

11月号 都筑



都筑区 都筑区役所
(代表) 電話 948-2323
受付時間 平日 8時45分～17時

土曜開庁日 11月12日・26日、12月10日
毎月第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業務

編集・発行 横浜市都筑区役所広報相談係

〒224-0032 都筑区茅ヶ崎中央32-1 電話 948-2223 FAX 948-2228

区の人口 214,737人(前月比22人増) 区の世帯数 87,108世帯(前月比56世帯増) ※2022年10月1日現在 ホームページ 都筑区役所 検索



都筑の冬の
風物詩が
センター北に
戻ってくる!



ヴァイナハツマルクト ドイツ語でクリスマスマーケットの意味です

Weihnachtsmarkt

ふるさとにぎわい面

ドイツクリスマスマーケット

in都筑2022

今年のクリスマスマーケットは会場で開催するとともに、オンラインでもお楽しみいただけます!

日時 12/3(土)・4(日)

12時～19時 小雨決行・荒天中止

会場 センター北駅前芝生広場

主催:都筑・ドイツ交流イベント実行委員会 センター北商業振興会
共催:都筑区役所 協力:センター北・中川中央町内会 他

都筑区とドイツのつながり

都筑区には東京横浜独逸学園やドイツに本社のある企業が7社あり、市内ではドイツ国籍の人が最も多く暮らしています。日独交流150周年をきっかけに2011年から区とドイツの交流事業がスタートしました。ドイツクリスマスマーケットin都筑はセンター北の冬の風物詩となり、区民とドイツの人との貴重な交流の機会になっています。

※新型コロナウイルスの感染状況に伴う感染対策および開催内容の変更は随時ホームページで更新いたしますのでご確認の上ご来場ください。対策にご協力をお願いします。
※イベント期間中は区役所職員およびスタッフが写真撮影を行います。撮影した写真は、広報よこはまやホームページなどに掲載することがあります。



詳しくは [ドイツクリスマスマーケットin都筑](#) 検索

会場でサンタさんに
会えるよ!



会場開催!

グルメ・雑貨

東京横浜独逸学園が本店! 本場ドイツの味やクリスマスにちなんだブースをお楽しみください。



ドイツソーセージ



プレッツェル



グリューワイン



クリスマス雑貨

ステージ

2日間にわたり、さまざまなステージプログラムが繰り広げられます。プログラム詳細はホームページへ。

オープニングセレモニー

12月3日(土) 13時～14時

ボッシュ
ご挨拶、BOSCHの聖ニコラウス(クリスマス劇)等

メイドイン つづき 特別企画

ワークショップ

優れた技術により製品を生みだしている区内の「ものづくり企業」がワークショップを開催します!

クリスマスグッズを
つくってみよう!



オンラインでも楽しもう!

ドイツのクリスマスの過ごし方 ～アドベント～

11/25(金) 10時～ 12/26(月) 17時 専用ホームページにてドイツ文化やクリスマスまでの4週間を楽しむアドベントの過ごし方をご紹介します。

ドイツ料理をご家庭で作ってみませんか?



東京横浜独逸学園
料理長
シュツェ・マイク氏

メイドイン つづき 特別企画



工場のピカピカ **みがいてスノーマン**

オーナメント配布 11月25日(金)～ 先着順 600個

配布場所 区役所5階地域振興課窓口 8時45分～
モザイクモール港北インフォメーション 10時～
●専用ホームページで磨き方動画を見ながらご自宅でお楽しみください。
●オーナメントを会場の「メイドインつづき」ブースにお持ち込みいただく限定蓄光缶バッジをプレゼントします!(先着100人)



嶺山製作所
真野貴光氏

アンケートに回答いただくと抽選でプレゼントが当たります!

11/25～12/26



ピタビットプレミアム(圧力鍋)3.5L

【問合せ】区民活動係
電話:948-2238
FAX:948-2239

特集 10月27日(木)～11月9日(水)は、読書週間 11月4日(金)は、はまっ子読書の日

都筑図書館へいこう!

今月の特集では、毎年恒例の「つづきブックフェスタ」のほか、さまざまな読書の楽しみ方を都筑図書館からご紹介します。

都筑図書館 区総合庁舎1階 電話:948-2424 FAX:948-2432

● 開館時間 土・日・月曜、祝日: 9時30分～17時 火～金曜(平日): 9時30分～19時

● 11月の休館日 11月20日(日) 区総合庁舎の電気設備点検による臨時休館
11月21日(月) 施設点検日

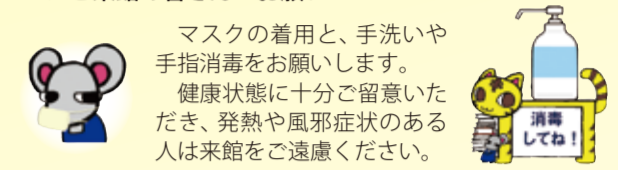
● 駐車場 図書館を利用する人は、総合庁舎の駐車場をご利用いただけます。駐車場は有料となりますが、図書館で図書の借受または返却をする人は30分間無料になります。30分以降は有料です。図書館の窓口で料金減免(30分)の認証をお受けください。

図書館の新型コロナウイルス感染症対策

都筑図書館では、定期的な換気や除菌機の設定、閲覧席のパーティション設置など、利用者の皆さんに安心してご利用いただける環境づくりに取り組んでいます。

▶ご来館の皆さんへお願い

マスクの着用と、手洗いや手指消毒をお願いします。健康状態に十分ご留意いただき、発熱や風邪症状のある人は来館をご遠慮ください。



今年
まるごと
紙芝居!

つづきブックフェスタ2022

期間 11月17日(木)～19日(土)

共催: 都筑図書館から未来を描く協働の会・都筑図書館・都筑区役所

都筑図書館では、市民グループ「都筑図書館から未来を描く協働の会」とともに、子どもから大人まで楽しめるイベントを用意して皆さんをお待ちしています。



都筑図書館キャラクター
みやーごととちゅーず

講演会 発見! 紙芝居の魅力

～こどもから高齢者まで～

子ども向けから大人向けまで、数々の紙芝居を生み出してきた紙芝居作家であり、実演家でもある、ときわさんに紙芝居の魅力を語っていただきます。



出演 ときわひろみさん

日時 11月19日(土) 14時～16時
(開場13時30分)

要申込

会場 区役所6階大会議室

参加無料

対象 紙芝居に興味がある人・先着50人
※未就学児の預かり保育はありません

申込 電子申請か都筑図書館⑥⑦窓口か
電話(948-2424)



現在申込受付中です。
電子申請での申込みは
こちらから

そのほかの イベント

会場 区総合庁舎1階区民ホール

「おでかけ図書館」で 読んであげますよ～

期間 11月17日(木)・18日(金)

時間 各日10時～16時
(読み聞かせは各日10時～12時)

つどおう JiJiBaBa隊のみなさん
による読み聞かせもありますよ。

大きなブロックでつくられた楽しい本の空間。区民ホールで「みやーごとちゅーずのおでかけ図書館」を開きます。



紙芝居を 見て・体験しよう!

期間 11月17日(木)～19日(土)

時間 各日10時～16時

紙芝居の表と裏がじっくり見られるように展示するほか、専用舞台を使って紙芝居の実演体験ができるスペースも。ぜひ試してみてください。

- 紙芝居の「裏側」にはお話だけでなく、めくり方や読み方も書いてある
 - 都筑図書館では紙芝居だけでなく、紙芝居専用の「舞台」も貸し出している
- …ということを知っていましたか?



紙芝居専用の「舞台」

工作会 「どうめい紙芝居を つくろう!」

日時 11月19日(土) 14時～16時

参加無料

講師 のじま自然観察探見隊

対象 児童

紙芝居 文化推進協議会 パネル展

期間 11月17日(木)～19日(土)

つづきとしょかん 紙芝居大会 実演



紙芝居なつかし亭 岸本茂樹さん

都筑区や近隣の地域で活躍する、紙芝居の実演者 & グループが集結します。大人も子どもも大歓迎。さまざまなスタイルの楽しい紙芝居をみてみよう!

日時 11月19日(土) 10時～12時
(各プログラム25分程度)

参加無料

会場 区総合庁舎1階区民ホール

申込不要

出演 ●「もりもり劇場」

● 港北昔ばなし紙芝居の会「たまたまぼこ」

● 「まんまるかみしばい」

● 紙芝居なつかし亭 岸本茂樹さん

各イベントは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴い変更となる可能性があります。詳しくは都筑図書館にお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。感染症対策のため、各イベントは人数を制限して実施する場合があります。参加する人は、マスクを着用いただき、設置の消毒液や手洗いで、手指の消毒をお願いします。また、検温・体調確認を行います。ご協力をお願いします。



いろいろあります! 読書の楽しみ方

いきいき音読教室

大人になってから声に出して本を読んだことはありますか?

都筑図書館では、昔話や詩、文学作品などを参加者全員で声に出して読む「いきいき音読教室」を開催しています。声に出して読んでみると、言葉の響きや文章のリズムなど、黙読とは違った本の魅力を発見できるかもしれません。

来月2月に開催を予定しています(1月広報予定)。「教室」といってもむずかしい技術は必要ありません。どうぞ気軽に体験してみてください。ご自宅でも音読体験をしてみるのはいかがでしょうか。



2017年2月の音読教室より



これまでに音読教室で
とりあげた作品

「声に出して読みたい日本語」
齋藤孝/著(草思社)

- 「山のアナタ」カール・ブッセ
- 詩「小諸なる古城のほとり」島崎藤村
- 古典文学「枕草子」「平家物語」
- 昔話「かさじぞう」
- わらべうた「いちじくにんじん」



りんごの棚

都筑図書館にも
できました!

点字つきさわる絵本、ピクトグラムのついた絵本、活字が大きい本、手話に関する本、障害への理解を広げる本、LLブック(写真や絵でわかりやすく書かれた知識の本)など、特別な配慮を必要とする子どもたちが楽しめる本を集めました。

りんごの棚は、スウェーデンの図書館で始まった取組で、言語障害のある子どもたちのために作られた、りんごのおもちゃが名前の由来になっています。



図書館の本とは別に借りられます

電子書籍サービス

貸出: 1人2冊、2週間まで
予約: 1人2冊まで

インターネットにつないだパソコンやスマートフォン、タブレットを使って、電子書籍の貸出・返却ができます。



24時間いつでもどこでも、読書を楽しめます。児童書や外国語の本、音声を聞くオーディオブックなどもあります。



電子書籍のイメージ

区役所からののお知らせ

区役所への郵便物は 〒224-0032 都筑区茅ヶ崎中央32-1 都筑区役所〇〇係(担当)へ

！ 広報よこはま都筑区版に掲載されているイベントは、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・延期または制限をかけた状態での開催などになる場合があります。参加される際には、事前に開催状況をご確認ください。

移動図書館「はまかせ号」

11月11日・25日、12月9日の金曜10時～10時50分 ※荒天中止
 東山田地域ケアプラザ
 中央図書館サービス課
 ☎ 262-0050 ☎ 231-8299

都筑図書館から

☎ 948-2424 ☎ 948-2432
 休館日 11月20日(日)・21日(月)
 横浜市立図書館 検索

◆「わらべうたと絵本の会」ボランティア講座(全3回)
 講演と参加者による実習を行います。講師：石川道子氏
 2023年 1月18日(水) 14時～16時、1月26日(木) 10時～12時、2月10日(金) 10時～12時
 区役所6階大会議室
 全3回とも参加でき、0～2歳児の親子向けの子育て支援活動に関心があり、今後ボランティアとして協力していただける人、もしくはすでにボランティアとして活動中、予定のある人 12人 ※初心者優先
 11月11日から12月2日までに電子申請


◆区内中高生によるポップ展
 中学生：12月1日(木)～14日(水)、高校生：12月15日(木)～23日(金)
 図書館入口付近 / ☎
 ◆展示「STOP子ども虐待～子育てに絵本を～」
 11月22日(火)～30日(水)
 図書館入口付近 / ☎

緑税務署からの重要なお知らせ

◆マイナンバーカードを取得して、ご自宅から自動計算・自動入力できるスマホで確定申告を！
 国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って金額などを入力するだけで所得税及び復興特別所得税等の申告書の作成・e-Taxによる送信ができます。また、自動計算されるので計算誤りがありません。さらに、2023年1月以降は、スマホで青色申告決算書・収支内訳書を作成できるようになります。また、マイナポータル連携を利用した確定申告書の自動入力の対象

が、「ふるさと納税」や「医療費」など従来の対象項目に加え、「公的年金等の源泉徴収票」や「国民年金保険料」が自動入力できるようになります。マイナポータル連携を利用するためには、マイナンバーカードが必要になりますので年内中の取得をお願いします。

●確定申告書作成コーナーはこちら
 ●マイナンバーカードの取得申請はこちら
 ●マイナポータル連携の詳細はこちら



☎ 緑税務署 ☎ 972-7771 (代表) 個人課税第1部門 (内線213、214、215)

新治恵みの里 コンニャク作り教室


珍しいコンニャク芋を使って、ジューシーな生コンニャクを作ります。
 12月10日(土) 10時30分～12時30分
 緑区新治町887 にいはる里山交流センター (JR横浜線十日市場駅徒歩約15分)
 市内在住の個人、家族・グループ(1組2人まで) 15組 ☎
 ¥ 1組1,600円(コンニャク作り体験、コンニャク作り材料セット一式のお土産・保険代込み)
 11月15日0時から新治恵みの里 (https://www.niiharu.link) の「申込フォーム」より申込み
 北部農政事務所農業振興担当
 ☎ 948-2480 ☎ 948-2488

届けてください あなたの声 11月は児童虐待防止月間です

あなたの周りに心配な親子はいませんか？子育てに悩んでいる人も一人で悩まず、ご相談ください。匿名でも相談できます。

●都筑区こども家庭相談 ☎ 948-2349 (月～金曜 8時45分～17時 ※12時～13時を除く)
 ●横浜市北部児童相談所 ☎ 948-2441 (月～金曜 8時45分～17時15分)
 ●よこはま子ども虐待ホットライン ☎ 0120-805-240 (24時間フリーダイヤル)
 ●かながわ子ども家庭110番相談LINE 月～土曜 9時～21時(年末年始を除く)
 登録方法 二次元コードからか、LINEアプリのホーム画面からID「@kana_kodomo110」で検索して追加できます。

◆「児童虐待防止パネル展」
 11月22日(火) 11時～29日(火) 15時
 区総合庁舎1階区民ホール
 こどもの権利擁護担当
 ☎ 948-2588 ☎ 948-2309



全国瞬時警報システム Jアラート の全国一斉情報伝達試験放送を実施します

総務省消防庁等が地震・津波などの災害時等に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いて、防災スピーカーでの試験放送を例年実施しています。

日時 11月16日(水) 11時頃(予定)
 放送内容 ♪ピンポンパンポン(上り4音チャイム) (予定) 「これは、Jアラートのテストです。」(3回繰り返し) ♪ピンポンパンポン(下り4音チャイム)
 詳しくは、横浜市 防災スピーカー 検索

☎ 庶務係 ☎ 948-2211 ☎ 948-2208 ☎ tz-bousai@city.yokohama.jp

マークの説明 ☑日時・期間 ☑会場 ☑対象・定員 ☑費用 ☑持ち物 ☑保育 ☑申込み ☑問合せ ☑郵便番号・住所 ☑氏名(ふりがな) ☑年齢 ☑電話(番号) ☑ファクス(番号) ☑往復はがき(返信名明記) ☑返信用はがき持参 ☑はがき ☑Eメール(アドレス) ☑ホームページ ☑窓口 ☑当日直接 ☑先着 ☑抽選 ☑要予約
 ●(※要事項)とある場合は、行事名(イベント名)・〒住所・氏名(ふりがな)・電話番号を記載。
 ●料金の記載のないものは無料。●詳しい内容は各問合せ先へお問い合わせください。

11月20日(日)は都筑区総合庁舎臨時休館日です

電気設備点検のため、11月20日(日)は都筑図書館・都筑公会堂・都筑区民活動センターを休館します。終日、庁舎への立ち入りおよび駐輪場・駐車場の利用はできませんのでご注意ください。

問	予算調整係	都筑図書館	都筑公会堂	都筑区民活動センター
☎	948-2213	948-2424	948-2400	948-2237
☎	948-2208	948-2432	948-2402	943-1349

区民活動センターからののお知らせ

☎ 948-2237 ☎ 943-1349
 ☎ tz-katsudo@city.yokohama.jp
 休館日 11月3日(祝・木)・20日(日)・21日(月)・23日(祝・水)

◆転勤妻のおしゃべりサロン
 転勤で都筑に来られたみなさんが、世代を超えて気軽にお話しできるサロンです。出入り自由、子ども連れ可。
 11月18日(金) 10時～12時 / ☎
 区民活動センター

◆第3回つながりカフェ
 つながりカフェはどなたでも気軽に参加できる交流サロンです。今回のテーマは「聞こえ! 語ろう! みんなの1年」
 12月10日(土) 10時～12時
 区民活動センター ☎ 15人 ☎
 二次元コードから電子申請か ☎ か ☎

区総合庁舎1階 区民ホールの催し情報

つづきブックフェスタ2022
 11月17日(木) 10時～19日(土) 16時
 都筑図書館
 ☎ 948-2424 ☎ 948-2432

つづきウォーク&フェスタ(バーチャルフェスタ)
 11月21日(月) 9時～26日(土) 17時
 区民活動係
 ☎ 948-2238 ☎ 948-2239

緑のカーテン栽培結果報告
 11月28日(月) 13時～12月2日(金) 14時
 企画調整係
 ☎ 948-2226 ☎ 948-2399

石巻進化躍進応援バザール うんめえもん市
 12月6日(火) 10時～16時
 NPO法人ヒューマンフェローシップ
 ☎ 762-1435 ☎ 751-9460

水彩画の展示
 12月8日(木) 10時～14日(水) 15時
 予算調整係
 ☎ 948-2213 ☎ 948-2208

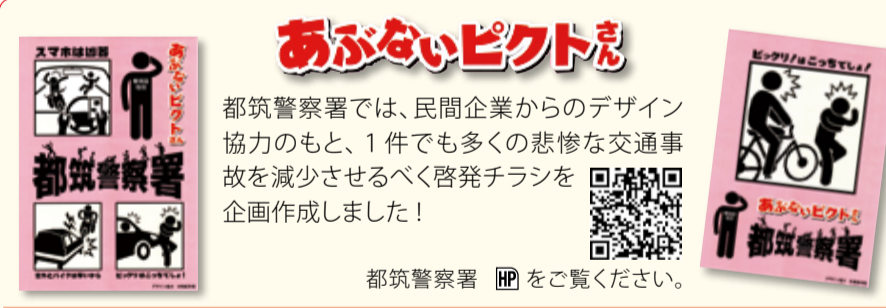
中学校個別支援学級合同作品展
 12月9日(金) 9時～14日(水) 15時
 予算調整係
 ☎ 948-2213 ☎ 948-2208

福祉農園 ～障害者と地域の共生フェスタ～

障害者週間にあわせて、区内の障害者施設のパネル展示とフォトグラファー後藤京子氏による「障がいのあるお子さんとご家族の写真展」を実施します。
 12月2日(金)～7日(水)
 区総合庁舎1階区民ホール
 都筑区社会福祉協議会
 ☎ 943-4058 ☎ 943-1863

あぶないピクトル

都筑警察署では、民間企業からのデザイン協力のもと、1件でも多くの悲惨な交通事故を減少させるべく啓発チラシを企画作成しました！
 都筑警察署 ☎ をご覧ください。
 ☎ 都筑警察署 ☎ ☎ 949-0110



粗大ごみの申込みはお早めに！ 事前に申込みが必要です

粗大ごみを処分するには、事前の申込みと手数料の納付が必要です。大掃除のシーズンは申込みが多く、電話が繋がりにくくなり、ご希望の回収日に伺えない場合があります。ぜひ早めにお申し込みください。

粗大ごみとは 金属製品で30cm以上のもの
 それ以外(プラスチック製品、木製品など)で50cm以上のもの

申込みは粗大ごみ受付センターへ

◆LINE、チャット、申込み用ウェブサイト
 横浜市 粗大ごみ 検索
 か、二次元コード

◆電話 ☎ 0570-200-530 (ナビダイヤル)
 月～土曜 8時30分～17時 (12月31日～1月3日を除く)
 ●携帯電話やIP電話などから場合は ☎ 045-330-3953
 ※聴覚・言語に障害がある人はFAXでのお申込みができます ☎ 550-3599 (☎、☎、☎、品物の品目、材質、大きさ、個数などを記載してください)

☎ 資源化推進担当 ☎ 948-2241 ☎ 948-2239

子育てひろば

都筑図書館から

☎ 948-2424 ☎ 948-2432
休館日 11月20日(日)・21日(月)

☎ 行事は2週間前から ☎ か ☎

◆くまさんのおはなし会(12月)
親子で楽しむわらべうたや絵本の読み聞かせ

■0・1歳向け
📅 12月8日(木) ①10時～10時25分 ②10時45分～11時10分
📍 対面朗読室
👤 0・1歳児と保護者 各5組 ☎ ☎

■2・3歳向け
📅 12月15日(木) 10時45分～11時10分
📍 対面朗読室
👤 2・3歳児と保護者 5組 ☎ ☎

◆定例おはなし会(12月)
📅 12月21日(水) 15時30分～16時
📍 対面朗読室
👤 1人でお話が聞ける子5人 ☎ ☎
※保護者の付き添いは事前にご相談ください

📍 離乳食をはじめたばかりの子と親 各回6組 ☎
☎ 11月11日10時から電子申請

◆野菜となかよしになるおはなし会
～野菜スタンプでカードを作ろう～
都筑図書館司書による野菜絵本の読み聞かせや栄養士による食育の話、野菜スタンプ(ワークショップ)、ヘルスメイトの野菜レシピ紹介など。
📅 12月7日(水) 15時～15時50分
📍 区役所1階福祉保健センター栄養相談室
📍 区内在住・在園の未就学児と保護者10組 ☎
☎ 11月14日10時から ☎ か 電子申請

◆1歳児の歯みがき教室
歯が生えだした子どもの歯の悩みを、すっきり解決。
📅 12月16日(金) 10時～11時(受付:9時45分から)
📍 区役所1階福祉保健センター多目的室A B
📍 区内在住の1歳前後の子と保護者15組 ☎
📍 ナイロンの歯ブラシ(子ども用と仕上げみがき用) ※歯みがき実習は模型上で行います。お使いの歯ブラシは見本と比べるために使用します
☎ 11月14日8時45分から ☎ か 電子申請

健康づくり係から

☎ 948-2350 ☎ 948-2354

◆ママ・パパと赤ちゃんのための健康講座(予約制)
①食生活についての話と2回食を目安にした離乳食の実演、歯の相談 ②赤ちゃんといっしょに楽しく遊びながらの体操
📅 ①12月23日(金) ②2023年1月13日(金)
いずれも10時30分～11時30分(2日間で1コース)
📍 ①区役所1階福祉保健センター栄養相談室 ②区役所1階福祉保健センター多目的室
📍 区内在住で離乳食を始めて2か月を過ぎたところの子と親10組 ☎
📍 ①飲み物 ②バスタオル、飲み物
☎ 11月15日10時から ☎

◆はじめての離乳食(予約制)
離乳食の基本「つぶしがゆ」や野菜などのつぶし方体験、進め方の相談。
📅 12月12日(月) ①13時30分～14時15分 ②14時30分～15時15分
📍 区役所1階福祉保健センター栄養相談室

こども家庭係から

☎ 948-2472 ☎ 948-2309

◆つみぎで遊ぼう!～つみぎのつぎ2022～
📅 11月19日(土) 第1回 10時～、第2回 11時5分～ ※完全入替制
📍 区総合庁舎1階区民ホール / ☎
📍 未就学児とその保護者 各回30組 ☎
📍 茅ヶ崎南保育園
☎ 943-1285 ☎ 943-1228

◆親子でふれあいあそび
📅 12月7日(水) 10時30分～11時
📍 中川西保育園 ☎ 親子6組 ☎
☎ 11月24日から中川西保育園に ☎ (913-2060) か ☎ (913-2072) (受付時間平日10時～16時)

検診・教室

●特に記載のないものは、区役所1階福祉保健センター健診室で行います。●予約制で、特に記載のないものは、1か月前から受け付けています。

エイズ・梅毒検査
☎ 予約制
11月17日・24日、12月1日・8日の木曜 9時～9時30分
受付:区役所1階健診室内7番/結果は1週間後以降。
※原則いずれも受検いただきます

食と生活の健康相談
☎ 予約制
11月25日(金)午後、12月6日(火)午前
高血圧や糖尿病などの生活習慣病予防に関する、保健師や栄養士による個別相談です。

禁煙相談
☎ 予約制
11月25日(金)午後、12月6日(火)午前
禁煙相談。呼気中一酸化炭素濃度の測定。肺年齢測定。

☎・☎ 健康づくり係 ☎ 948-2350 ☎ 948-2354

もの忘れ相談
☎ 予約制
原則毎月第2金曜 午前
嘱託医師による高齢者のもの忘れ、認知症などの相談。

都筑つみぎ会「リハビリ教室」
☎ 予約制
原則毎週火曜 13時～15時
脳血管疾患などにより後遺症のある人を対象に、リハビリ教室や言語教室を開催。

☎・☎ 高齢支援担当 ☎ 948-2306 ☎ 948-2490

地域ユースプラザによる若者のための専門相談
☎ 予約制
11月10日・24日の木曜13時30分～16時30分(1回50分)
📍 区役所2階24番窓口
📍 市内在住の15～39歳の本人、家族、支援者
☎ 事前に ☎

☎・☎ 北部ユースプラザ ☎・☎ 948-5505

両親教室、女性と子どもの相談・健診

●特に記載のないものは、区役所1階福祉保健センター健診室で行います。●ベビーカー置場のスペースには限りがあります。ベビーカーは自己管理をお願いします。

乳幼児健康診査 ☎ 予約不要	4か月児	11月29日、12月6日の火曜 13時～14時受付
	1歳6か月児	11月24日の木曜 10時～11時受付 12月1日の木曜 13時～14時受付
	3歳児	11月17日・24日、12月8日の木曜 13時～14時受付

女性の身体の相談
☎ 予約制
思春期・授乳期・更年期および避妊・不妊などの相談。

両親教室
☎ 予約制
2023年4月ごろ出産予定の人
📅 第1回 12月12日(月) 9時30分～11時30分
第2回 12月12日(月) 13時30分～15時30分
第3回 12月23日(金) 13時30分～15時
📍 妊婦とその家族
☎ 事前に電子申請システムで予約

土曜両親教室
☎ 予約制
📅 12月10日(土) 13時30分～16時 ☎ 12組 ☎
📍 子育て支援センター ポポラサテライト(ららぽーと横浜3階)
☎ 11月11日12時から ☎ (507-6856)
📅 12月24日(土) 14時15分～16時30分 ☎ 12組 ☎
📍 子育て支援センター ポポラ(あいたい5階)
☎ 11月24日12時から ☎ (912-5135)

乳幼児歯科相談 妊産婦歯科相談
☎ 予約制
歯科健診、相談、歯みがきアドバイス
📅 11月30日(水)、12月14日(水) 乳幼児 13時30分～14時30分
妊産婦 15時
📍 0歳～未就学児、妊婦、産後1年未満の女性

☎・☎ こども家庭支援担当 ☎ 948-2318 ☎ 948-2309

子どもの食生活相談
☎ 予約制
栄養士による食生活についての個別相談
📅 11月25日(金)午後・29日(火)午前(所要時間30分程度)
📍 区内在住の人(乳幼児～思春期ごろのお子さんの相談)

☎・☎ 健康づくり係 ☎ 948-2350 ☎ 948-2354

輝く女性応援プロジェクト

私らしく軽やかに生きる ～大切にしたいことは何ですか?～

お互いに話し、聴くことで、軽やかに生きるヒントを見つけましょう!
話すのが苦手な人でも大丈夫です。みんなで一歩を踏み出しましょう!

日時	タイトル	講師
第1回 11月25日(金)	はじめまして!私のことを話してみよう ～楽しくすくろくトーク～	運営委員
第2回 12月2日(金)	大切にしたいことは何ですか? ～私を知るためのワーク～	認定NPO法人あっとほーむ 代表理事 小栗 ショウコさん
第3回 12月9日(金)	気づきを深めよう(グループトーク) ～第2回のワークを通して～	運営委員
第4回 12月16日(金)	私らしく軽やかに生きる ～経験はすべて糧になる～	(株)ジュリエッタ・ガーデン 代表取締役、園芸家 レモン研究家 園芸 純さん
第5回 12月23日(金)	Tea & Talk ～私のことを話(放)してみよう～	運営委員

📅 全回10時～12時
📍 この講座内容に興味を持ち、原則全回出席できる人(都筑区、近隣区在住の人優先)15人 ☎
📍 区役所会議室ほか
☎ 11月22日までに氏名・電話番号・メールアドレス・在住区・年代・簡単な応募動機を記入のうえ、電子申請

☎ 区民活動センター ☎ 948-2237 ☎ 943-1349

気をつけたい 性感染症(STI)

HIV/エイズ

- 発生動向 HIV感染者は20～40代が多く、エイズ発症者は30～50代が多い傾向です。
- 症状 感染後2～6週間でインフルエンザ様の症状がみられますが、いったん症状はなくなります。5～10年後に免疫力が低下し、健康なときにはかかりにくい感染症や悪性腫瘍に罹患しやすくなります(エイズ発症)。
- 治療 完治する薬はありませんが、早期に抗HIV薬の服薬を始めることで健康的な生活を送ることができます。

梅毒

- 発生動向 20～40代男性、20代女性に流行しています。
- 症状 感染後1か月で、口唇や性器等にできものができ、3か月後に全身に発疹が出ますが、いずれも自然に治ります。体の中で静かに進行し、数年～数十年後に心臓、血管、神経の異常が現れることがあります。
- 治療 早期の抗生物質による治療が有効です。治療しても繰り返し感染します。

気になることがあれば早めに医療機関を受診しましょう。

- ◆予防には適切なコンドームの使用が有効ですが、完全には防げません。
- ◆早期に発見できるのは血液検査だけです。
- ◆区役所でも、HIV・梅毒検査を実施しています。(検査無料、要予約、匿名制)

☎ 健康づくり係 ☎ 948-2350 ☎ 948-2354

施設からのお知らせ

- 原則 11月11日～12月10日のお知らせを掲載しています。
- マークの説明については、8ページを参照してください。
- 料金の記載のないお知らせは無料です。
- 詳細は各施設へお問い合わせください。



都筑区イベント情報配信 <https://cgi.city.yokohama.lg.jp/common/event2/tsuzuki/>

都筑センター

☎ 941-8380 ☎ 942-3979
〒 224-0062 葛が谷2-1
休館日 11月29日(火)

※ ☎ はすべて市内在住・在勤・在学者
☎ 行事は11月11日から ☎ か ☎

都筑地区センター

◆ふれあいアートコレクション 作品展
11月13日(日)～2023年1月17日(火)の月曜～土曜 9時～21時、日曜・祝日 9時～17時 / ☎

◆クリスマスを楽しむ寄せ植えづくり
12月6日(火)10時30分～12時 / 12人 ☎ / 2,500円

☎ 11月6日から ☎ か ☎

老人福祉センター つづき緑寿荘

◆紅葉観賞 健康ウォーキング(三ツ池公園)
12月1日(木) 9時20分～14時 / 60歳以上 20人 ☎ / 200円 ● ☎

◆つづき緑寿荘終活講座
12月14日(水)13時30分～15時30分 / 60歳以上15人 ☎ ● ☎

都田地区センター・地域ケアプラザ

☎ 地区センター:945-0075
地域ケアプラザ:945-0076 ☎ 943-1131
〒 224-0045 東方町655-4
休館日 11月21日(月)

◆羊毛フェルトで作るX'masオーナメント
12月3日(土)10時～11時30分 / 小学生以上 8人 ☎ ※小学3年生以下は保護者同伴 / 700円

☎ 11月11日10時から11月26日までに ☎ か ☎ ※申込時に、ツリーの色をグリーン、ブルーグリーン、ブラウンから選択

◆リズムに乗ってLet's体操
子どもと一緒に音楽に合わせて体操します / 12月18日(日)11時～12時 / 講師:おやこの広場「ぶらっとカフェ」木村 博子さん / 未就学児と保護者20組 ☎ / 100円

☎ 上履き、動きやすい服装
☎ 11月18日10時から ☎ か ☎

北山田地区センター

☎ 593-8200 ☎ 593-8201
〒 224-0021 北山田2-25-1
休館日 11月14日(月)

☎ ☎ 行事は開催日の1か月前10時から ☎ か ☎

◆四柱推命+フラワーエッセンス(全4回)
12月9日～2023年1月27日の毎月第2・4金曜13時～14時30分 / 20人 ☎ / 3,600円(全回分) ● ☎

◆やさしい金継ぎ体験
12月13日(火) ① 9時30分～11時30分 ② 12時30分～14時30分 / 各12人 ☎ / 3,000円 ● ☎

◆えほんとおともだち!
12月9日(金)10時30分～11時30分 / 0歳～未就学児と親 8組 ☎ ● ☎

中川西地区センター

☎ 912-6973 ☎ 912-6983
〒 224-0001 中川2-8-1
☎ nakanishi@tsuzuki-koryu.org
休館日 11月14日(月)

☎ ☎ 行事は開催日の1か月前9時から

☎ か10時から ☎ か、☎ 必要事項・☎ ・住所を明記し ☎

◆地区センターまつり
11月2日(水)～13日(日)展示 ※13日は発表・おでかけ図書館・ゲーム他 / ☎

◆講座「浮世絵と忠臣蔵」講談実演付
12月17日(土)13時～14時30分 / 40人 ☎ / 300円 ● ☎

◆謎解きウォークラリー「七福神巡り」
2023年1月7日(土) 9時30分～12時30分 / 20人 ☎ / 500円 ● ☎

◆みんなで書初めします!
2023年1月5日(木)13時～ / 8人 ☎ / 500円 ● ☎

仲町台地区センター

☎ 943-9191 ☎ 943-9131
〒 224-0041 仲町台2-7-2
休館日 11月14日(月)

☎ ☎ 行事は11月11日9時から ☎ か10時から ☎

◆年越しそばを自分で打つ(全2回)
12月11日・25日の日曜 9時30分～12時30分 / 9人 ☎ / 6,000円(全回分) ● ☎

◆はじめての金継ぎ
12月18日(日) 9時30分～11時30分 / 12人 ☎ / 3,000円 ● ☎

◆パワーヨガ3期(全10回)
2023年1月17日～3月28日の火曜(3月21日の祝日は除く) A: 9時15分～10時15分 B: 10時30分～11時30分 / 各60人 ☎ / 4,000円(全回分)

☎ 12月6日までに ☎ か、☎ 必要事項・☎ と希望クラスを明記し ☎

鴨池公園こどもログハウス かもいけランド

☎ ・☎ 942-1569 ☎ 224-0006 荏田東3-2
休館日 11月21日(月)

◆親子の広場「かもっこらぶ」
☎ タオル、飲み物

- ① まんまるプレイパーク 竹とんぼあそび: 11月14日(月)10時30分～11時30分
- ② おはなし会: 11月24日(木)10時30分～11時
- ③ あそびLabo.「通す」遊び体験: 11月29日(火)10時30分～11時30分
- ④ おさるんリトミック: 12月5日(月)10時30分～11時30分
- ⑤ でんでんむしの人形劇: 12月8日(木)10時30分～11時 / 未就学児と親各15組 ☎ / ①③④⑤は子ども1人につき300円 / ☎

◆秋の工作・木工クラフト
11月18日(金)～20日(日) 9時30分～11時45分、13時～16時(工作受付時間) / 幼児・小学生・中学生200人 ☎ ※未就学児は保護者同伴 / ☎

都筑中央公園自然体験施設 (NPO法人 都筑里山倶楽部)

☎ ・☎ 941-0987
〒 224-0032 茅ヶ崎中央57-8
☎ https://tzksatokura.org/
休館日 月曜(祝日の場合は翌日)

◆里山保全体験
竹林の手入れを行い、間伐した竹を使って竹細工を体験します / 12月3日(土) 9時30分～12時 / ばじょうじ谷戸休憩所集合 / 10人 ☎ ※小学生以下は保護者同伴
☎ 11月23日までに ☎ か、☎ 必要事項 と参加者全員の ☎ ・☎ を明記し ☎

◆ネイチャークラフト作り
11月27日(日)10時～15時 / 受付は14時30分まで ※雨天中止 / 円形広場 / 500円 / ☎

都筑民家園

☎ 594-1723 ☎ 594-2019
〒 224-0028 大榎西2
休館日 11月14日(月)・28日(月)

☎ ☎ 行事は11月11日から ☎ か ☎

◆みそ講座(寒仕込み)
新型コロナ感染症対策のため、材料キット(レシピ付き)のお渡しのみ(講座は行いません)。仕上がりは、みそ約4kg(材料費は当日払い) / 12月7日(水)13時～15時 / 50人 ☎ / 4,000円 ● ☎

☎ 材料持ち帰り用の袋
◆ミニ門松づくり
高さ20cmほどの門松を作ります(1人1個) / 12月17日(土)10時～11時30分 / 20人 ☎ / 800円 ● ☎

勝田小学校 コミュニティハウス

☎ ・☎ 592-1877
〒 224-0034 勝田町266
休館日 火・木曜

☎ ☎ 行事は11月2日から ☎ か ☎

◆お正月を彩るフラワーアレンジ
A: 新春リース B: 正月花壁かけから選択
12月17日(土) 1部14時～15時、2部15時～16時 / 各1,500円 ● ☎

◆理学療法士による転倒予防体操
12月14日(水)13時30分～14時30分 / 200円 ● ☎

◆こどもの感性を伸ばすアート教室(全5回)
11月26日、12月17日、2023年1月14日、2月25日、3月25日の土曜10時～12時 / 小学生 / 4,000円(全回分、材料費込み) ● ☎

川和小学校 コミュニティハウス

☎ ・☎ 934-8666
〒 224-0057 川和町1463
休館日 火・金曜

◆クリスマスリースづくり
クリスマス用ハーブリースづくり / 11月19日(土)10時～11時30分 / 12人 ☎ / 2,500円(材料費込み)
☎ 事前に ☎ か ☎

北山田小学校 コミュニティハウス

☎ ・☎ 591-8444
〒 224-0021 北山田5-14-1
☎ https://www.tsuzuki-koryu.org/kitayamatasyo/ 休館日 火・木曜

◆クリスマスコンサート
12月4日(日)13時開場、開演13時30分～閉演14時20分 / 30人 ☎ ※未就学児は保護者同伴 / 中学生以上700円、小学生300円
☎ 11月4日から ☎ か ☎

◆「しめ縄飾り」を作ろう!
初心者向けの講座です / 12月23日(金)10時30分～12時 / 10人 ☎ ※安全のため子ども同伴はご遠慮ください / 1,200円
☎ 11月23日から ☎ か ☎

つづきの丘小学校 コミュニティハウス

☎ ・☎ 945-2949
〒 224-0006 荏田東1-22-1
休館日 火・木曜

◆つづきの丘小コミハ作品展
活動サークルの書道、フラワーアレンジ、工作、折り紙作品の展示と紹介 / 11月16日(水)～23日(祝・水) 9時～21時 / ☎

◆親子ののんびり広場「にこりんこ」クリスマス会
楽しいクリスマス工作やクリスマスソング、読み聞かせ等と一緒にクリスマスを楽しみましょう / 12月19日(月)10時～11時 / 乳幼児と保護者10組 ☎ / 300円
☎ 11月19日から ☎ か ☎

中川中学校 コミュニティハウス

☎ ・☎ 591-3131
〒 224-0027 大榎町240
☎ https://www.tsuzuki-koryu.org/nakagawachu/ 休館日 火・金曜

◆ホワイトクリスマスリース【白い花材で制作】
12月3日(土)10時～12時 / 大人 8人 ☎ / 2,000円
☎ 11月26日までに ☎ か ☎

◆人形劇とクリスマス会【でんでんむしさんの公演と歌や工作】
12月11日(日)10時30分～12時30分 / 30人 ☎ ※幼児・未就学児は保護者同伴
☎ 12月3日までに ☎ か ☎

東山田中学校 コミュニティハウス

☎ ・☎ 591-7240
〒 224-0023 東山田2-9-1
休館日 火・金曜

◆ミニフェスタ2022
コミュニティハウス利用者や中学生によるパフォーマンス、展示、ワークショップ、地場野菜販売など / 11月26日(土)10時30分～14時30分 ※雨天の場合は屋内で開催予定。車での来場はご遠慮ください / ワークショップなど一部有料 / ☎

葛が谷地域ケアプラザ

☎ 943-5951 ☎ 943-5961
〒 224-0062 葛が谷16-3

☎ ☎ 行事は事前に ☎ か ☎
◆税理士・司法書士・行政書士による講座と無料相談会

相続と生前対策、亡くなった後の手続 / 11月14日(月)13時30分～14時30分 / 講座は30人 ☎、個別相談は9組 ☎ ● ☎
◆介護者のつどい
11月22日(火)10時～12時 / ☎ ● ☎
☎ 飲み物

新栄地域ケアプラザ

☎ 592-5255 ☎ 595-3321
〒 224-0035 新栄町19-19

◆新栄地域ケアプラザ 作品展
地域のみなさんとの交流機会として新栄地域ケアプラザ 作品展を開催します / 11月14日(月)～12月6日(火) / ☎ ※来場者多数の場合は入場制限あり

トピックス

第4回

都筑区商店街連合会のお店紹介

と たいちゃんのタイ力測定!!

連載企画都筑区商店街連合会の「お店の紹介」第4弾!今回はえだきん商店会と、今年デビューしたアイドル「EDK」を紹介!さらに、都筑区商店街連合会の公式キャラクター「つづきたいちゃん」のタイ力測定の結果も紹介します!!

えだきん商店会

都筑区で一番古く一番小さな商店会。マスコットキャラクターとアイドルがいて個性的な場所。地域の皆様に支えられ40周年を迎えることができました。

コロナで抑制された3年、急激に変化する日常。温もりを感じる距離で笑いあうことが減り、画面越しの会話が増えました。

「例えばどんな時代になろうとも、暗い顔して下向きよりも今日も笑っていたいし、笑っていてほしい!みんな立ち上がろう!凹んだらえだきんにおいで!僕らがここにいるよ!」という思いを込めて、EDKデビュー曲は

「Stand up Everyone

～僕らはここ(EDAKIN)にいる～」としました。これからも「EDK」や「えだきんぎょ」と共に、地域を盛り上げてまいります!



EDK0 期のメンバー



広報よこはま都筑区版 9月号のクイズの正解

たいちゃんの5m走のタイムは?

こたえ 8 秒

動画はコチラ→



☎ 地域振興係 ☎ 948-2231 ☎ 948-2239

からだにいいことナビ

隔月全6回で、糖尿病や食生活など幅広く体に良い情報を発信していきます。第4回は「運動」についてご紹介します。

第4回

運動ってどのくらいしたら良いの? 運動の秋に1日の歩数を気にしてみましょう!

体力の向上や生活習慣病予防のためには1回あたり30分以上、週2日以上の運動が最低限必要とされています。令和2年度の健康に関する市民意識調査によると、区民の50%以上が歩数の測定頻度を「毎日」または「週1回以上」と回答していました!

忙しい日常生活の中で、運動を続けることは大変なことです。これまであまり意識して体を動かしたり、運動していなかった人は、まず1日の歩数を増やしてみたいかがでしょうか。



病気予防のめやす

(中之条研究(東京都健康長寿医療センター研究所 青柳 幸利氏)より)

- 1日平均 2,000歩 ▶ 寝たきりの予防
- 1日平均 5,000歩 ▶ 要介護、認知症、心疾患、脳卒中の予防
- 1日平均 8,000歩 ▶ 動脈硬化、骨そしょう症、ロコモティブシンドローム※、高血圧症、糖尿病の予防
- 1日平均 10,000歩 ▶ メタボリックシンドロームの予防

※「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」とは骨、関節、筋肉等の運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態をいいます



よこはまウォーキングポイントのスマートフォンアプリに登録しましょう!



歩数の計測はもちろん、写真投稿やスタンプイベント、ウォーキングコースなど、歩くのが楽しくなる情報があります。ぜひご活用ください!

☎ 健康づくり係 ☎ 948-2350 ☎ 948-2354

動物愛護週間イベントを開催しました!

ご長寿ペットの応募数 106

区内在住の犬		区内在住の猫
大型犬	中小型犬	
年齢 13歳以上	15歳以上	17歳以上
応募数 4	80	22

9月21日(水)~27日(火)に区総合庁舎1階区民ホールで動物愛護週間のイベントを開催しました。期間中はペットの飼い方や防災に関する展示などを行いました。また、7月中にご応募いただいたご長寿ペット106頭の写真展示を行いました。わが家のペット防災展ではペットの防災に関するアイデア14作品を展示しました。

また、犬と猫の適正飼育セミナーやペット防災講演会も開催しました。ご応募、ご来場いただきました皆さん、ありがとうございました。



☎ 環境衛生係 ☎ 948-2358 ☎ 948-2388

ふれあい伝言板

●区民対象、区内実施で、区民が自主的に行うイベントやサークルの告知です。営利・宗教・政治活動につながるものは掲載できません。●マークの説明については8ページをご覧ください。●参加される際には必ず開催状況をご確認ください。

発達に心配のあるお子さんへのかかり方について学ぼう

加藤 潔先生 オンラインセミナー

12月4日(日)10時~12時(ZOOM)

幼児~小学生の保護者50人

11月27日までに☎・☎・☎を明記し☎(tomatonouchi@gmail.com)

とまとのおうち親の会 篠森 ☎ 090-3185-2734

第25回都筑区三曲協会演奏会 箏・三絃・尺八のしらべ

11月13日(日)12時開演

都筑公会堂

都筑区三曲協会 新保 ☎ 090-9978-0848

※以下は広告スペースです。「広報よこはま都筑区版」に掲載されている内容とは関係ありません※

「つづき五山を踏破しよう!」ガイドと共につづきを歩こう No.63

11月24日(木)受付時間:9時~9時15分

市営地下鉄センター南駅前集合 ※雨天決行

約6Km(約3時間)歩ける人50人

※坂道・階段あり

¥500円

11月17日までに参加者全員の必要事項・

この催しを何で知ったかを明記しHP(tsu

zuki-guide-kai.exp.jp)か☎(〒224-0001 中川

1-2-F 1308「都筑をガイドする会」No.63

広報係)か☎(newtga2022@gmail.com)

「都筑をガイドする会」吉澤 ☎ 090-3685-4596



水彩画サークルさくら草作品展

12月8日(木)10時~14日(水)15時30分

区総合庁舎1階区民ホール

水彩画サークルさくら草

☎・☎ 941-1826

