区センター ☎892-8000 ☎892-8022
※本郷地区センターは、SAKAESTAに記載。

利用できるお部屋 **有料**

会議室 定員40人以上の大きめな会議室や10人以上で利用できる小さな会議室も揃っています。

体育室 バasketボールなどの球技から体操やダンスまで楽しむことができます。

音楽室 自宅で行うのが難しい楽器や合唱の練習などをすることができます。備付けのピアノもあるので、ぜひご利用ください!

料理室 調理器具や食器をご用意しているため、気軽に料理を楽しめます。

〓 お子さんがいる家族におすすめ! 〓

お部屋を借りなくても無料で利用できる設備あります! ●キッズスペース ●図書コーナー ●娯楽スペース など

身近にある施設では、お部屋を借りたり、イベントに参加するなど、色々な活動を行うことができます。

そこで、今回の特集では、区内にある施設の「地区センター・コミュニティハウス・地域ケアプラザ」についてご紹介します。身近な活動場所としてぜひご利用ください!

※利用方法などについては、各施設にお問い合わせください。

【特集に関する問合せ】区民施設担当 ☎894-8393 ☎894-3099
事業企画担当 ☎894-6962 ☎895-1759

ご紹介した施設以外にも、区内にはたくさんの施設があります! 詳しくはホームページをチェック!

栄区 区民利用施設 検索

無料で使える会議室!

コミュニティハウス

幅広い世代の皆さんが、気軽に利用できる地域の施設です。学校に併設されたコミュニティハウスも含めて、区内に4箇所設置されています。

こんなことに利用できます!

趣味



SI会

飯島コミュニティハウスでは、卓球台を導入し、毎週木・土曜に利用することができます。

音楽活動



kotoグループさざなみ

本郷小学校コミュニティハウスの和室を利用して、箏の練習をしています。

飯島コミュニティハウスを利用している SI会 代表 斎藤竹子さん

近所で卓球をすることができるので、仲間と気軽に集まります。用具が新しくなったので、気持ちよく卓球ができて、とても楽しいです!



問合せ

開館時間 月～土曜(9時～21時)、日曜・祝日(9時～17時)
休館日 年末年始(12月29日～1月3日)

③飯島コミュニティハウス(休館日:月1回の施設点検日) ☎891-1766 ☎891-1786

④本郷小学校コミュニティハウス(休館日:毎週月・水曜) ☎895-5588 ☎896-2430

⑤庄戸中学校コミュニティハウス(休館日:毎週水・金曜) ☎890-1877 ☎890-1878
⑥上郷矢沢コミュニティハウス(休館日:月1回の施設点検日) ☎895-1037 ☎896-2406

地域ケアプラザ

福祉保健活動に取り組みたい、あなたをサポートします!

誰もが住み慣れたまちで、健康で安心して暮らせる地域をつくるための拠点としての施設です。

こんなことに利用できます!

健康づくり



健康づくり体操in野七里

野七里地域ケアプラザでは、運動や体操などの講座を開催しています。

ボランティア活動



配食サービスの会みつ葉

笠間地域ケアプラザの調理室を利用して、登録団体が配食サービスのボランティア活動を行っています。

笠間地域ケアプラザ 所長 金枝洋平さん

地域ケアプラザでは、配食などの直接的なボランティア活動だけでなく、普段趣味で行っている活動を、ボランティア活動に発展させて活動しているグループもあります。私たち職員も活動の支援を行っていますので、気軽にご相談ください。



問合せ

開館時間 月～土曜(9時～21時)、日曜・祝日(9時～17時) 休館日 年末年始(12月29日～1月3日)、各地域ケアプラザの施設点検日
⑦豊田地域ケアプラザ ☎864-5144 ☎864-5904 ⑧小菅ヶ谷地域ケアプラザ ☎896-0471 ☎896-0472
⑨中野地域ケアプラザ ☎896-0711 ☎896-0713 ⑩野七里地域ケアプラザ ☎890-5331 ☎890-5332
⑪桂台地域ケアプラザ ☎897-1111 ☎897-1119 ⑫笠間地域ケアプラザ ☎890-0800 ☎890-0864
※本郷台駅前地域ケアプラザは、SAKAESTAに記載。

注:お部屋の利用は、事前利用申請が必要となります。詳細は、各地域ケアプラザへお問い合わせください。

利用できるお部屋

地域の福祉活動や保健活動のためであれば、無料でご利用いただけます。

多目的ホール 介護予防体操や親子サークルなど幅広い福祉活動で利用できます。

調理室 ボランティアが食事を作り、隣接している多目的ホールで会食をしたり、地域への配食サービスなどで利用できます。

地域の身近な相談窓口

高齢者をはじめ、子育てや障害児・者などの福祉保健に関する相談も無料でお受けしています。

PICKUP! 市内初の複合施設

SAKAESTAを知っていますか?

SAKAESTAは、本郷地区センター・本郷台駅前地域ケアプラザ・さかえ区民活動センターが一体となった市内初の複合公共施設です。令和3年12月から本郷台駅前に開所しました。



SAKAESTAのいいところ

3つの施設が一体化することで、お部屋の利用だけでなく、福祉相談や団体紹介などを1つの施設の中で行うことができます。



区内小・中学校の個別学級と本郷特別支援学校の児童・生徒さんの作品を展示しました。



何か新しいことを始めたい…。そんなときは!

新しいこと・活動を始めたい人の相談、団体のご紹介・支援などをさかえ区民活動センターで行っています。「趣味や仲間を見つけたい」「何か新しいことを始めたい」そんなときは、さかえ区民活動センターまでご相談ください!

問合せ

開館時間 月～土曜(9時～21時)、日曜・祝日(9時～17時) 休館日 年末年始(12月29日～1月3日)、毎月第3月曜
⑬SAKAESTA(本郷地区センター・本郷台駅前地域ケアプラザ・さかえ区民活動センター) 【代表】☎392-5157 ☎392-5183



SAKAESTA職員の皆さん

SAKAESTAという名称は、「sac(栄)とestablish(エスタブリッシュ)の造語」で、地域に愛され、根強い施設として確立してほしいという、願いが込められています。その想いを職員一同大切に、皆さんのお越しをお待ちしています。





※実施状況については、事前にホームページや紙面に記載のある問合せ先に**実施の有無を必ず確認してください。**
 ※マスク着用、密閉・密集・密接を避ける等の感染症対策に取り組みましょう。



情報コーナー



◎当月11日～翌月10日を目安にお知らせしています。◎費用の記載がない場合は無料
 ◎区役所への郵送は〒247-0005 桂町303-19へ。そのほかは各施設へ
 【全ページ共通マーク】🕒日時・期間 📍会場 🧑対象・定員 🗣️講師・出演等 📄内容
 🎒持ち物 💰参加費・料金 📄申込み 🗨️問合せ



第185回昼休みコンサート

栄区役所でお昼休みのコンサートを楽しみませんか。

🕒 6月9日(木) 12時20分～12時50分

📍 区役所新館1階エントランスホール

🎸 ギターアンサンブル・フェリシア

🎵 ギター合奏アラカルト

📄 当日直接会場へお越しください。

※新型コロナウイルスの感染拡大防止の関係で中止になることがあります。実施の有無については、生涯学習支援係までお問い合わせください。

📞 生涯学習支援係 ☎ 894-8395 📠 894-3099



動画でスポーツ前のチェック! 楽しく安全にスポーツをしよう!

スポーツをするときに必要なウォーミングアップ、クーリングダウンの動画をYouTubeで配信しています。また、効果的なウォーキングの準備やポイントの動画も配信中です。スポーツをしている人も、これから始める人もぜひご覧ください。

<p>ウォーミングアップ</p>	<p>クーリングダウン</p>	<p>ウォーキング</p>
------------------	-----------------	---------------

📞 生涯学習支援係 ☎ 894-8395 📠 894-3099

3R夢インフォメーション

冷蔵庫収納を見直して食品ロスをへらそう!

食材の買いすぎや料理の作りすぎによる食べ残しなどによって、横浜市では**一人あたり年間約25キロもの食品ロス**が発生しています。

おにぎり約250個分のロスなんだって!
 [ヨコハマ3R夢!] マスコット イーオ

こんな取組み、してませんか?

チェック① 冷蔵庫収納を見直しませんか?

- 毎週〇曜日など、冷蔵庫の整理整頓をする日を決め、定期的にチェック
- 買った食材の梱包に賞味期限・消費期限を大きく記入し、使い忘れを防ぐ
- 期限が近い食品を手前に置く

チェック② 買い物に行くときは...

- 買い物に行く前に冷蔵庫の中を確認して、必要なものをリストアップ
- 「食べきりサイズ」「ばら売り」を活用して、食べ切れる分だけ買う
- お買い得品でも、期限をチェックしてしっかり使い切れるか確認する



📞 資源化推進担当 ☎ 894-8576 📠 894-3099

地域子育てインフォメーション

幼稚園・認定こども園・保育園・小規模保育事業からのお知らせ



地域の未就園児や保護者向けの行事です。内容等については、区役所、栄区地域子育て支援拠点「にこりんく」、各園に掲示している子育て通信「つぼみ」をご確認ください。
 ※新型コロナウイルスの感染拡大防止の関係で予定が変更になることがあります。内容・申込みに関しては、各園にお問い合わせください。

<p>鍛冶ヶ谷カトリック幼稚園 ☎ 892-5588 📠 893-9884</p> <p>★ようちえんで遊ぼう……6月14日(火) ★みんなあつまれ!(1-3歳体操)……6月30日(木)</p>	<p>飯島保育園 ☎ 871-3661 📠 871-3812</p> <p>★どろんこ遊び……6月14日・28日(各火曜) ★楽しいリズムあそび……6月16日(木) ★かばくんアート・つくってあそぼう……6月21日、7月5日(各火曜) ★ランチ体験……6月30日(木) ★七夕……7月7日(木)</p>
<p>新大船幼稚園 ☎ 892-3535 📠 892-3572</p> <p>★ベビーワンダー[未就園児(1歳)教室]……7月6日(水)</p>	<p>桂台保育園 ☎ 894-1374 📠 894-1490</p> <p>★どろんこあそび……6月14日(火)・16日(木) ★子育てサロン「このゆびとまる!」……6月21日(火) ★水遊び……7月1日(金)・5日(火)・8日(金) ★七夕……7月7日(木)</p>
<p>小菅ヶ谷幼稚園 ☎ 892-7117 📠 892-6577</p> <p>★オープンDay……6月17日・24日、7月1日・8日(各金曜) ★未就園児見学会……7月8日(金)</p>	<p>公田保育園 ☎ 892-1530 📠 892-1745</p> <p>★公田であそぼ!(七夕飾りづくり)……7月5日(火) ★水遊び……7月5日(火)</p>
<p>いいじまひがしこども園 ☎ 892-1154 📠 892-1730</p> <p>★たけのこランド(園開放)[0歳～未就学児]……6月13日(月)、7月7日(木) ★めばえ[3・4歳になる学年]……6月20日(月) ★めばえプチ[2歳になる学年]……6月22日(水)</p>	<p>上郷保育園 ☎ 893-3565 📠 893-4592</p> <p>★体を動かしてあそぼう……6月16日(木) ★水遊び……7月5日(火)・7日(木) ★七夕……7月7日(木)</p>
<p>認定こども園いのやま ☎ 894-5588 📠 894-5840</p> <p>★子育てサロン……6月22日(水) ★じゃがいもほり……6月13日(月) ★七夕飾りをつくろう(公開保育)……7月1日(金)</p>	<p>やまゆり保育園 ☎ 894-5353 📠 349-1122</p> <p>★盆踊り……7月9日(土)</p>
<p>かつら愛児園 ☎ 892-3711 📠 894-2174</p> <p>★年長保育参観……6月14日(火)</p>	

栄消防たち通信

今こそ注意しましょう! 熱中症

梅雨の合間に突然気温が上がった時など、身体が暑さにまだ慣れていない今は熱中症にかかりやすい時期です。特に乳幼児や高齢者は気をつけましょう。

こんな日は気を付けましょう!

<p>急に暑くなった</p>	<p>気温が高い湿度が高い</p>	<p>風が弱い</p>	<p>日差しが強い照り返しが強い</p>
----------------	-------------------	-------------	----------------------

この時期も熱中症対策が必要です。こまめな水分補給をしましょう!

📞 栄消防署予防係 ☎・📠 892-0119



※実施状況については、事前にホームページや紙面に記載のある問合せ先に**実施の有無を必ず確認してください。**
 ※マスク着用、密閉・密集・密接を避ける等の感染症対策に取り組みましょう。



施設からのお知らせ

※掲載されているイベント以外にも、イベントがある場合があります。詳細は、各施設にお問い合わせください。

SAKAESTA (さかえすた)
 〒247-0007 小菅ケ谷1-5-4

本郷地区センター (SAKAESTA内)
 ☎892-5310 ☎894-9903

◆【学習支援】楽習教室 ボランティアの先生と一緒に勉強しよう
 ☎6月15日・22日・29日、7月6日(各水曜) 15時～17時 人数 小・中学生10人 **当日先着**
 申 当日直接

申 電話・来館受付 **先着**

◆列や輪になって同じステップで踊ろう！元気ダンス&ラインダンス(全4回)
 ☎7月14日・28日、8月4日・18日(各木曜) 10時～11時30分

人数 65歳以上15人
 持 飲み物、室内履き、動きやすい服装
 ¥300円(全4回分)

申 6月11日(土) 10時から

◆キグちゃんの「親子であそぼ！」0歳児～遊びから学ぶ子どもの育ち～

☎7月25日(月) 10時30分～11時15分

人数 0歳児と保護者10組

申 6月13日(月) 10時から

◆キッズキッチン 夏休みのチャレンジクッキング

☎7月26日(火) 10時～13時

人数 小学3～6年生12人 ¥500円

申 6月11日(土) 10時から

※お持ち帰り講座です。

◆子どもアロマテラピー自由研究にも♪～香りのお話とバスボム作り～

☎7月27日(水) 10時～12時

人数 小学生8人

持 ハンドタオル、持ち帰り袋

¥500円 申 6月12日(日) 10時から

さかえ区民活動センター (SAKAESTA内)
 ☎894-9900 ☎894-9903

◆パソコン無料相談会

パソコンやスマホのことで困っていませんか？お気軽にお立ち寄りください！

☎7月16日(土) 13時～16時

人数 30人程度 **当日先着** 申 当日直接

◆木管五重奏団ロビーコンサート

管楽器5本による生演奏が楽しめる60分のミニコンサートです。

☎7月18日(月・祝) 13時30分～14時30分 人数 40人 **抽選** 木管五重奏団アンサンブル・アクア

申 6月13日(月)～7月4日(月) 来館受付(後日はがきで当選をお知らせします。)

本郷台駅前地域ケアプラザ (SAKAESTA内)
 ☎392-5157 ☎392-5183

◆親子 夏の星空めぐり

星座早見盤を作って夏の夜空に出かけてみよう。

☎7月17日(日) 10時～11時30分

人数 小学生と保護者12組 **先着**

持 色鉛筆、のり、定規 ¥1組200円

申 6月12日(日)から電話・来館受付

上郷地区センター

〒247-0013 上郷町1173-5
 ☎892-8000 ☎892-8022

◆学習支援 てらこやかみごう

宿題やわからないところを楽しく一緒に勉強しよう！

☎毎週火曜(休館日を除く) 15時～17時

人数 小・中学生 申 当日直接

申 電話・来館受付 **先着**

◆上郷ハワイアンコンサート

☎7月9日(土) 13時30分～15時30分

人数 30人

申 6月12日(日) 10時から

◆人気絵本『からすのパンやさん』のパンを親子で作ろう

読み聞かせ後、親子でパン生地を好きな形にし、焼き上げてお土産として持ち帰ります！

☎7月17日(日) 10時～12時

人数 5歳～小学4年生と保護者9組

¥500円 申 6月11日(土) 10時から

◆夏の思い出 ゆかたを着て親子で花火

☎7月28日(木) 19時～20時

人数 未就学児～小学生と保護者12組

¥1組200円

申 6月11日(土) 10時から

◆未経験者向け 子ども卓球教室(全3回)

☎7月23日(土)、8月6日(土)・7日(日) 10時～11時

人数 小学3～6年生8人(3日間参加できる人) ¥600円(全3回分)

申 6月12日(日) 10時から

豊田地区センター

〒244-0842 飯島町1368-1
 ☎895-1390 ☎895-1480



申 電話・来館受付 **先着**

◆幼児季節遊び 雨の日も楽しもう

☎6月27日(月) 10時～11時

人数 1歳～未就学児と保護者15組

¥1組100円 申 6月11日(土)から

◆こどもプログラミング教室～scratch～

☎7月2日(土) ①13時～14時30分、

②15時～16時30分

人数 ①小学1～3年生と保護者4組、

②小学4～6年生と保護者4組

持 ノートパソコン ¥1組300円

申 6月11日(土)から

◆素足に快適 布ぞうりを作ろう～布のリサイクル～

☎7月4日(月) 9時30分～15時

人数 20人 ¥500円

申 6月12日(日)から

◆こどもバドミントン教室(全3回)

☎7月25日(月)・27日(水)・29日(金) 9時30分～11時30分

人数 小学生30人 持 体育館履き

¥900円(全3回分)

申 6月12日(日)から

◆こども囲碁教室

☎7月28日(木)・29日(金) 9時30分～11時45分

人数 園児・小学生10人

¥1回100円 申 6月11日(土)から

野七里地域ケアプラザ

〒247-0024 野七里1-2-31
 ☎890-5331 ☎890-5332

申 電話・来館受付 **先着**

◆行政書士無料個別相談会(完全予約制)

☎毎月第3土曜13時～(1人30分)

人数 各回5人

◆趣味の講座～涼しさ感じるハーバリウム～

☎7月7日(木) 10時～12時 人数 10人

持 ハサミ、エプロン、ハンドタオル

¥800円

桂台地域ケアプラザ

〒247-0034 桂台中4-5
 ☎897-1111 ☎897-1119

人数 30人 **先着** 持 スリッパ、ビニール袋

申 電話・来館・メール(subco@houmon-no-ie.or.jp)受付

◆認知症講座～認知症予防のための体操を体験しましょう～

☎6月16日(木) 14時～15時

◆口腔講座～誤嚥を予防し、おいしく食事をしよう～

☎6月29日(水) 14時～15時

中野地域ケアプラザ

〒247-0015 中野町400-2
 ☎896-0711 ☎896-0713

◆楽しくフレイル予防～気持ちよく体を動かそう！～

☎6月24日(金) 13時～15時

人数 20人 **抽選** 持 上履き、飲み物

¥100円

申 電話・来館受付

飯島コミュニティハウス

〒244-0842 飯島町1863-5
 ☎891-1766 ☎891-1786

◆夏休み創作教室

小枝などで小さな手押し車を作ります。

☎7月24日(日) 10時～11時45分

人数 小学生以上16人(小学校低学年は保護者同伴 / **先着**)

持 作品を持ち帰る袋 ¥200円

申 6月11日(土)から電話・来館受付

◆出張広場にこりんく

☎7月28日(木) 10時30分～11時30分

人数 0歳～未就学児と保護者12組 **先着**

申 6月11日(土)から電話(にこりんく:☎898-1615)受付

本郷ふじやま公園 古民家ゾーン

〒247-0009 鍛冶ケ谷1-20
 ☎896-0590 ☎896-0593

申 往復はがきに①〒住所②氏名③

電話番号を書いて、本郷ふじやま公園へ(電話受付も可)。

6月11日(土)まで **抽選**

◆絵手紙(全4回)

☎6月14日・21日、7月12日・19日(各火曜) 人数 6人 ¥700円

◆フラワーアレンジメント～吊り下げられるガラス瓶にアレンジ花を～

☎6月16日(木) 人数 6人

¥2,000円





※実施状況については、事前にホームページや紙面に記載のある問合せ先に**実施の有無を必ず確認してください。**
※マスク着用、密閉・密集・密接を避ける等の感染症対策に取り組みましょう。



栄区民文化センター リリス

〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1
☎896-2000 ㊟896-2200

◆午後の音楽会 第143回 廣津留すみれトーク&ヴァイオリンリサイタル
🕒9月9日(金)14時～(13時15分開場) 1300人 **先着**

🎹廣津留すみれ(Vn)、河野紘子(Pf)
¥2,500円(全席指定)
申【リリスLINEチケット先行発売】6月28日(火)10時～7月4日(月)10時
【一般発売】7月5日(火)10時から来館受付、14時からリリスLINEチケット・電話受付

◆第18回 身体にいい音楽会～室内楽演奏会～
🕒9月25日(日)14時～(13時15分開場) 1300人 **先着**

🎹亀井良信(Cl)、依田晃宣(Fg)、小林美樹、会田莉凡(Vn)、須田祥子(Va)、遠藤真理(Vc)
主催:NPO法人癒しの医療を考える会
¥3,500円(全席指定)
申【リリスLINEチケット先行発売】6月19日(日)10時～6月25日(土)10時
【一般発売】6月26日(日)10時から来館受付、14時からリリスLINEチケット・電話・プレイガイド受付

※購入方法など詳細はホームページをご確認ください。
栄区民文化センター

桂山公園ログハウス「ロッキー」

〒247-0034 桂台中16-1
☎893-2622 ㊟896-2421

◆七夕イベント
🕒①7月1日(金)～7日(木)、②7月2日(土)・3日(日)10時～
1150人、②各回25人 **当日先着**
①星の短冊に願いごとを書こう、②七夕の工作を楽しもう **申** 当日直接

栄区地域子育て支援拠点 にこりんく

〒247-0005 桂町711 (さかえ次世代交流ステーション内)
☎㊟898-1615(火～土曜10時～16時)

◆歯のはなし
歯科衛生士さんから、歯や歯みがきのコツについてのお話が聞けます。
🕒6月29日(水)10時30分～11時30分
16歳以下～3歳児と保護者15組
先着 申 6月18日(土)10時30分からホームページ受付
にこりんく

老人福祉センター 横浜市 翠風荘

〒247-0024 野七里2-21-1
☎891-4141 ㊟891-4143

160歳以上で本人か子ども・孫が市内在住の人 **抽選**
申 6月11日(土)から電話・来館受付

◆翠のサロン 第85回 ～ヴァイオリンとピアノの演奏
🕒7月10日(日)13時30分～14時30分 135人

◆さわやかスポーツ(グラウンドゴルフ)
🕒7月11日(月)10時～11時30分 118人

◆歌ってハツラツ
🕒7月15日(金)12時50分～14時50分 125人

◆はじめてのスマホ体験教室
🕒7月18日(月・祝)12時50分～14時50分 18人

◆おにいさんといっしょ! どこでも体操～いつまでも楽しく生きてくために
🕒7月22日(金)9時50分～11時50分 114人

栄図書館

〒247-0014 公田町634-9
☎891-2801 ㊟891-2803

申 電話・来館受付 **先着**

◆かながわこどもひろば 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を行います。
🕒6月25日(土)14時～14時30分
13歳くらいから大人まで5組
申 6月18日(土)9時30分から

◆紙芝居の会
子どもから大人まで楽しめる紙芝居を行います。
🕒7月9日(土)14時～14時30分
13歳くらいから大人まで5組
申 7月2日(土)9時30分から

◆おはなし会
🕒7月13日(水)16時～16時30分
14歳くらいから大人まで5組
申 7月6日(水)9時30分から

舞岡ふるさと村 虹の家

〒244-0813 戸塚区舞岡町2832
☎826-0700 ㊟826-0749

申 6月12日(日)9時から電話受付 **先着**

◆漬物教室
🕒7月3日(日)13時30分～15時
小学生以上12人
¥1,000円

◆虫の観察会
🕒7月2日(土)9時30分～12時(雨天中止) 112人

舞岡公園 小谷戸の里

〒244-0813 戸塚区舞岡町1764
☎㊟824-0107

◆夜間観察会
🕒6月25日(土)18時45分～20時(雨天中止) 115人(中学生以下保護者同伴 **先着**) ¥中学生以上500円、小学生200円
申 6月13日(月)9時から電話・来館受付※一回の申込みにつき3人まで

◆谷戸肝だめし
🕒7月16日(土)19時30分～20時30分(雨天中止) 18組(中学生以下保護者同伴 / **抽選**) ¥中学生以上500円、小学生300円
申 往復はがきに①講座名②〒住所③電話番号④参加者全員の氏名・年齢(学年)⑤返信宛名に住所・氏名を書いて小谷戸の里へ。6月23日(木)必着
※はがき1枚につき1組まで
※1組は保護者含めて5人まで

◆夏休み竹細工～水鉄砲・竹のけん玉作りと遊び～
🕒7月24日(日)9時30分～12時
120人(小学生以下保護者同伴 / **抽選**)
¥1個700円
申 往復はがきに①講座名②〒住所③電話番号④参加者全員の氏名・年齢(学年)⑤作る個数⑥返信宛名に住所・氏名を書いて小谷戸の里へ。7月1日(金)必着
※はがき1枚につき5人まで

男女共同参画センター横浜

〒244-0816 戸塚区上倉田町435-1
☎862-5052 ㊟865-4671

◆女性のためのこころのケア講座
🕒6月11日(土)10時～12時
125人 **当日先着**
¥600円 申 当日直接 ㊟862-5058

◆心とからだを整える産後のセルフケア(全2回)
🕒7月5日・12日(各火曜)10時～11時30分 116人 **先着**
¥1,700円(全2回分)
申 6月15日(水)からホームページ受付

◆パソコン&ワード・エクセル入門2日間(全2回)
🕒7月6日(水)・7日(木)10時～15時30分 115人 **先着**
¥11,000円(全2回分)
申 6月17日(金)からホームページ・専用電話(☎862-4496/火・金・土曜)受付

男女共同参画センター横浜

あーすぶらざ

〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1
☎896-2121 ㊟896-2299

◆100人のお産
🕒6月11日(土)・12日(日)・17日(金)・18日(土)・19日(日)10時～17時
3階企画展示室 申 当日直接

◆絵本の読み聞かせ
🕒6月19日(日)13時～13時30分
2階映像ライブラリーこどもコーナー 110人程度 **先着** 申 当日直接

◆上映会『生きる 島田叡一戦中最後の沖縄県知事』
🕒6月19日(日)14時～16時(13時30分開場)
5階映像ホール 1100人 **先着**
¥1席500円 申 ホームページ受付

◆月曜上映会『ブエナ・ビスタ・ソシアル・クラブ★アディオス』
🕒6月27日(月)14時～15時50分(13時30分開場) 5階映像ホール
1100人 **先着** 申 ホームページ受付

◆親子イベント パンくんシリーズ
🕒6月28日(火)11時～11時30分
5階こどもファンタジー展示室
16歳以下と保護者7組程度 **当日先着**
¥常設展示室観覧料(大人:400円、学生・高校生・65歳以上の人:200円、小・中学生:100円) 申 当日直接

あーすぶらざ

栄スポーツセンター

〒247-0005 桂町279-29
☎894-9503 ㊟894-9505

◆姿勢改善!初めてのピラティスオンライン(全4回)
オンラインなので気軽に参加できます!
🕒6月6日・13日・20日・27日(各月曜)10時～10時50分
16歳以上30人 **先着**

持 パソコンかスマートフォン
¥各回1,100円/4回セット券2,200円
申 ホームページ受付

栄スポーツセンター

タッチーくんのいたち日記
～かくれんぼでうっかり...?の巻～

あ、今日はタッチーくんはちでかくれんぼ、うんぼです。

かくれんぼきゅー!

GO!

SAKAESTA内
ほ!あれはタッチーくんグッズ!

タッチーくんグッズ

この中に隠れれば見つからないぞ!

ヒョーン

へ?なんでバレた?

みっけ!

タッチーくんグッズはSAKAESTAで販売中!

ぼくのごはここからチェック!

大ちゃんタッチーくんグッズは体にくねがはん...

問 広報相談係
☎894-8335 ㊟894-9127