

# さかえ 2月号 No.304

🐾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……福祉保健センターだより、コラム
- ⑧⑨ページ……特集「〇〇ができる!中高生世代の私たちの居場所」
- 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!

Twitter



PIAZZA



栄区のみま (2023年1月1日現在)    人口 120,974人    世帯数 54,076世帯    栄区役所ホームページ    栄区役所 🔍 検索

“いいね!”が  
集まる場所

栄区青少年の地域活動拠点

〇〇ができる!

中高生世代の  
私たちの居場所

5

35

200

安心できる場所

特集

特集は8・9ページへ

## 住宅用火災警報器の寿命は約10年!

設置義務化から**11年**—— **設置・交換**をしましょう



住宅用火災警報器の設置が義務付けられてから、11年が経ちました。あなたの家の住宅用火災警報器はいつ設置しましたか?どこに設置していますか?作動確認はしていますか?いざという時のために今一度確認しましょう!

### 設置していますか?

火災予防条例により、次の場所に設置が必要です。

- 寝室
- 階段 (2階以上に寝室がある場合)
- 台所



取付けが困難な方は、消防職員による取付のお手伝いもしています。ご不明な点は、栄消防署までお問い合わせください!

※住宅用火災警報器は、家電量販店、ホームセンターなどで販売されています。



### 鳴りますか?いつ設置しましたか?

ボタンを押すかひもを引いて作動確認をしましょう。定期的に警報音の確認を!

#### 点検の方法



点検ボタンを押す



点検ひもを引く

反応がないもの・設置してから10年が経過しているものは

## 交換のサイン!

※住宅用火災警報器は、火災で発生する煙や熱を感知して、音や音声により火災の発生を早期に知らせてくれるものです。

問 栄消防署予防係 ☎・FAX 892-0119

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    ※費用の記載がない場合は無料



## 障害のある方、ご家族の皆さんへ 知っておきたい、3つの相談窓口

身体障害、精神障害、知的障害、難病等をお持ちの方とご家族が、地域生活に必要な情報や手続きについて相談ができる窓口をご紹介します。

### 栄区基幹相談支援センター

📍 桂町711さかえ次世代交流ステーション1階  
☎ 890-6601 fax 892-3933  
🕒 受付時間: 平日9時~17時



**担当者より** 暮らしの中での不安やお困りごとなど気軽にご相談ください。地域の方や関係機関の方からのご相談も対応しています。

### 栄区精神障害者生活支援センター

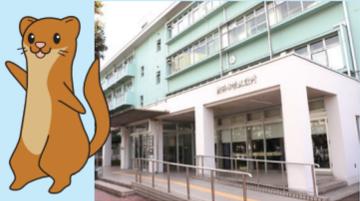
📍 小菅ヶ谷3-32-12 2階  
☎ 896-0479 fax 896-0478  
🕒 受付時間: 平日9時~20時、土曜9時~17時



**担当者より** 心の病のある方が生活で困っていることなど、地域で安心して暮らすための相談をお受けしています。

### 栄区役所 高齢・障害支援課

📍 桂町303-19 本館2階22・23番窓口  
☎ 894-8068 fax 893-3083  
🕒 受付時間: 平日8時45分~17時



**担当者より** 障害者手帳や福祉サービス利用の相談、申請などをお受けしています。

18才未満のお子さんは**子ども家庭支援課**(本館2階26番窓口)へご相談ください。  
📞 子ども家庭支援課 ☎ 894-8959 fax 894-8406

📞 障害者支援担当 ☎ 894-8068 fax 893-3083

## 生活困窮者自立支援制度のご案内②

### 「家計改善支援事業」でお金の相談をしてみませんか?

このような悩みはありませんか?



- 収入が少ない月もあり、1か月の収入で、うまくやりくりができない。
- 複数のカードローンを使って生活や買い物をしていて、いくら借金があるか分からない。
- 健康保険料や税金、電気代が払えなくて滞納している。

### 支援員が解決のお手伝いをします

家計改善支援事業者の担当支援員が、お話を伺い、あなたと一緒に考え、家計の立て直しをお手伝いします。



具体的にこんなことができます!

- 入ってくるお金や支払わなければならないお金を「見える化」し、無理のない支払い計画を立てていきます。
- 新たに借金やカードローンが増えない方法を考えます(あなたに合ったやり方で、一緒に家計簿を作ります)。
- 債務の整理に向けて、相談窓口と一緒にいたり、法律の専門家におつなぎします。



ご相談は、生活支援係(区役所新館3階301番窓口)まで!



### こちらをご利用ください! 栄区お金と暮らしのアドバイスブック

このハンドブックは、今、不安に感じていることの解決につながる方法や、相談窓口がわかるようになっています。節約の方法やご自身の家計を書き込むことで、家計の最適化を目指すことができます。

配布場所: 区役所新館3階301番窓口



📞 生活支援係 ☎ 894-8400 fax 894-3423

## 友好交流通信 <山形県高島町>

### 高島町にある「日本三文殊」—亀岡文殊—



歴史を感じさせる本堂

日本三文殊のひとつが高島町にあることを知っていますか? 「京都府の切戸文殊」、「奈良県の安倍文殊院」、そして「高島町の亀岡文殊」が日本三文殊と呼ばれています。

亀岡文殊は、1,200年以上の歴史があり、苔むした石畳みの参道、老杉の大木が繁った境内は歴史の重みと厳かな雰囲気。お堂裏には一

口飲めば文殊様の知恵を授かると言われている知恵の水が湧き出ています。

知恵の文殊様が祀られているため、合格祈願や学徳成就のために県内外から多くの参拝者が訪れますが、知恵とは勉強に限ったものではなく、生きていくために必要なもので、知恵の文殊様は家内安全、交通安全、商売繁盛など、生活全般の知恵を授けてくれると言われています。生きるための知恵を授かる亀岡文殊。高島町にいらした際には、ぜひお立ち寄りください。



静寂の参道

亀岡文殊(大聖寺)へのお問合せは... ☎ 0238-52-0444

📞 生涯学習支援係 ☎ 894-8395 fax 894-3099

## 栄公会堂・栄スポーツセンターが 3月1日(水)にリニューアルオープン!

天井工事等に伴い全館休館していた栄公会堂・栄スポーツセンターが、3月1日(水)から再開します!

### 栄公会堂

ダンス、ピアノ等の発表会のほか、オーケストラ、演劇等、各種講演会及び趣味のサークル活動、生涯学習の場としてご利用ください!

<ご利用できるお部屋>

講堂、リハーサル室、会議室、和室など

📞 栄公会堂 ☎ 894-9901 fax 894-9902



照明がLED化!

新しい椅子に!

### 栄スポーツセンター

スポーツはもちろん、ランニングマシンやエアロバイク等を使ったトレーニングもできます。また、体操教室やヨガ、ピラティスなどの講座も実施していますので、健康づくりの場としてご利用ください!

<ご利用できるお部屋>

体育室、研修室、トレーニング室

📞 栄スポーツセンター ☎ 894-9503 fax 894-9505



照明がLED化!

お部屋の利用は原則予約制です。詳しくは各施設へお問い合わせください!

※開館に先行して、敷地内経路の通行が可能となります。

📞 生涯学習支援係 ☎ 894-8395 fax 894-3099



## 不審な電話に注意!

栄区役所職員や銀行員を名乗る者から「医療明細の書類を再送するため携帯電話番号を教えてください」「医療費の還付金がある。振り込みたいので生年月日と銀行名を教えてください」などの不審な電話が相次いでいます。区役所からそのような連絡は行っていませんので、くれぐれもご注意ください。少しでも不審に思ったら、家族や警察に相談しましょう。



# 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                                  |   |
|-------------|--------------------------------|---|--|---|
| 子育て関連       | 乳幼児健診<br>4か月児<br>1歳6か月児<br>3歳児 | 🕒 2月3日(金) 受付:12時30分～13時30分<br>🕒 2月8日(水) 13時30分<br>🕒 2月1日(水)・17日(金) 📍 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<br>🗨️ こども家庭支援担当<br>☎️ 894-8049<br>📠 894-8406 |
|             | 乳幼児歯科相談<br>妊産婦歯科相談             | 🕒 2月20日(月) 13時15分～14時30分<br>📍 区役所新館2階 歯科相談室 🧑 未就学児・妊産婦                            | 📄 歯科医師による検診(乳幼児対象)、相談、歯科衛生士によるブラッシング相談など | 📄 電話でこども家庭係(☎️ 894-8410)へ                           |
|             | こどもの食生活相談                      | 🕒 2月16日(木)・28日(火) 9時～12時<br>📍 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<br>～もぐもぐ2回食～             | 🕒 2月28日(火) 13時30分～14時15分<br>📍 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<br>※試食・保育はありません。              | ※「離乳食教室」は区ホームページでも申込み可                              |

**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。  
 ※「令和4年度栄福祉保健センターからのお知らせ」をご覧ください。健康づくり係または市ホームページでご確認ください。 [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)が対象です。  
 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。

|                                   |  |   |  |
|-----------------------------------|--|---|--|
| 肺がん<br>(昭和58年4月1日以前に生まれた人/1年度に1回) | 🕒 3月16日(木) 8時45分～11時25分<br>📍 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<br>💰 680円 📄 無地のTシャツ(プリント・レース・金具付きは不可) | 📄 2月14日(火)から電話で健康づくり係(☎️ 894-6964 / 平日9時～17時)へ |
|-----------------------------------|--|---|--|

|                           |  |   |   |
|---------------------------|--|---|---|
| HIV・梅毒検査<br>HIVやエイズに関する相談 | 🕒 毎週水曜9時～9時45分<br>📍 区役所新館2階<br>※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▼<br><a href="#">HIV検査相談マップ</a> <a href="#">検索</a> <a href="#">横浜エイズ市民活動センター</a> <a href="#">検索</a> |   |
| 生活習慣改善相談                  | 管理栄養士による個別相談   | 🕒 2月16日(木) 13時～16時<br>2月22日(水) 9時～12時<br>3月7日(火) 13時～16時<br>📍 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   | 🕒 2月22日(水) 9時～12時<br>3月7日(火) 13時～16時<br>📍 区役所新館2階   | 📄 高血圧、脂質異常、糖尿病、高尿酸血症、卒煙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<br>📍 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                            |

## 食育と健康づくりのボランティアからのヘルスマイト通信

🍴 **電子レンジを使って時短調理♪**  
**ヘルスマイトおすすめ!** **豚肉のチンゲン菜巻き** 🍴



- 材料(2人分)**
- 豚薄切り肉……………10枚 (200g)
  - チンゲン菜……………小2株 (200g)
  - 粉チーズ……………小さじ2
  - ミニトマト……………8個
  - ポン酢……………大さじ2



粉チーズが味のアクセント!  
 緑黄色野菜がおいしく食べられるよ!

- 作り方**
- ①チンゲン菜は茎と葉に切り分ける。葉は1cm幅に切る。茎は繊維に沿って2mm幅くらいの細切りにする。
  - ②ミニトマトを4等分にする。
  - ③まな板にラップをひろげ豚肉を並べる。
  - ④粉チーズを肉の上にふりかける。
  - ⑤豚肉の手前にチンゲン菜を置き、くるくると肉で巻く。
  - ⑥耐熱容器に⑤を並べ、ふんわりとラップをかぶせる。
  - ⑦電子レンジ600Wで6分(2人分)加熱する。
  - ⑧余分な水分は取り除き、皿に盛りつけトマトをのせる。ポン酢をかけて、完成!



📄 エネルギー 224kcal | 食塩相当量 1.8g

### ヘルスマイト(食生活等改善推進員)とは

子どもから高齢者までを対象に、食育や健康づくりを広めるボランティア活動をしています。ヘルスマイトになるためには、例年10月～3月に開催する「食生活等改善推進員セミナー」を受講していただきます。ご自身だけでなく、お子さんや家族の健康づくりにも役立つ講座です。時期が近づいたらお知らせしますので、ぜひご参加ください!



特集

# 〇〇ができる！中高生世代の私たちの居場所

4月まであと少し。新しい環境に少し不安を感じている…という中高生世代の人もいます。

そんなときは「栄区青少年の地域活動拠点フレンズ☆SAKAE」に行ってみませんか？今回の特集では、フレンズ☆SAKAEのスタッフの人や利用者の皆さんに、どのような施設なのか詳しく話を聞いてみました！

【特集に関する問合せ】生涯学習支援係 ☎894-8395 fax 894-3099

## フレンズ☆SAKAEでできること

施設利用料 **無料**

問合せ

☎火・水・金曜 15時～20時、土曜 10時～18時 ※祝日の場合は休館  
JR本郷台駅徒歩15分、バス停「天神橋」徒歩3分  
☎桂町711(さかえ次世代交流ステーション内) ☎fax 898-1400



入り口はこちら！



先輩利用者が利用方法を教えてくれる！

幅広い世代の人たちと仲良くなれる！

### 友だち作り

小学生から大学生くらいの人たちが利用しているので、色々な年代の人と話ができる！



スタッフの人とも気軽にしゃべりができるので、安心して過ごせる！「家にいるみたい」という声も！



自分とは違う年代の人と仲良くなりました！素敵な出会いがフレンズ☆SAKAEの魅力です。



利用者 眞田さん(15歳)・雨宮さん(15歳)

ここで過ごしているうちに、演劇やボランティアに参加するようになりました。来るたびに楽しいです！

教えてくれる人がいる！

### 勉強

大学生と一緒に勉強中。毎週水・金曜には、ボランティアで来てくれる先生も！



宿題や参考書を持ってきて、友達同士での勉強にも◎一人で集中したい人は、個室がおすすめ！



ひとりで宿題をやるよりもここでみんなとやる方が楽しいです！ここでの経験も勉強になっています！



利用者 友加里さん(19歳)・祭さん(20歳)

勉強をしているつもりが、時には全く違う話で盛り上がってしまったり(笑) 区外の人でも利用できるのです、新しい友達ができました！

あなたの“好き”が見つかる！

### アートやダンスなど



アートやダンス、演劇に参加できるプログラムを実施！個室で絵を書いたり工作するのもOK！



毎週水曜の16時からアートワークショップを開催！その時々で違う作品を作れるので、楽しい！



利用者 まりやさん(17歳)

ダンスに参加しています。ここはとっても落ち着くので、ダンスが無い日もつい寄ってしまいます。学校以外の友人もできました。

貴重な経験ができる！

### ボランティア活動など

希望者を中心に、地域のイベントやこども食堂などのお手伝いも！



2022年の区民まつりにも参加しました！3月19日(日)には、SAKAEヤングフェスティバルに参加予定！



利用者 史温さん(19歳)

最初は、スタッフの人に誘われてボランティアに参加しました。ボランティアを通じて色々な人に会えました！

スマホで探せる  
中高生世代の  
居場所・相談先

こんなときに使える！

- 友だちと遊べる場所を探したい！
- 相談できる場所を知りたい…

“ふあんみつけ”を使ってみませんか？

ふあんみつけとは「楽しみ(FUN)」・「不安(ふあん)」に向き合う方法を見つける中高生世代対象の情報サイトです。運営:よこはまユース



使ってみた！



自分の知りたい情報をクリック！



項目ごとに分かれているから、探しやすい！



市内施設の活動レポートも見られます！フレンズ☆SAKAEも載ってます！



# 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  
 【栄区版共通マーク】🕒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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載中のイベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、事前に問合せ先にご確認ください。※参加時は主催者の指示の下、感染症対策にご協力ください。

## 第190回昼休みコンサート

区役所でお昼休みのコンサートを楽しみませんか？

🕒 2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 🎵 栄区三曲協会  
 📖 初鶯でチントンシャンと春を誘いましょう 📝 当日直接会場へ  
 ※新型コロナウイルスの感染拡大防止の関係で中止と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



## 栄区人権啓発講演会

落語で笑って楽しく!あなたらしい悔いのない人生を

🕒 3月9日(木) 13時～14時(12時30分開場)  
 📍 栄公会堂 講堂 👤 250人(先着)  
 🗣️ 行政書士・社会人落語家 生島 清身さん  
 (高座名:天神亭 きよ美さん)  
 📖 テーマ:「落語で楽しく学ぶ!悔いのない人生について」  
 📝 2月28日(火)までに二次元コードから電子申請



講師: 生島 清身さん

📄 電子申請はこちらから▶



🗨️ 庶務係 ☎️ 894-8311 📠 895-2260



## 税の申告の受付期間のお知らせ

市・県民税の申告と所得税の医療費控除還付申告を受け付けます

**受付期間** 2月16日(木)～3月15日(水) 📍 区役所本館3階5号会議室  
 8時45分～11時30分、13時～16時30分  
 ※土日・祝日を除く

**受付できる書類** ①市・県民税の申告 ②所得税の医療費控除還付申告

**対象者** ①②とも区内在住の人のみ  
 (②の対象は給与所得のみで年末調整が済んでいる人が対象です。対象外の方は税務署で申告してください。)

**申告書郵送先** ①市・県民税の申告  
 〒247-0005 桂町303番地19 栄区役所税務課市民税担当  
 ②所得税の医療費控除還付申告  
 〒244-8550 戸塚区吉田町2001番地 戸塚税務署

＼申告は郵送で！／

## 市・県民税の申告方法

- 前年申告した人には、2月中旬に区役所から申告書を郵送します  
 ※新たに申告する人は区役所税務課までお電話いただければ郵送します。税務課窓口でもお渡しできます。
- 必要書類を用意します  
 ●令和5年度市・県民税申告書  
 ●収入に関する書類(年金や給与の源泉徴収票のコピー等)  
 ●控除に関する書類(保険料の証明書、医療費の明細書等)
- 同封の返信用封筒に切手を貼り、区役所へ送ってください

🗨️ 市民税担当 ☎️ 894-8350 📠 893-9146



## 無駄なく!皮まで使い切りクッキング!

生ごみを出さない料理、してみませんか？

信田巻、蓮根と豆の甘酢炒め、さつま芋と水菜のサラダ、鶏肉と春キャベツのマヨネーズ炒め

🕒 3月14日(火) 10時～13時 📍 SAKAESTA(さかえすた)  
 👤 9人(先着) 🗣️ 料理教室「Y's kitchen」吉川友子さん  
 📋 筆記用具、マスク、エプロン、三角巾、布巾2枚、台布巾2枚、持ち帰り用袋、保冷剤  
 保冷バッグ等 ※調理後は飲食せず、お持ち帰りとなります。  
 💰 1,000円  
 📝 2月14日(火) 10時からSAKAESTAで電話(☎️392-5157)・来館受付

🗨️ 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。

|  |   |
|--|---|
| <b>小菅ヶ谷幼稚園</b> ☎️ 892-7117<br>📠 892-6577<br>★オープンDay<br>……2月24日、3月3日・10日(各金曜)  | <b>やまゆり保育園</b> ☎️ 894-5353<br>📠 349-1122<br>★人形劇……3月6日(月)   |
| <b>飯島幼稚園</b> ☎️ 861-5155<br>📠 871-3316<br>★ちびっこ体操教室パートⅡ<br>……2月13日(月)<br>★園庭開放……3月1日(水)                                      | <b>飯島保育園</b> ☎️ 871-3661<br>📠 871-3812<br>★ランチ体験……2月16日(木)<br>★かぼくんアート・つくってあそぼう<br>……2月21日(火)<br>★ひなまつり……3月3日(金)            |
| <b>いいじまひがしこども園</b> ☎️ 892-1154<br>📠 892-1730<br>★たけのこランド(園開放)[0歳～未就学児]<br>……2月16日(木)<br>★めばえ……2月20日(月)<br>★めばえプチ……2月22日(水)   | <b>桂台保育園</b> ☎️ 894-1374<br>場所:桂台地域ケアプラザ 📠 894-1490<br>★「おもちゃ文庫 ぽこ」で遊ぼう!<br>……毎週火・木曜※祝日休み<br>★子育てサロン「このゆびとまる!」<br>……3月7日(火) |
| <b>認定こども園 いのやま</b> ☎️ 894-5588<br>📠 894-5840<br>★給食試食会……2月20日(月)<br>★音であそぼう……2月27日(月)<br>★移動動物園……3月6日(月)<br>★子育てサロン……3月8日(水) | <b>公田保育園</b> ☎️ 892-1530<br>📠 892-1745<br>★おひなさまづくり……2月28日(火)   |
| <b>かつら愛児園</b> ☎️ 892-3711<br>📠 894-2174<br>★藤組公開空手……2月16日(木)<br>★リレー・かけっこ……3月6日(月)・7日(火)                                     | <b>アスク大船保育園</b> ☎️ 897-6765<br>📠 443-9339<br>★保育室開放…2月14日(火)※事前予約制  |
|  | <b>上郷保育園</b> ☎️ 893-3565<br>📠 893-4592<br>★給食体験……3月10日(金)   |



栄区公式SNSでは  
子育て情報も発信中!

👉 ツイッター ▶



▶ ピアッザ



## 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。休館日等詳細は、各施設にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載中のイベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、事前に問合せ先にご確認ください。※参加時は主催者の指示の下、感染症対策にご協力ください。

## SAKAESTA (さかえすた)

- 本郷地区センター
  - さかえ区民活動センター
  - 本郷台駅前地域ケアプラザ
- 〒247-0007 小菅ケ谷1-5-4  
☎392-5157 ☎392-5183

## 申当日直接

## ◆【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！  
☎2月15日・22日、3月1日・8日(各水曜)15時～17時 人数 小・中学生10人

## ◆パソコン無料相談会

気軽に立ち寄れる相談会です。  
☎3月18日(土)13時～16時  
人数 30人程度 当日先着

## 申電話・来館受付 先着

## ◆懐かしの昭和歌謡・青春の昭和歌謡

A 懐かし～抒情歌から昭和歌謡  
B 青春～昭和歌謡からフォーク  
☎3月12日(日) A:10時～11時  
B:11時30分～12時30分 人数 各40人  
¥各200円 申2月15日(水)10時から来館、11時から電話受付  
※A・Bの重複申込はできません。申込みは1回につき2人まで。

## ◆国内外で活躍する栄区出身の「和楽器奏者 吉井盛悟さんの和太鼓ライブ&amp;トーク」

☎3月19日(日)14時～15時30分  
人数 40人  
申2月16日(木)10時から

## ◆子育て喫茶「げんき」～春の絵本と音楽会～

おと工房ぼりまさんの「ミュージックドロップ」  
☎3月22日(水)10時30分～14時  
人数 0歳～未就園児と保護者25組(各組保護者は原則1人)  
¥1組200円(昼食代(カレー)は別途大人120円、子ども30円)  
申2月14日(火)10時から

## ◆劇団ジーバ・ジーバ公演『とつとつとつとつ』

前座にB.B.BOX『田舎の鼠と東京の鼠』  
☎3月26日(日)14時～(13時30分開場) 人数 30人  
申2月13日(月)10時から

## ◆キグちゃんの「親子であそぼ！」～遊びから学ぶ子どもの育ち～

☎3月27日(月)10時30分～11時15分  
人数 2歳～未就園児と保護者10組  
申2月13日(月)10時から

## 上郷地区センター

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

## 申電話・来館受付 先着

## ◆ポーセラーツ教室 お花畑のような可愛い小物入れを作ろう

シール感覚で簡単！  
☎3月5日(日)13時～14時30分  
人数 10人(小学2年生以下は保護者同伴)  
¥500円 申2月15日(水)10時から

## ◆楽しいウォーキング 徳川家康ゆかりのお寺周辺をてくてく歩こう

☎3月7日(火)13時～15時30分(小雨決行、雨天時は室内での講義) 人数 15人  
¥100円 申2月16日(木)10時から

## ◆サークルPR② 粘土でサクラやバラのブローチを作ろう(全2回)

☎3月8日・22日(各水曜)12時～15時  
人数 10人 ¥1,000円(全2回分)  
申2月15日(水)10時から

## ◆ふしぎ発見理科ひろば メリーゴランドを作ろう

☎3月11日(土)13時30分～15時30分  
人数 小学3年～中学生15人(小学1・2年生は保護者同伴で参加可) ¥300円  
申2月16日(木)10時から

## ◆もしもに備えて知っておきたい！災害時の食事を作ろう

☎3月20日(月)10時～13時30分  
人数 12人  
申2月16日(木)10時から

## 豊田地区センター

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



## 申2月11日(土・祝)から電話・来館受付 先着

## ◆子ども季節遊び～みんなでお雛様～

☎2月27日(月)10時～11時  
人数 1歳～未就園児と保護者15組  
¥1組100円

## ◆色鉛筆画教室(全3回)

☎3月8日・15日・29日(各水曜)10時～12時 人数 10人  
¥1,000円(全3回分)

## ◆プリザーブドフラワーのボックスアレンジ

☎3月13日(月)10時～12時  
人数 10人 ¥1,200円

## 中野地域ケアプラザ

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

## ◆MANA★VIVAなかのDE自習室(中・高校生向け)

☎毎週月・水曜15時～18時、第2・第4日曜13時～17時  
人数 中学・高校生8人程度 当日先着  
申当日直接

## 桂台地域ケアプラザ

〒247-0034 桂台中4-5  
☎897-1111 ☎897-1119

## ◆男性介護者の集い

☎2月11日(土・祝)14時～16時  
人数 15人 先着 室内履き  
申電話・来館受付

## ◆出張型[両親教室]集まれ！プレママ・プレパパ！情報収集してみよう！

先輩パパ・ママに便利グッズや困った時の相談場所などを聞いてみませんか？  
☎2月28日(火)10時～11時30分  
人数 これから親になる人、子をもつ保護者各5組程度 母子健康手帳(妊娠中の人のみ)  
申二次元コードから電子申請  電子申請はこちらから▶

## 豊田地域ケアプラザ

〒244-0842 飯島町1368-10  
☎864-5144 ☎864-5904

## ◆子育てティーサロン「乳幼児のお子さんと保護者気軽に遊べます」

☎2月17日(金)10時～11時30分  
人数 乳幼児と保護者  
申当日直接

## 上郷矢沢コミュニティハウス

〒247-0033 桂台南2-34-2  
☎895-1037 ☎896-2406

## ◆ふれあい文化祭

☎3月11日(土)・12日(日)9時～17時  
13日(月)9時～12時  
内容 作品展(全日)、音楽会(11日(土)13時30分～15時30分)  
申当日直接

## 飯島コミュニティハウス

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

## ◆いいじまん作品展

☎3月4日(土)10時～17時、5日(日)10時～16時  
申当日直接

## 本郷ふじやま公園

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

申往復はがきに①イベント名②住所③氏名④電話番号を書いて、本郷ふじやま公園へ。2月28日(火)必着 抽選

## ◆ビーズ～スワロフスキービーズを使って簡単でかわいいピアスを作ろう

☎3月15日(水)13時～15時  
人数 6人 ¥1,000円

## ◆里山のソバ打ち塾～手打ちそばの基本を学び、自宅で食べます～

☎3月18日(土)10時～12時30分  
人数 5人 ¥1,000円

## ◆フラワーアレンジメント～春の花～

☎3月23日(木)13時30分～15時30分  
人数 5人 ¥2,500円

## 栄図書館

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

## 申電話・来館受付 先着

## ◆かながわ子どもひろば おはなし会

☎2月25日(土)14時～14時30分  
人数 3歳程度～大人まで5組  
申2月18日(土)9時30分から

## ◆親子のおはなし会

☎2月28日(火)11時～11時20分  
人数 4か月～3歳児と保護者5組  
申2月21日(火)9時30分から

## ◆おはなし会

☎3月8日(水)16時～16時30分  
人数 4歳程度～大人まで5組  
申3月1日(水)9時30分から

## ◆紙芝居の会

☎3月11日(土)14時～14時30分  
人数 3歳程度～大人まで5組  
申3月4日(土)9時30分から

## 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

人数 60歳以上で本人か子ども・孫が市内在住の人  
申2月11日(土・祝)から電話・来館受付 先着

## ◆みんなで輪踊り

☎3月22日(水)10時～11時45分  
人数 35人

## ◆はじめてのスマホ体験教室

見て、触って、「Hey! Siri!」と話しかけてみよう！  
☎3月29日(水)12時50分～14時50分 人数 8人

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載中のイベント等は中止・延期・変更となる場合がありますので、事前に問合せ先にご確認ください。※参加時は主催者の指示の下、感染症対策にご協力ください。

**小菅ヶ谷北公園**  
〒247-0007 小菅ヶ谷4-31  
☎891-1151

◆ノルディックウォーキング教室  
🕒3月8日(水)10時～11時30分  
👤15人 **先着**  
📞電話・来館受付

**金井公園**  
〒244-0845 金井町315-2  
☎・☎851-8333

◆初心者向け！野鳥観察会  
金井公園や柏尾川を散策しながら野鳥を観察しましょう。  
🕒2月18日(土)9時～11時  
👤10人 **先着** 📷双眼鏡(お持ちの方)  
📞2月11日(土・祝)から電話・来館受付

**栄区青少年の地域活動拠点 フレンズ☆SAKAE**  
〒247-0005 桂町711 (さかえ次世代交流ステーション内)  
☎・☎898-1400

◆こども家庭支援センターにじ 共催「不登校との向き合い方」  
中学校の元校長先生から、不登校との向き合い方についてお話を伺います。  
🕒2月25日(土)10時～12時 👤20人 **先着**  
📞2月11日(土・祝)から電話(こども家庭支援センターにじ ☎435-9881)・来館受付

**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

◆リリス芸術大学クラシック学部Vol.9(全5回)  
初心者のための楽しく学べるクラシック講座。今回は楽器を知って、名曲を識るシリーズ！  
🕒①4月26日②5月17日③6月7日④6月28日⑤7月19日(各水曜)14時～(13時30分開場)  
👤300人 **先着**  
🎹加藤昌則(作曲/ピアノ) ゲスト:①池田昭子④佐藤由起⑤池田昭子・佐藤由起  
📖①オーボエ名曲/迷曲選、②フルート/クラリネット名曲選、③ピアノ助演賞名曲選、④ファゴット(サブ)名曲選、⑤スペシャルコンサート  
¥5,000円(全5回分/全席自由)

| 種類 | 販売期間     | 購入方法                               |
|----|----------|------------------------------------|
| 先行 | 先行予約チケット | 2月15日(水)10時～<br>来館受付<br>申込みフォーム(※) |
| 一般 | 通常チケット   | 2月15日(水)14時～<br>電話受付               |

※申込みフォームへはホームページまたは二次元コードからアクセスできます。  
 申し込みはこちらから▶

◆午後の音楽会 第151回 西山瞳トリオ with 橋爪亮督  
ジャズピアノの歴史に金字塔を打ち建てたビル・エヴァンスの偉大な足跡を辿り、生涯の名曲を現代に伝える稀少なステージ！  
🕒5月23日(火)14時～(13時30分開場) 👤300人 **先着**  
🎹西山瞳(ピアノ)、橋爪亮督(サクソ)、西嶋徹(ベース)、則武諒(ドラムス)  
¥2,500円(全席指定)

| 種類   | 販売期間        | 購入方法   |
|------|-------------|--|
| 先行   | リリスLINEチケット | 2月26日(日)10時～<br>3月4日(土)10時<br>LINEで友だち追加して購入(詳細はHPへ) |
| 一般発売 | 一般券         | 3月5日(日)10時～<br>3月5日(日)14時～<br>来館受付<br>電話受付           |
|      | リリスLINEチケット | 3月5日(日)14時～<br>LINEで友だち追加して購入(詳細はHPへ)                |

栄区民文化センター リリス  検索

**桂山公園ログハウス"ロッキー"**  
〒247-0034 桂台中16-1  
☎893-2622 ☎896-2421

◆紙コップでおひな様を作ろう  
🕒2月25日(土)・26日(日)10時～(人数に達し次第終了)  
👤各30人 **当日先着** 📞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)

📞 ホームページ受付 **先着**

◆ひとり親同士の交流「ひまわりの会」  
簡単な小物制作をしながら気軽にお話しませんか？お子さん同伴でどうぞ。  
🕒2月25日(土)13時30分～14時30分  
👤未就学児を持つひとり親の人6組

◆ふたご・みつごの会  
ふたごちゃん・みつごちゃん同士の交流を深めませんか？ふたご・みつごを妊娠中の方も大歓迎！  
🕒3月4日(土)10時30分～11時30分  
👤未就学児のふたご・みつごと保護者、ふたご・みつごを妊娠中の方8組

📞 2月18日(土)10時30分から

にこりんく  検索

**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

◆エクセル初級(全2回)  
表計算の基礎から関数・グラフ・データベースの基礎を学ぼう。  
🕒3月8日(水)・9日(木)10時～15時30分  
👤女性15人 **先着** ¥11,000円(全2回分) 📞2月17日(金)から専用電話(☎862-4496)・ホームページ受付

◆パパと赤ちゃんで楽しむヨガとアーユルヴェーダマッサージ  
🕒3月11日(土)10時～11時30分  
👤生後2ヶ月以上の0歳児と父親15組 **先着**  
¥1組1,000円 📞2月13日(月)からホームページ受付

◆仕事と子育てのリアルトークサロン～渡邊大地さんがパパへ贈る～  
🕒3月19日(日)10時～11時30分  
👤男性20人 **先着**  
📞電話・ホームページ受付

男女共同参画センター  検索

**舞岡ふるさと村 虹の家**  
〒244-0813 戸塚区舞岡町2832  
☎826-0700 ☎826-0749

《臨時休館のお知らせ》  
空調機更新工事のため臨時休館します。  
期間:2月6日(月)～17日(金)

📞 2月19日(日)9時から電話受付 **先着**

◆舞岡ふるさとの森散策会  
🕒3月11日(土)9時30分～12時(雨天中止) 👤14人

◆バードウォッチング  
🕒3月18日(土)9時30分～12時(雨天中止) 👤14人

◆パン教室  
🕒3月12日(日)13時～16時  
👤小学生以上12人(小学生は保護者同伴/保護者も要申込/**抽選**) ¥1,700円  
📞ホームページ受付または往復はがきに①氏名②住所③電話番号を記入して虹の家へ。2月21日(火)必着

**舞岡公園 小谷戸の里**  
〒244-0813 戸塚区舞岡町1764  
☎・☎824-0107

◆自然観察会～谷戸の目覚め～  
🕒2月26日(日)13時～15時(雨天中止)  
👤小学生以下保護者同伴  
📞当日直接

📞 電話・来館受付 **先着**

◆バードウォッチング  
🕒3月12日(日)9時～11時(雨天中止)  
👤20人(小学生以下保護者同伴)  
📷双眼鏡 ¥中学生以上200円、小学生100円  
📞2月23日(木・祝)9時から

◆竹細工～竹の烏笛・簞・しゃもじ～  
🕒3月26日(日)9時30分～12時  
👤20人(小学生以下保護者同伴)  
¥500円 📞3月4日(土)9時から

**横浜市シルバー人材センター 本部**  
〒233-0002 港南区上大岡西1-6-1  
ゆめおおかオフィスタワー13階  
☎847-1800 ☎847-1716

◆作詞教室  
ポップス、歌謡曲、演歌を作詞してみよう。  
🕒3月13日(月)13時30分～16時30分  
👤15人 **先着** ¥5,000円  
📞2月13日(月)から電話・来館・FAX受付

**あーすぶらさ**  
〒247-0007 小菅ヶ谷1-2-1  
☎896-2121 ☎896-2299

📞 当日直接

◆《練習会》世界のあそび王座決定戦2023  
🕒2月11日・25日(各土曜)13時30分～15時30分  
¥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)  
※詳しくはホームページをご覧ください。

◆絵本の読み聞かせ  
🕒2月19日(日)13時～13時30分  
👤10人程度 **当日先着**

◆覗いてみよう！世界の食べ物  
🕒2月19日(日)①14時～14時30分  
②14時30分～15時(①②とも13時30分～整理券配布) 👤各15人 **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)

◆月曜上映会「最強のふたり」  
🕒2月27日(月)14時～16時  
👤120人 **先着** 📞ホームページ受付

あーすぶらさ  検索

**栄スポーツセンター**  
〒247-0005 桂町279-29  
☎894-9503 ☎894-9505

◆当日受付教室のご案内  
太極拳やズンバなどの教室を予約なしで当日申し込みます。  
👤16歳以上 📞当日直接  
※詳細は電話またはホームページでご確認ください。

◆再会☆集まれ！春のたっちーらんど祭り①キッズ体操教室  
🕒3月18日(土)10時～11時30分  
👤小学生50人 **先着**

🎯アテネオリンピック男子体操金メダリスト 米田 功 ¥2,000円  
📞3月1日(水)10時から電話受付

栄スポーツセンター  検索

**栄公会堂**  
〒247-0005 桂町279-29  
☎894-9901 ☎894-9902

◆再会☆集まれ！春のたっちーらんど祭り②劇団ぼかぼかレビュー公演「白雪姫～もう一度ここから～」  
🕒3月18日(土)14時～ 👤500人 **先着**  
¥700円 📞3月1日(水)10時から来館受付(2月13日(月)からホームページにて先行販売開始)

栄公会堂  検索

タッチーくんのいたち日記  
～タッチーくん、鬼はそと!の巻～

節分の季節に、なんと鬼がやってきました!!  
ウガアア!!  
怖いわぁ!!  
ビュー

鬼はそとー!  
豆が効かないわ!!  
こうなったら!

おひな様  
ウガ!!

もぐもぐー  
恵方巻々  
もぐもぐー

ほくのことはこちらからチェック!  
問 広報相談係  
☎ 894-8335 fax 894-9127

