



青葉区マスコット なしかなちゃん



特集



フラワーダイアログあおば ～花と緑の風土づくり～



©ITOON/GN



「**はな ばた かい ぎ** 花端会議をはじめよう!

無料

青葉区制25周年をお祝いして、青葉公会堂がきれいな花でいっぱいになります!

日時 10月19日(土)14時～16時15分(開場13時30分)

会場 青葉公会堂

第1部 塚本こなみさんによる講演会

「花と緑に触れることで、人生が豊かになる。さらに、人間がかかわることで、自然を豊かにする」ことを実践してきた塚本こなみさんに、青葉区で花と緑の風土づくりをすすめるために必要な知恵についてお聞きします。



塚本こなみ
はままつフラワーパーク理事長
日本人女性第一号の樹木医であり、あしかがフラワーパークの大藤の移植を成功させる。NHK「プロフェッショナル 仕事の流儀」ほかメディアでも活躍中。

第2部 「あおばフラワーショー」

～花と緑の交流セッション～

会場を花と緑でいっぱいにする区内の花と緑のプロの皆さんによる交流セッションを行います。

👤550人 📍10人(1歳以上未就学児まで)1人100円

📅8月11日から、参加者全員の**必要事項**・☑を明記し、

☑で森ノオト(☑event@morinooto.jp)へ。☑

※保育を希望する場合、子の👤、性別、生年月日を明記し、

10月4日までに申し込んでください。☑

主催:青葉区役所、NPO法人森ノオト

プロの皆さんと
会場の皆さんの
ダイアログもあります!

「花端会議」ってなに?

井戸端会議に変わり、花や緑の手入れをしながら多世代で交流することです。
また、花と対話すること、花を囲んで話し合うこと、花を観察しながら、まち歩きすることも花端会議です。

9月のプログラム

フィールドワーク

「公園愛護会は楽しい」

～プロの造園家と公園さんぽ&愛護体験会～

📅9月8日(日)9時30分～13時 ※荒天の場合、9月29日(日)に延期

📍藤が丘公園 📍20人

👜弁当、水筒、タオル、帽子、軍手、雨具(雨天時) ※日よけ、虫よけのため長袖長ズボンでお越しください。

📅8月11日から、参加者全員の**必要事項**・☑を明記し、☑で森ノオト(☑event@morinooto.jp)へ。☑

※雨天の場合、内容の変更があります。

講座の後は、ランチしながら、愛護会の皆さんと交流してみませんか?

今後の予定

「フラワーダイアログあおば」は、2020年2月、3月にもプログラムを企画しています。詳細が決まり次第、広報よこはま青葉区版や森ノオトのホームページでお知らせします。

「フラワーダイアログあおば」は、「ガーデンネックレス横浜」の一環として平成30年度からNPO法人森ノオトと区役所が協働で進めている事業です。花と緑を通じて地域の賑わいをつくり、幅広い区民の皆さんが参加できる多世代交流と自然豊かなまちづくりのきっかけをつくっています。

※アイコンの見方は7ページを参照してください。

☎企画調整係 ☎978-2216 ☎978-2410

詐欺の始まりは
電話から!

留守番電話の常時設定や迷惑電話防止機能付き電話機の導入が効果的!!

高齢者の介護 ひとりで抱え込まないで

問 高齢者支援担当
☎978-2449 ☎978-2427

父が母の介護をしているときに、きつい言葉が出るようになって。ストレスがかかっているみたい…



母に何度も夜中に起こされて、お腹が空いたと言われる。睡眠不足が続くとイライラして母に強くあたってしまう…



夫が手を上げることは昔からあって、今に始まったわけではないんだけど…



父の年金だけで介護サービス費と生活費を支払うのは厳しいな。私にもそんなに収入もないし…



高齢者虐待が起こりやすい背景

●介護や支援が必要な人

被虐待者のうち約8割は、要介護認定を受けています。

●認知症

被虐待者のうち約7割は、認知症状により日常生活に支障をきたすような状態にあります。

平成29年度 横浜市在宅高齢者虐待防止事業実績より集計

抱え込みすぎると、このような状況に陥ることも…

高齢者虐待の種類

身体的虐待

(たたく、つねる、蹴る、殴る等)



心理的虐待

(怒鳴る、ののしる等)



ネグレクト

(介護の放棄、放任)



経済的虐待

(不動産、年金、預貯金を勝手に使う等)



虐待の種類には、性的虐待(わいせつな行為の強要等)もあります。

まずは相談!

解決に向けて一緒に考えます。

電話で

区役所・地域ケアプラザで

自宅で 状況に応じて訪問します。

区役所・地域ケアプラザ(地域包括支援センター)が相談窓口です!

高齢者支援担当(区役所34番窓口)

☎978-2449 ☎978-2427

社会福祉職や保健師が相談に応じます。

地域ケアプラザ(地域包括支援センター)

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう支援する機関です。保健師または看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなど専門スタッフがいます。

青葉区 地域ケアプラザ 検索Q

介護をする人が集まる「介護者のつどい」や認知症の理解を深める「認知症サポーター養成講座」など、さまざまな取組があります。詳しくはお問い合わせください。相談機関には守秘義務があります。安心してご相談ください。

知識や経験を生かした社会的起業、応援します!

問 事務局:関内イノベーションイニシアティブ株式会社
(mass×mass関内) ☎274-8701(平日10時~17時)
✉ info@massmass.jp

8月1日
受付開始

受講無料

セカンドキャリア地域起業セミナー 受講生募集

平成29年度に開始、今年で3回目のセミナーです。

定年後や子育てが一段落した等「セカンドキャリア」を迎えた人を対象にした、地域課題を知り、起業の基礎知識が身に付けられる連続講座です。また、ビジネスプランの立案を支援します。豊富な知識や経験を生かしつつ、自ら輝くための一歩を踏み出してみませんか?

📅 9月7日・21日、10月12日、11月9日・30日(土)(中間発表)、2020年2月22日(土)(最終発表)、

3月14日(土)(クローズングイベント)14時~16時30分(全7回) ※12月~2月に個別相談会開催(詳細は事務局HP参照)

📍 区役所、さんかくBASE(美しが丘2-23-1,3 東急田園都市線「たまプラーザ駅」徒歩7分)ほか

👤 横浜市を拠点とした起業を検討または興味のある概ね40歳以上の人 30人程度

📖 講義や先輩起業家による講演、現場視察を通じ、ビジネスプランの検討を行うとともに、具体化に向け個別支援も実施します。

👩 産業能率大学 教授 中島智人さん ほか

📄 9月3日までに、事務局HP [あおば セカンドキャリア地域起業セミナー](#) 検索Q へ。📄



平成30年度受講生
木村さん

自宅を改装してのコミュニティスペースとカフェの開業に向け、準備中です。セミナーでは、「ソーシャルビジネス」や「地域起業」という新たな視点を得られたほか、いろいろな方と知り合い、事業計画をブラッシュアップできました。



平成30年度受講生
石川さん

腸もみの特技を生かした講座を開催し始めました。セミナーの受講は、最初は場違いな気もしましたが、専門家のフィードバックと新たな仲間を得て世界が広がり、方向性も明確に。できることはたくさんあると気が付きました。

こんなことも
やっています!



● 起業準備中の人向けの「相談会」
(月1、2回程度)

[あおば地域起業相談室](#) 検索Q

● 「地域で活躍している人」に会いに行くツアーやトークイベント

[あおば拠点歩き](#) 検索Q

※このセミナーや相談会等は青葉区役所、建築局、東京急行電鉄株式会社の共同プロジェクトとして実施します。

アイコンの見方(各ページ共通) 必要事項 必要事項(行事名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、往復はがきの場合は返信面) 〒〒住所 名氏名(ふりがな) ☎電話(番号) ☎ファクス(番号) ✉Eメール(アドレス) 年齢 窓 窓 窓 HP ホームページ 往 往復はがき 入 はがき 返 返信用はがき持参 (着) 必着 (消) 消印有効 先 先着 抽 抽選 直 当日直接 日 日時・期間 会 会場 コ コース 対 対象・定員 費 費用 持 持ち物 講 講師・出演者 内 内容 保 保育 申 申込み 問 問合せ

よこはま健康スタンプラリー対象

今月のお知らせ

AOBA INFORMATION

■青葉区役所の開庁時間は8時45分～17時です。
■青葉区役所の宛先は、〒225-0024 市ケ尾町31-4 です。

募集・案内

あおばマルシェの開催

区内でとれた新鮮な農産物などの直売を行います。

☎8月15日(木)12時～15時(売切れ次第終了) 区役所1階区民ホール ※区役所駐車場は有料です。 ※エコバッグの持参にご協力ください。

☎企画調整係 ☎978-2216 ☎978-2410

「高速鉄道3号線の延伸(あざみ野～新百合ヶ丘)」に関する説明会

☎①8月23日(金)②8月25日(日)③8月26日(月)④8月31日(土)

①③各19時～20時30分 ②④各14時～15時30分(開場各30分前)

☎①②川崎市麻生区役所 ③あざみ野第一小学校 ④嶮山小学校 ☎

☎①②各200人 ☎

☎都市整備局都市交通課 ☎671-2021 ☎663-3415

※横浜市・川崎市共催

青葉区風水害出前講座 ～気象災害から身を守るために～

☎①8月24日(土)②8月25日(日)各10～12時

☎①田奈小学校 ②鉄小学校 ☎

☎庶務係 ☎978-2213 ☎978-2410

救急救命士による応急手当講座

☎①9月12日(木) ②9月13日(金)各13時20分～14時40分

☎①山内地区センター ②藤が丘地区センター ☎各30人

☎☎か 必要事項を明記し、☎で青葉消防署(☎/☎974-0119)へ。先

新治恵みの里 新米体験教室

☎9月28日、10月12日・26日(土)10時30分～12時30分 全3回 ※作物の生育・天候状況により日時変更あり

☎いにはる里山交流センター(緑区新治町887)

☎市内在住の個人・家族・グループ(4人程度まで)で1回目に必ず参加できる人15組

¥1組7,000円(収穫した玄米のお土産含む)

☎8月15日から新治恵みの里 HP ☎

☎北部農政事務所農業振興担当 ☎948-2480 ☎948-2488

青葉区民まつり2019

☎11月3日(祝・日)9時45分～15時 ※荒天中止 区役所周辺

●出店者募集

物品販売・配布、区民参加ゲーム等の出店者

¥出店料必要。※10月4日の説明会参加必須。詳細は募集要項を要確認

☎青葉区 HPか所定の申請書を郵送か ☎で地域活動係(☎978-2291 ☎978-2413)へ。8月29日(着)

●ライブパフォーマンス出演者募集

☎12時～13時(1団体約3分)

☎区内在住・在勤・在学の人を含む25歳以下の楽器演奏、合唱、手品、ダンスなどの出演

者・グループ ※詳細は募集要項を要確認

☎青葉区 HPか所定の申請書を郵送か ☎で学校連携・子ども担当(☎978-2345 ☎978-2422)へ。8月29日(着)

※募集要項及び申請書は青葉区 HP からダウンロード可

文化・芸術

区民ホールコンサート

☎文化・コミュニティ係 ☎978-2295 ☎978-2413

●みんなで楽しむ音楽会

区内で活動している音楽団体の演奏会

☎9月4日(水)12時15分～45分

☎区役所1階区民ホール

☎☎ふらここ ☎よこはま

☎スローミュージック

【曲目】Double Spiral、冬茜、花筐、オーバーザレインボー

「縄文人とおとし穴-緑区霧ヶ丘遺跡の発掘」

①展示 ②関連講演会

☎①8月1日(木)～9月29日(日)9時～21時(日曜・祝日は17時まで) ②9月14日(土)13時30分～14時30分(13時開場)

☎長津田地区センター(緑区長津田町2327) ☎②50人

¥②500円

☎☎①☎② 必要事項、「広報よこはまを見て」と明記し、☎で(公財)横浜市ふるさと歴史財団埋蔵文化財センター(〒247-0024 栄区野七里2-3-1 ☎890-1155 ☎891-1551)へ。8月28日(着)☎

ジャンボ!アフリカ(第7回アフリカ開発会議横浜開催推進事業)

第7回アフリカ開発会議横浜開催に合わせ、アフリカを身近に感じることができイベントを開催します。

☎8月16日(金)10時～13時(受付9時45分から)

☎区役所1階区民ホール

☎小学生と保護者 15組 30人

☎①アフリカの話を知ろう ②アフリカの楽器を作ろう ③アフリカ音楽を聴いて、一緒に奏でよう ④アフリカの子ども絵と絵本の展示

☎☎で青葉国際交流ラウンジ(☎989-5266)へ。先

第29回 65歳からのアトライフ(声楽・器楽編)

☎8月27日(火)・28日(水)13時開場、13時30分開演

☎青葉区民文化センター フィリアホール

¥予約:1,000円、当日:1,200円(全席自由)

☎64～94歳の35人(平均年齢77歳)

特別講師:竹澤嘉明さん、鳥木弥生さん、新美徳英さん(50音順)

☎☎か、必要事項、希望日、チケットの枚数を明記し、☎でオフィス・パルーン(☎/☎901-9914)へ。

第27回 国学院大学 萬葉の花の会

「万葉集」に詠まれている植物を題材にして解説

☎9月6日(金)9時40分～15時30分(受付9時から) 国学院大学たまプラーザキャンパス(新石川3-22-1) ☎高校生以上

¥2,000円(学生1,500円) ※別途「萬葉弁当代」1,000円(希望者のみ)

☎☎必要事項、弁当代の要・不要を明記し、応募者1人1通の☎で国学院大学気付 萬葉の花の会(〒150-8440 東京都渋谷区東4-10-28 ☎03-5466-0155)へ。8月23日(着)

国学院大学たまプラーザキャンパス 公開講座(教養講座)

☎①9月10日(火)(1)人生100年時代を健康に過ごすために-運動は100歳の長-(2)東日本大震災とその後 ②9月11日(水)(1)「令和」の由来とその周辺(2)曲がり角のEU統合-日本への示唆 ③9月12日(木)(1)平成の日本経済を振り返る(2)芭蕉句の評価と解釈-俳諧から俳句へ (1)各9時20分～10時50分 (2)各11時～12時30分

☎国学院大学たまプラーザキャンパス

¥1日500円 ☎☎所定の申込書に必要事項を明記し、☎か郵送で国学院大学エクステンションセンター(〒150-8440 東京都渋谷区東4-10-28 ☎03-5466-0270 ☎03-5466-0528 ☎jigyoku@koku.gakuin.ac.jp)へ。9月2日(着)

※申込書は、国学院大学公開講座のHPか ☎か ☎か ☎で請求

青葉区区民企画運営講座

あなたの魅力再発見プロジェクト ～あなたのチカラを青葉区の元気に!～

☎①9月20日(金)「『自分を活かす』はまさに役立つ!」 ②10月4日(金)「あなたは本当の自分の強みに気づいていない」 ③10月18日(金)「1分間で話す自己表現力をGet!」 ④11月8日(金)「見えない想いに見える化しよう」 ⑤11月22日(金)「仲間を見つけ青葉deスタート」10時～12時 全5回

☎区役所 ☎20人(原則全回出席できる人) ¥1,000円(全回分)

☎☎必要事項、年齢、☎を明記し、☎か☎で文化・コミュニティ係(☎978-2295 ☎978-2413 ☎ao-bunkomi@city.yokohama.jp)へ。9月5日(着)☎

※主催:あおば区民みんなで応援プロジェクト運営委員会

青葉区区民企画運営講座

もやもやをわくわくに変える!講座

コーチングの手法を使って「もやもや」の正体を見つけて手放しましょう。

☎①10月1日(火)「あなたの中の『もやもや』の正体を掘り出しましょう」 ②10月15日(火)「『もやもや』状態から解放されましょう」 ③10月29日(火)「あなたの『わくわく』を見つけましょう」 ④11月12日(火)「『わくわく』を現実化する方法を知りましょう」 ⑤11月26日(火)「初めの一歩を

踏み出しましょう～わくわく卵の制作ワークショップ付き～」10時～12時 全5回

☎区役所 ☎20人(原則全回出席できる人) ¥1,500円(全回分、材料費含む)

☎☎必要事項、年齢、☎を明記し、☎か☎か☎で文化・コミュニティ係(☎978-2295 ☎978-2413 ☎ao-bunkomi@city.yokohama.jp)へ。9月10日(着)☎

※主催:もやわく運営委員会

スポーツ・健康づくり

青葉区民初心者卓球教室

☎9月3日～11月12日の火曜(9月17日を除く)19時～20時45分 全10回

☎青葉スポーツセンター ☎区内在住、在学、在勤の高校生以上の人 ¥6,000円(全回分) ☎☎必要事項、性別を明記し、☎で青葉区卓球連盟 田中(〒227-0046 たちばな台2-4-20 ☎961-5964)へ。8月17日(消)☎

ショートテニス交流大会

☎9月23日(祝・月)9時～13時

☎青葉スポーツセンター ☎区内在住・在勤・在学のショートテニス経験者 24人 ¥500円

☎☎ラケット ☎☎必要事項を明記し、☎で青葉区硬式テニス協会内ショートテニス事務局 塚原(☎/☎963-0268 9時～21時)へ。9月10日(着)☎ ☎☎☎973-0553

①やさしい社交ダンス ②水曜初級ダンス講習会 ③金曜種目別ダンス講習会

☎①10月7日～12月23日の月曜(10月14日・21日、11月4日・18日、12月16日を除く)15時～17時 全7回 ②10月16日～12月18日の水曜 13時～15時 全10回 ③10月11日～12月13日の金曜 17時～19時 全10回

☎青葉スポーツセンター

☎市内在住の男女①16歳以上各20人 ②③18歳以上 ②各15人 ③各25人

¥①4,200円 ②5,000円 ③6,000円(各全回分) ☎☎ダンスシューズ、動きやすい服装 ☎☎①初心者向け ②③経験者向け

☎☎必要事項、①か②か③、性別、☎を明記し、☎で小谷唱夫(〒225-0021すずき野2-4-9-302)へ。①9月24日②③9月25日(着)☎※①のみ青葉スポーツセンターの☎も可 ☎中村武 ☎971-0127

子育て

児童手当の現況届の提出はお済みですか?

中学校修了前の児童の養育者には児童手当が支給されます。児童手当を引き続き受けるには現況届の提出が必要です。現況届の用紙は6月以降に子ども青少年局から送付しています。

☎子ども青少年局子ども家庭課 ☎641-8411 ☎641-8412

青葉区役所子ども家庭係 ☎978-2459 ☎978-2422

区民活動支援センター 第7回 まち活カフェ

今月のテーマ 「子ども・子育て」(学齢期編)

「まち活カフェ」は地域活動に関心のある人がワイワイ集まり、コーヒー片手に意見交換をする場。何かを始めたい人、つながりたい人、気軽に参加してください。

☎8月29日(木)10時～12時

☎区民活動支援センター(区役所1階) ☎

☎15人 ☎ ¥50円

☎区民活動支援センター ☎978-3327 ☎972-6311

子育て応援保育園

公立保育園では、地域で子育てをしている皆さんを対象に、園庭開放や育児相談などさまざまな育児イベントを実施しています。各園のスケジュールはこちらから！

青葉区 子育て応援保育園 検索
保育担当
☎978-2428 fax 978-2422

どにち★ひろば

民間事業者等と青葉区が協働し、親子で楽しめるイベントを土・日曜に実施しています！(原則参加無料)

たまプラーザ地域ケアプラザ ぷらざるーむ(東急田園都市線「たまプラーザ駅」直結)
【参加事業者】アサヒグループ食品株式会社、一般財団法人言語交流研究所・ヒッポファミリークラブ、株式会社フロンティア・パートナーズ、有限会社マハナインターナショナルリミテッド、メガロスクロス市ケ尾24(五十音順)
本を読む子を育てる講座、親子運動教室など
8月20日までに青葉区HP抽(定員に満たない場合は、☎にて2次募集受付)※実施日・定員などプログラムの詳細は青葉区HPをご覧ください。
子育て支援担当
☎978-2456 fax 978-2422



食育講座(予約不要)

福祉保健センター1階⑩番
母子健康手帳 健康づくり係
☎978-2441 fax 978-2419
●プレ離乳食(4か月児健診と同日開催)
8月20日、9月10日(火)各14時20分～15時
5～6か月児と保護者
離乳食の始め方、進め方、食生活相談
●パクパク幼児食(1歳6か月児健診と同日開催)
8月22日・29日、9月5日(木)各14時～15時
1～2歳児と保護者
完了期から幼児食への進め方等展示や食生活相談
●幼児期の食育体験(3歳児健診と同日開催)
8月23日・30日、9月6日(金)各14時～15時
3歳～未就学児と保護者
幼児食についての展示、食育体験、食生活相談

こどもの食生活相談

8月21日(水)9時～11時(相談時間30分程度)
福祉保健センター1階⑩番
離乳食～学齢期の子の保護者
離乳食、小食、好き嫌い等食生活に関する個別相談
☎☎で健康づくり係(☎978-2441 fax 978-2419)へ。

パパの子育て教室(日曜開催)

9月8日(日)9時20分～12時
ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ
区内在住ではじめて父親、母親(妊娠27～35週)になる人 25組
妊婦疑似体験等体験実習、交流会ほか
8月15日までに青葉区HP抽
子育て支援担当
☎978-2456 fax 978-2422

人とまちとつながる座談会 子育てをひろく

子育て世代にとって魅力いっぱいの青葉区について意見交換します。
9月10日(火) 9月19日(木)各10時～12時
①地域子育て支援拠点ラフルサテライト ②地域子育て支援拠点ラフル
区内在住の子育て中の人(未就園児は同伴可)
必要事項、生年月日(親子とも)、☎、参加希望回、参加動機を明記し、☎で事務局(☎event@morinooto.jp)へ。
子育て支援担当
☎978-2456 fax 978-2422

離乳食教室

9月11日・25日(水)各13時30分～15時
福祉保健センター1階
7～9か月児と保護者 各35組
離乳食の話(2回食中心)、調理実演、試食
子のスプーン、エプロン、口拭き(タオル等)
実施日3週間前から青葉区HPか☎で健康づくり係(☎978-2441 fax 978-2419)へ。先

なしかちゃんくらぶ ～あおば子育てカレッジ～

9月12日(木)10時～11時15分(受付9時40分から)
福祉保健センター1階⑩番
1歳7か月～2歳の子と保護者15組(妊婦不可。2回まで参加可)
体を動かした親子遊びほか
8月20日までに青葉区HP抽
子育て支援担当
☎978-2456 fax 978-2422

乳幼児歯科相談

9月17日(火)13時30分～14時45分
福祉保健センター1階⑫番
0歳～未就学児 25人
持歯ブラシ、母子健康手帳
☎☎で子育て支援担当(☎978-2456 fax 978-2422)へ。先

青葉区区民企画運営講座

つながろう! SMILEママライフ ～楽しむうちに仲間になる～

①9月19日(木)「保育・講座オリエンテーション」②9月26日(木)「体と声で奏でるカラダオーケストラ」③10月10日(木)「ママ目線の防災講座」④10月24日(木)「未来が輝くコーチング」⑤11月7日(木)「手仕事&おしゃべりタイム(1)リボンのリース作り」⑥11月21日(木)「手仕事&おしゃべりタイム(2)ハーバリウムボールペン作り」10時～12時 全6回
①④⑤⑥区役所 ②青葉公会堂 ③ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ
6か月以上の未就学児(申込時点)の保護者 20人
¥1,400円(全回分) ※保育雑費別途500円(全回分、子1人につき)
必要事項、子の名・生年月日・性別、保育希望の有無を明記し、☎か往で文化・コミュニティ係(☎978-2295 fax 978-2413 ☎ao-bunkomi@city.yokohama.jp)へ。9月3日(着)抽
※主催:SMILEママ運営委員会

青葉区区民企画運営講座

みんなあそび 公開講座「おもしろ紙ヒコーキ大会」

9月21日(土)10時～12時
さつきが丘小学校
小学生と保護者 10組(幼児同伴可)
¥100円(材料費含む)
必要事項、子の名・学年を明記し、☎か☎で文化・コミュニティ係(☎978-2295 fax 978-2413 ☎ao-bunkomi@city.yokohama.jp)へ。9月5日(着)抽
※主催:みんなであそび隊運営委員会

ニコニコピカピカ1歳児～1歳児の歯の教室～

9月26日(木)10時～11時

②8月20日 ③8月22日 ④8月17日 ⑤8月18日から☎か☎かHP先 ※日程は要問合せ

福祉保健センター1階⑩番
2018年7月～10月生まれの子と保護者 40組
持歯ブラシ、母子健康手帳
8月21日8時45分から青葉区HPか☎で健康づくり係(☎978-2441 fax 978-2419)へ。先

福祉・保健

親あるうちのライフデザインセミナー グループホームでの生活

8月20日(火)13時30分～15時30分
区役所4階会議室
障害のある人の家族・支援者 100人先
横浜市グループホーム連絡会
あおば地域活動ホームすてっぴ
☎988-0222 fax 985-1588

親あるうちのライフデザインワークショップ 障害サービスや制度について、情報交換やミニ講話

9月12日(木)13時～15時
ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ(市ケ尾町25-6)
障害のある人の家族、支援者、テーマに関心のある人 40人
8月26日～9月6日に☎か、必要事項を明記し、☎であおば地域活動ホームすてっぴ(☎988-0222 fax 985-1588)へ。先

肺がん検診の日程

9月13日(金)午前(予約時に時間指定)
福祉保健センター1階
¥680円(※)
8月30日～9月6日に☎で健康づくり係(受付時間:平日8時45分～17時 ファクス不可)へ。定員になり次第締切り(※)次の①～⑤に該当する人は無料になります。詳しくはお問い合わせください。①1950年4月1日以前生まれの人(持保険証または免許証等)②65～69歳で一定程度の障害があり後期高齢者医療制度被保険者の人(持保険証)③生活保護世帯の人(持休日・夜間等診療依頼証)④中国残留邦人支援給付制度適用の人(持本人確認証)⑤前年度市県民税非課税世帯または均等割のみ課税世帯の人(健康づくり係での事前申請が必要)
健康づくり係
☎978-2438～41 fax 978-2419

施設からのお知らせ

特に記載のないもの問合せ、申込みは各施設へ。



山内図書館

〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-1225 fax 902-4492
休館日:8月13日(火)

おはなし会「空とぶじゅうたん絵本と語り」

①8月23日(金)(1)11時から(2)11時30分から ②8月28日(水)15時30分から
①1歳以上の子と保護者 ②一人で聞ける3歳以上の子
HP抽

あおば紙芝居一座とっしょに紙芝居をつくろう

9月4日・18日、10月2日(水)10時～12時 全3回
10人
持紙芝居作成に使用する素材
8月11日9時30分から☎かHP先

移動図書館「はまかぜ号」

本の予約・問合せは中央図書館サービス課
☎262-0050 fax 231-8299
※荒天中止(13時30分以降サービス課へ電話確認を)

①奈良町第三公園 ②奈良山公園

8月20日、9月3日(火)①各14時20分～14時45分 ②各15時15分～15時55分

男女共同参画センター横浜北

〒225-0012 あざみ野南1-17-3 (アートフォーラムあざみ野内)
☎910-5700 fax 910-5755
休館日:毎月第4月曜
※保育あり(予約制・有料)

女性としごと応援デスクミニセミナー

老後の備えは大丈夫?～アラフィフ女性のためのライフ&マネープランニング
9月12日(木)10時～12時
女性15人
8月11日9時から☎かHP先

健康スタジオ6か月コース

①ベーシック・ヨガ ②初めてのバレエエクササイズ ③女性のためのコンディショニング・ヨガ ④やさしい胸体力 ⑤こころにやさしい整体法
10月～2020年3月の①日曜 ②火曜 ③木曜 各10時～11時30分 各全22回
④隔週土曜 10時～11時30分 ⑤隔週日曜 14時30分～16時 各全11回
各25人(③は女性のみ)
¥①②③各32,000円 ④⑤各16,000円(全回分)
持動きやすい服装、タオル、飲み物
2か月～未就学児
8月18日

青葉公会堂

〒225-0024 市ケ尾町31-4
☎978-2400 fax 978-2420
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

ラグビー元日本代表・世界選抜の吉田義人さんのラグビー講演会

8月31日(土)19時～20時30分(18時30分開場)
600人
HP抽
青葉スポーツセンター
☎974-4225 fax 972-0309

秋の青葉寄席

10月26日(土)14時から
小学生以上 600人
¥1,200円(ペアの場合 2,000円)、中学生以下700円
区内在住の林家錦平師匠による落語会
8月12日11時から☎かHP先

美しが丘西地区センター

〒225-0001 美しが丘西3-60-15
☎903-9204 fax 903-9206
☎uw2@g07.itscom.net(自主事業専用)
休館日:毎月第3火曜

はじめてのスペイン語レッスン

9月7日・21日・28日、10月12日・19日・26日、11月2日・16日(土)13時30分～14時50分 全8回
15人
¥4,000円(全回分)

必要事項、年齢、性別を明記し、往か返か☎8月20日(着)抽

わんぱくホリデー 「わんぱくおやつクッキング ～白玉ぜんざいを作ろう!～」

9月11日・18日(水)各15時15分～17時
小学生 各19人
¥各200円
8月11日10時から☎かHP先

おもてなし料理シリーズ～チキンオーバースライスとトマトのブルスケッタなど～

9月13日(金)10時～13時30分
16人
¥1,500円
持三角巾、エプロン、布巾、筆記用具
必要事項、年齢を明記し、往か返か☎8月20日(着)抽

①シェイプアップエアロビクス ②やさしいヨガ

9月13日～10月18日の金曜 ①9時20分～10時20分 ②10時30分～11時30分 各全6回
各50人
¥各2,000円(全回分、保険料含む)
持動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物、ヨガマット(あれば)
必要事項、年齢を明記し、往か返か☎8月25日(着)抽

そば打ち入門講座

9月26日、10月24日(木)9時30分～14時 全2回
8人
¥2,500円(全回分)
必要事項、年齢を明記し、往か返か☎9月10日(着)抽

●アイコンの見方は7ページを参照してください。●郵便料金が改定されています。△62円 往124円

■ Chat in English

①初心者レベル ②日常会話レベル
㊟9月28日(土) ①18時30分～19時15分
②19時30分～20時15分
👤各10人 料 各500円
㊟8月12日10時から ☎か ☎先

山内地区センター

〒225-0011 あざみ野2-3-2
☎901-8010 ㊟901-5544
㊟yamauchi-wanpaku@a05.itscom.net(わんぱくホリデー専用)
休館日:毎月第3月曜(祝日の場合は翌平日)

■ 保険を賢く選んで人生100年時代に備える

㊟9月11日(水) 9時30分～11時30分
👤20人 料 300円
㊟8月11日10時から ☎か ☎先

■ みんなで脳活レク! 自分に合う脳トレを見つけよう

㊟9月13日(金) 13時30分～15時
👤65歳以上 50人 ㊟8月11日10時から ☎か ☎先
※共催:美しが丘・大場・たまプラーザ地域ケアプラザ、青葉区社会福祉協議会、山内地区社会福祉協議会

■ どうする?わが家の防災シリーズ第2弾 ~要介護者がいる家庭の防災について考える~

㊟9月18日(水) 9時30分～11時 📄20人
㊟8月11日10時から ☎か ☎先

■ わんぱくホリデー「おもちゃの病院」

㊟9月21日(土) ①10時から ②11時から ③13時から ④14時から
👤小学生と保護者 各5組 料 部品代実費
持 壊れたおもちゃ(家電製品、事務機器、IC仕様のおもちゃのIC修理は不可)、新しい乾電池(乾電池使用のおもちゃの場合)
㊟必要事項、学年、性別、希望時間帯、おもちゃの名称・壊れている部分を具体的に明記し、往か 返か ☎ 9月10日(着)抽

■ 韓国家庭料理を作ろう ~隠し味が効いたチーズダッカルビほか~

㊟9月21日(土) 10時～13時 📄20人
料 1,500円 ㊟8月11日10時から ☎か ☎先

■ そば打ち入門講座

㊟9月25日、10月23日(水) 9時30分～14時 全2回 📄8人 料 2,500円(全回分)
㊟必要事項、性別を明記し、往か 返9月2日(着)抽

大場みすずが丘地区センター

〒225-0016 みすずが丘23-2
☎974-0861 ㊟974-0862
休館日:毎月第2火曜

■ 素敵に和食御膳

豚かたまり肉の香り蒸しほか
㊟8月23日(金) 10時～13時 📄10人
料 1,500円 ㊟8月11日から ☎先

■ リフレッシュ体操

㊟9月3日～12月3日の火曜 13時～14時30分 全10回 📄中高年の人 20人
料 2,000円(全回分) ㊟8月11日から ☎先
※日程は要問合せ

■ こだわりの本格そば打ち教室

㊟9月11日、10月9日(水) 9時30分～14時 全2回 📄8人 料 4,000円(全回分)
㊟8月11日から ☎先

■ ベビーマッサージ教室

①9月コース②10月コース
㊟①9月12日・19日・26日(木) ②10月10日・17日・24日(木) 各10時30分～11時30分 各全3回 📄2～12か月の子

と母親 各10組 料 各1,500円(全回分)
㊟必要事項、年齢、性別を明記し、往か 返
①9月2日 ②9月30日(着)抽

■ シニアパン教室 秋コース

①ジャムパン②レーズンパン
㊟①9月25日(水) ②10月23日(水) 各10時～13時 📄65歳以上 11人
料 3,000円(全回分) ㊟8月11日から ☎先

藤が丘地区センター

〒227-0043 藤が丘1-14-95
☎972-7021 ㊟972-7031
休館日:毎月第4火曜

■ ベビーマッサージでほんわか!

㊟9月3日・10日(火)10時～11時15分 全2回
📄4～9か月の子と母親 20組 料 1,000円(全回分)
持 子の飲み物、バスタオル(大きめ) ㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先

■ 日常の動作が楽になる正しい身体の使い方～骨盤・膝編～

㊟9月3日～10月15日の火曜(9月24日を除く) 10時～11時30分 全6回 📄10人
料 6,000円(全回分、ボールレンタル料・保険料含む) ㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先

■ 手づくり味噌に挑戦しませんか

㊟9月10日(火) 11時～14時
📄24人 料 3,000円 持 三角巾、エプロン、タオル、筆記用具、味噌を入れる容器
㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先

■ FPから学ぶ「暮らしとお金・安心講座」

①自分で切り開くセカンドライフ
②iDeco・つみたてNISAの仕組みと活用策
㊟①9月12日(木) ②10月10日(木) 各9時30分～11時30分 📄各16人 料 各500円
㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先

■ 秋の園芸講座

秋植え球根の植付けと秋まき草花の種まき
㊟9月17日(火)13時～15時30分 📄20人
料 500円 ㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先

■ 後期・健康体操教室(月曜コース)

①ビューティストレッチ ②リフレッシュシニア ③有酸素運動
㊟10月21日～2020年3月9日の月曜(11月4日、12月23日～2020年1月13日、2月24日を除く)①9時35分～10時35分 ②13時15分～14時45分 ③11時～12時 各全15回(③のみ11月11日から全13回) 📄①80人 ②100人 ③50人
料 ①4,000円 ②2,000円(各全回分、保険料含む) ③各200円 ㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先(③のみ ☎先)

■ 後期・健康体操教室(木曜コース)

①健康づくり②健美操③健康カラテ体操
㊟10月24日～2020年3月5日の木曜(12月19日～2020年1月16日を除く)①9時45分～11時 ②11時45分～12時45分 ③13時15分～14時45分 各全15回
📄①100人 ②80人 ③50人 料 ①2,500円 ②③3,000円(各全回分、保険料含む)
㊟8月11日から ☎か ☎か ☎先

若草台地区センター

〒227-0045 若草台20-5
☎961-0811 ㊟961-1632
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)
臨時休館日:8月14日(水)・15日(木)

■ 若草台クローバーカフェ

～8月は体操とおしゃべり～
㊟8月30日(金) 9時45分～11時30分

料 100円(飲み物付き) ㊟ ☎

■ スプンク劇場

読み聞かせ、手遊び、エプロンシアターなど
㊟9月7日(土) 11時～11時30分 ㊟ ☎

■ スペシャル講座 KIHACHI総料理長に習うイタリアン

㊟9月11日(水) ①9時30分～12時 ②12時30分～15時 📄各12人
料 各2,000円(材料費含む) ㊟必要事項、希望時間帯を明記し、往か 返8月24日(着)抽

■ プチ・コンサート 山口真広ピアノコンサート

㊟9月14日(土) 14時～15時 ㊟ ☎

■ 親子リトミック

ピアノのリズムに合わせて親子で楽しもう。
㊟9月26日(木) ①10時～10時45分 ②11時～11時45分 📄①1歳6か月までの子と保護者 ②1歳6か月～1歳11か月の子と保護者 各10組 料 各500円(保険料含む) ㊟8月11日から ☎か ☎先

■ わかわかシルバー体操

㊟10月9日～2020年3月11日の水曜(10月30日、12月25日～2020年1月8日、2月5日・26日を除く) 全17回
①ゆっくりコース 9時20分～10時20分
②のんびりコース 10時30分～11時20分
③しっかりコース 11時30分～12時30分
📄区内在住の60歳以上 ①③各80人 ②50人 料 各3,500円(全回分、保険料含む)
㊟必要事項、年齢、性別、希望コースを明記し、往か 返9月18日(着)抽

奈良地区センター

〒227-0036 奈良町1843-11
☎963-5380 ㊟963-5381
休館日:毎月第2火曜

■ おはなしのくに なつやすみスペシャル

㊟8月21日(水) ①10時～10時45分 ②10時50分～11時30分 📄①未就学児 ②小学生
㊟絵本、大型紙芝居、語りなど ㊟ ☎

■ さわやかスポーツデー

パラリンピック公式種目にもチャレンジ!
㊟9月1日(日)13時～15時
持 上履き、飲み物 ㊟ ☎

■ ダンスパーティー

㊟9月8日(日)13時～16時
料 400円 持 女性はヒールカバー ㊟ ☎

■ FPに聞いてみよう キャッシュレス・電子マネー講座

㊟9月19日(木) 10時～11時45分
📄20人 料 100円(資料代)
㊟8月11日から ☎か ☎先

■ ①シェイプエアロビクス(後期) ②骨盤ストレッチ(後期)

㊟10月1日～2020年3月17日の火曜 ①9時15分～10時15分 ②10時30分～11時30分 各全15回 📄区内在住の人 各80人 料 各2,500円(全回分、保険料含む)
㊟必要事項、年齢、性別を明記し、往か 返9月3日(着)抽 ※当番制で会場準備または片づけあり。子連れ、車での来館不可。日程は要問合せ

■ 野菜ソムリエに教わる簡単ランチ 秋ごはんメニュー

㊟10月3日(木) 9時30分～13時30分
📄16人 料 800円 持 三角巾、エプロン、

布巾 ㊟8月11日から ☎か ☎先

荇田地域ケアプラザ

〒225-0013 荇田町494-7
☎911-8001 ㊟911-8121
㊟eda@yokohamashakyo.jp
休館日:毎月第3日曜

■ 夏休み企画「ボードゲーム」で学ぼう! ~認知症サポーター養成講座~

㊟8月23日(金) 17時～18時30分
📄小学生(保護者同伴) 20人
料 100円(軽食付) ㊟8月11日から ☎か ☎か、必要事項を明記し、☎先

■ 親の異変にどう気づく? 知っておきたい親の介護いろは

㊟8月23日(金) 17時30分～18時30分
📄40人 ㊟8月11日から ☎か ☎か、必要事項を明記し、☎先

■ 男塾主催第4回「お遍路一人旅紀行(松山～結願(高野山))」

㊟8月26日(月) 10時～11時30分
📄30人 ㊟8月11日から ☎か ☎か、必要事項を明記し、☎先

■ EETC主催第4回歴史講座「小田原宿と外郎物語り」

㊟9月14日(土) 13時30分～15時30分
📄45人 料 500円 ㊟8月11日から ☎か ☎か、必要事項を明記し、☎先

すすき野地域ケアプラザ

〒225-0021 すすき野1-8-21
☎909-0071 ㊟909-0072
休館日:毎月最終日曜

■ ~すすき野ポジティブエイジング講座~ キレイと元気のつくり方

歩き方・食事・口腔ケアを見つめ直して、より健康に!
㊟9月12日・19日・26日(木) 10時30分～12時 全3回 📄60歳以上の人 20人
㊟8月15日10時から ☎か ☎先

■ すずき野みんなで健康づくり

さまざまな体操を体験し、自分にあったものを見つけよう。
㊟①9月19日(木) ②10月30日(水) ③11月21日(木) ④12月6日(金) ⑤2020年1月17日(金) ⑥2月19日(水)
①14時～15時 ②③各10時～12時 ④⑤⑥各10時～11時 📄各10人
㊟8月20日10時から ☎か ☎先

■ すずきのさんち(サロン・カフェ)

ハワイアンコンサートとお茶会
㊟9月22日(日) 10時～12時
料 47人 料 200円
㊟8月26日10時から ☎か ☎先

老人福祉センター 横浜市ユートピア青葉

〒227-0044 もえぎ野4-2
☎974-5400 ㊟974-5405
休館日:毎月第3月曜

■ 「令和元年度後期趣味の教室」(10月～2020年3月)受講者募集

申込みは1人1教室
㊟必要事項、年齢を明記し、往9月2日(着)抽

①ラフター(笑い)ヨガ
㊟原則第2・4木曜 13時30分～14時45分 全11回 📄60歳以上の人 30人
料 1,850円(65歳以上1,200円)(全回分)
持 運動できる服装、運動靴、タオル、飲み物

②心もキレイ「書道」

㊟第2・4月曜 14時30分～16時 全12回
👤60歳以上の人 12人
💰1,500円(全回分) 持上履き、書道道具一式

③人生の潤い「詩吟」

㊟第2・4火曜 14時30分～16時 全12回
👤60歳以上の人 12人
💰1,000円(全回分) 持上履き、飲み物

④夢中になる「塗り絵」

㊟第2水曜 9時30分～11時 全6回
👤60歳以上の人 10人 💰1,000円(全回分)
持上履き、色鉛筆(12色程度)

※日程は要問合せ

令和元年度後期(10月～2020年3月)ADL体操

日常生活動作を続けられるよう椅子に座って行う体操

㊟第2・4水曜 11時30分～12時30分 全12回 👤60歳以上の人 90人

💰1,850円(65歳以上1,200円)(全回分)
※前期(4～9月)参加者は無料

持運動できる服装、運動靴、タオル、飲み物
申必要事項、年齢を明記し、往9月13日(着)抽

※日程は要問合せ

さつきが丘地域ケアプラザ

〒227-0053 さつきが丘12-1
☎972-4769 ㊟972-4759

包括連続講座 第2回

ファイナンシャルプランナーが伝える
～50分でわかる介護・住まい・お金の話～

㊟8月19日(月)10時～11時30分

👤40人 申8月11日から㊟か㊟先

夏の工作、自由研究～野菜スタンプの
あずま袋ワークショップ～

㊟8月20日(火)13時～14時30分

👤園児(保護者同伴)、小学生 10人

💰1,500円(資料・教材費含む)

申8月11日から㊟か㊟先

珈琲の美味しい入れ方講座

㊟8月29日(木)・31日(土)13時30分～

15時 全2回 👤20歳以上の人 20人 先

💰800円(全回分、資料・材料代含む)

申8月11日から㊟か㊟先

さつき元気足講座

健康は足元から! 足のケア、歩き方などを学びます。

㊟9月3日(火)15時～16時 👤40歳以上の人 30人

申8月11日から㊟か㊟先

走り方教室～かけっこに自信がつく!～

㊟9月7日・28日(土)各10時～12時

👤小・中学生 15人 💰各1,000円

申8月11日から㊟か㊟先

包括連続講座 第3回

自分の家族のための相続対策
～今のうちから考えておくべきこと～

㊟9月8日(日)10時～11時30分

👤40人 申8月11日から㊟か㊟先

恩田地域ケアプラザ

〒227-0066 あかね台2-8
☎988-2010 ㊟988-0901
休館日:毎月第4月曜

骨盤底筋トレーニング塾

㊟9月3日・17日、10月1日・15日、11月5日・

19日、12月3日・17日(火)15時15分～16時30分

全8回(9月3日のみ15時10分開始) 👤18歳以上の女性 25人

💰2,800円(全回分、保険料含む)

持飲み物、バスタオル、ヨガマット(あれば) 申8月11日から㊟か㊟先

医師に聞く 在宅医療

㊟9月13日(金)14時～15時 👤25人

申8月11日から㊟か㊟先

奈良地域ケアプラザ

〒227-0036 奈良町1757-3
☎962-8821 ㊟962-9847
休館日:毎月第1月曜

人生100年時代に備える
60歳からの知っ得くセミナー 第4弾

㊟8月29日(木)13時30分～15時

👤60歳以上の人 30人

持終の棲家について

申8月11日から㊟か㊟先

人生100年時代に備える
60歳からの知っ得くセミナー 第5弾

㊟9月18日(水)14時～15時30分

👤60歳以上の人 30人

持元気に歩ける体づくり

申8月11日から㊟か㊟先

荏田コミュニティハウス

〒225-0012 あざみ野南1-4-1
赤田東公園内 ☎/㊟479-1149
休館日:毎月第2水曜

デコ☆フォトフレーム

夏の思い出をつめこんだフォトフレームを作りましょう。

㊟8月24日(土)10時～11時30分

👤園児(保護者同伴)、小学生 10人

持貝殻、ボタン、リボンなど

申8月11日から㊟か㊟先

荏田西コミュニティハウス

〒225-0014 荏田西1-4-2
☎/㊟507-1213
休館日:毎月第4月曜

子育て相談

㊟8月15日・22日・29日、9月5日(木)

各9時30分～11時30分

👤親子 各20組 申㊟先

えだにし科学実験隊2019
第2回 光と遊ぼう

㊟8月21日(水)9時30分～11時30分

👤小学生 30人

💰200円(保険料含む)

申8月11日から㊟か㊟先

おはなしの森

おはなしやびっころさんによる読み聞かせ、歌、紙芝居、手遊び

㊟9月4日(水)10時30分～11時

👤親子20組 申㊟先

青葉台コミュニティハウス「本の家」

〒227-0062 青葉台2-25-4
☎981-1400 ㊟981-9883
㊟aobadai@h02.itscom.net
休館日:毎月末日

おはなしの部屋

エプロンシアター「くいしんぼうかいじゅう」ほか

㊟8月21日(水)10時30分～11時 申㊟

子どもフラダンスにチャレンジ!
～あなたも素敵なフラダンサー～

㊟9月4日・11日・18日・25日(水)16時

30分～17時30分 全4回

発表会 10月26日(土)13時～16時

👤園児～小学生 10人

💰400円(全回分、保険料含む)

申8月11日から㊟か㊟先

フライデーヨガⅡ期

㊟9月6日～11月22日の金曜 ①15時15分～16時15分

②16時40分～17時40分 各全12回

👤20歳以上の女性 各20人

💰各4,000円(全回分、保険料含む)

申必要事項、希望の時間を明記し、㊟か㊟か往か返 8月21日(着)抽

大人の初級英会話教室

㊟9月12日・19日・26日(木)18時30分～20時

全3回 👤10人

💰2,000円(全回分)

申8月11日から㊟か㊟先

青葉区制25周年
記念イベント
第2回おんがくの部屋

～落語お楽しみ会～

㊟9月14日(土)11時～12時

👤80人

申8月11日から㊟か㊟先



うたごえ広場

ギターの伴奏に合わせて歌いましょう!

㊟9月19日(木)13時～14時30分

👤20歳以上 30人

💰300円(飲み物付き)

申8月11日から㊟か㊟先

青葉国際交流ラウンジ

〒227-0064 田奈町76(青葉区区民交流センター「田奈ステーション」内)
☎989-5266 ㊟982-0701
㊟aobaloungeintl89h1@t07.itscom.net
休館日:毎月第4日曜

日本語学習者募集(①日本語教室
②子ども学習補習教室)

㊟①水曜10時15分～11時45分、木曜18時30分～20時、土曜10時～11時30分

(初めての参加者は15分前までに来てください。)

②水曜16時～17時30分、17時30分～19時

👤①中学校卒業以上②2020年4月小学校入学予定の子～中学生

💰①のみ各クラス月300円

㊟①のみ水・土曜はあり(1歳6か月～6歳、1週間前までに要予約) 申㊟

やさしい英語でレクチャーNo.23
高橋先生の英会話スキルアップ講座No.9

英語字幕翻訳に挑戦してみませんか?

㊟9月28日(土)14時～16時

👤40人 💰500円(学生200円)

申8月11日から㊟か㊟先、必要事項を明記し、㊟先

新石川スポーツ会館

〒225-0003 新石川3-1346
☎/㊟911-9870
休館日:毎月第2月曜(祝日の場合は翌平日)

なごみサロン～話す・聴く・動く
出入り自由のお気軽サロン～

㊟8月27日(火)13時30分～15時

💰100円(飲み物・茶菓子付き) 申㊟

くろがね青少年野外活動センター

〒225-0025 鉄町1380
☎973-2701 ㊟972-1093

申(共通) 必要事項、年齢、学年、性別を明記し、往か㊟

はじめての野球Ⅱ期

㊟9月6日・20日、10月4日・18日、11月

1日・15日(金)15時30分～16時30分 全6回

👤小学校1・2年生 20人

💰4,200円(全回分、保険料含む)

申7月28日～8月11日(消)抽

親子カヤック教室D

㊟9月8日(日)9時30分～12時30分

※流しそうめん参加者は14時解散

👤小・中学生と保護者 10組20人

💰1組 6,000円(保険料含む)

※流しそうめん参加は別料金

持帽子、着替え、サンダル、タオル、健康保険証 申8月1日～15日(消)抽

フットサルクラブⅡ期

㊟9月19日・26日、10月3日・10日・17日・24日・31日、11月7日・14日・21日(木)

15時15分～16時 全10回

👤未就学児(幼稚園年中～年長相当) 8人

💰6,500円(全回分、保険料含む)

申8月16日～30日(消)抽

ほっとサロン青葉

〒225-0014 荏田西2-14-3
ハーモス荏田2階
☎910-1985 ㊟910-0106
休館日:毎週月曜

土曜サロン

①発達障害者のためのぼくらの情報館I
②精神障害者のためのぼくらの情報館II

㊟①8月3日、9月7日(土)②8月17日(土)各13時30分～15時(時間内出入り自由)

👤①発達障害当事者の語る会参加希望者 ②精神障害当事者 申㊟

出前サロンin①荏田 ②さつきが丘 ③奈良 ④美しが丘 ⑤市ケ尾 ⑥たまブラザー ⑦恩田

㊟①8月13日(火) ②8月16日(金) ③8月28日(水)

④8月30日(金) ⑤8月15日(木) ⑥8月9日(金) ⑦8月16日(金)各14時～16時

持各地域ケアプラザ

👤メンタルの相談、交流を希望する人

申㊟

①就労相談 ②医療相談

㊟①8月15日(木)14時から ②8月23日(金)13時30分から

👤①精神障害者就労相談 ②精神科医療に関する相談 申㊟か㊟

利用者懇談会

㊟9月4日(水)10時30分～12時

青葉区社会福祉協議会

〒225-0024 市ケ尾町1169-22
☎972-8836 ㊟972-7519
㊟info@aosa.jp

拡大写本ボランティア養成講座

㊟9月7日・14日・21日・28日、10月5日・12日・26日、11月2日(土)14時～16時

全8回(9月28日のみ10時～12時)

👤区内在住・近隣区の人 15人

💰500円(材料費)

申8月11日から㊟か㊟先、必要事項を明記し、㊟か㊟先

ガイドボランティア講座

「視覚障害児・者のためのお出かけ付き添いボランティア講座」

㊟10月10日(木)13時～15時 👤20人

申8月11日から㊟(㊟479-9111)か㊟先

●アイコンの見方は7ページを参照してください。●郵便料金が改定されています。△62円 往124円

青葉区民文化センター フィリアホール

〒227-8555 青葉台2-1-1 東急スクエア本館5階 ☎985-8555 fax 985-8560 休館日:毎月第3水曜 定員500人 ※未就学児不可(8月23日、9月10日を除く)
 申 フィリアホールチケットセンター ☎982-9999 HP http://www.philiahall.com/(24時間オンライン予約)



■ フィリアホール区民企画事業 バリアフリーコンサート LET'S COME TOGETHER

小さな赤ちゃんから障害のある人やケアホームに入っている人でも、
 みんなでロビーコンサートを楽しもう♪

🕒 8月23日(金) 11時開演 ¥1,000円、親子券1,500円(0歳から)、兄弟・介助者 500円
 📍 コハーン・イシュトバーン、松本紘佳
 申 **必要事項**、チケット枚数を明記し☎(☎ticket.info.222@gmail.com) ※主催:偷音

■ 0歳からのキッズのためのプチコンサート お母さんの声から生まれたコンサート

じっと聴いてられない・途中で泣いてしまう子ども、
 公園で音楽を聴く雰囲気での音楽を楽しんでもらえるロビーコンサートです。



🕒 9月10日(火)
 ①1部:0~1歳児向け 10時45分~11時15分
 ②2部:2~3歳児向け 11時45分~12時15分
 📍 ①150人 ②100人 ¥各500円
 📍 サクソフォン:木村有沙 クラリネット:倉内理恵
 ホルン:高橋朋子 トロンボーン:永井嗣人 打楽器:富田真以子

申 8月11日11時から☎か☎先
 ※車いすの人や、障害がある人の控室や聴く場所の事前相談受け付けます。

■ 神奈川フィルの名手による室内楽シリーズ《名曲の午後》 「シェーンベルクの『浄夜』」

爛熟した心の機微を描く、屋下がり室内楽
 🕒 10月3日(木) 14時開演 ¥全席指定 2,500円
 📍 バイオリン:崎谷直人、直江智沙子
 ビオラ:大島亮、中恵菜
 チェロ:門脇大樹、矢部優典
 ピアノ:草冬香
 申 ☎か☎かHP



崎谷直人▶

■ あおばカノン2020 チャリティコンサート(vol.3) ～音楽で心をつなごう～ 出演者募集

0歳からホールで生演奏を楽しむことができるコンサートです。

🕒 2020年3月6日(金) 11時開演(1団体10分)
 【応募条件】

- ①区内で活動中の団体、区内在住・在勤メンバーがいる団体又は区内在住の人の推薦がある団体
- ②11月の説明会及び3月5日(木)のリハーサルに参加できること



※アンプ、電気系楽器、和太鼓は使用できません。詳細は要問合せ

¥1組2,000円
 申 応募用紙(フィリアホール窓口かHPから入手)に必要事項を記入のうえ、
 ☎か直接フィリアホールへ。9月15日(着)

ご招待 区民の皆さんをフィリアホールのコンサートへ
 抽選で招待します!

土曜ソワレシリーズ《女神との出逢い》 ベロニカ・エーベルレ バイオリン・リサイタル

ドイツ弦楽界を驚愕させた抜群の才能が、フィリアホール初登場!

🕒 9月7日(土) 17時開演
 📍 区内在住の人 2組4人(5席5,000円のチケット)
 ※1組につきチケット2枚
 申 **必要事項**を明記し、☎でフィリアホールへ。



▲ベロニカ・エーベルレ

8月19日(着)抽
 ※1人1回の応募のみ有効。抽選結果は8月28日に
 発送します。抽選に外れた場合も、公演チケット割引
 の案内を送ります。

横浜市民ギャラリーあざみ野

〒225-0012 あざみ野南1-17-3(アートフォーラムあざみ野内)
 ☎910-5656 fax 910-5674 休館日:毎月第4月曜
 ※保育あり(予約制、有料) 1歳6か月~未就学児、4日前までに申込み



■ ショーケースギャラリー 棕本真理子展

🕒 9月24日(火)まで9時~21時 📍 盆栽や花壇、ダムやリゾート地などの人工の
 風景をモチーフにFRP(樹脂)で制作 申 画

■ アートフォーラムあざみ野 Welcome! ロビーコンサート

日曜の昼はアートフォーラムあざみ野へ!
 🕒 ①8月11日(日)②8月25日(日)③9月8日(日)各12時~12時40分
 📍 ①吉田翔太さん(ピアノ)、八百板芽威さん(フルート)、飯田彰子さん(ピアノ)
 ②野田ともこさん(バイオリン)、手塚ちえさん(バイオリン・ビオラ)、麻生はるかさん
 (ピアノ) ③田辺陽子さん(サクソフォン)、近藤佳子さん(ピアノ)、佐々木ふみさ
 さん(フルート)、石井淳さん(ファゴット)、磯部章子さん(ピアノ) 申 画

■ あざみ野カレッジ 現代美術探求ラボ vol.6 いま「限界芸術」を再考する

🕒 8月31日(土) 14時~16時 📍 高校生以上 40人程度 ¥500円
 📍 福住廉さん(美術評論家)
 申 8月11日から☎か☎かHP先

こどもの国

〒227-0036 奈良町700 ☎961-2111 fax 962-1366
 休園日:毎週水曜(8月14日は開園)
 入園料:大人600円、小・中学生200円、幼児(3歳から)100円
 65歳以上平日のみ300円(要証明提示) ※行事の詳細はHP参照



■ 目指せセミとり名人

セミを何匹捕まえられるかな? セミとり名人には景品をプレゼント!
 🕒 8月18日・25日(日) 13時ビジターセンター集合 ※雨天中止
 持 野外で活動できる服装・靴、タオル(汗拭き)、飲み物、虫あみ、虫かご、虫よけ
 申 画

■ ペットボトルロケットを飛ばそう

ペットボトルに紙パックの翼をつけて飛ばしてみよう!
 🕒 8月31日(土)、9月1日(日) 10時~15時 ※雨天中止 申 画

青葉区地域子育て支援拠点

「ラフル」

〒227-0062 青葉台1-4 [6階]
 ☎981-3306 fax 981-3307

青葉区地域子育て支援拠点

「ラフルサテライト」

〒225-0024 市ヶ尾町1152-25 [1階]
 ☎979-1360 fax 979-1361



【共通】HP http://lafull.net/ 休館日:日・月曜、祝日
 📍 妊婦及び0歳~未就学児とその家族、地域で子育て支援に関わる人
 (ひろばで家族と過ごしながらか相談し、情報も得られます。)
 *印講座への参加は、登録・「ひろば」受付を済ませてから
 ※アイコンについて 🟩はラフル、🟦はラフルサテライトを示します。

■ 横浜子育てサポートシステム入会説明会

地域で子どもを預けたい人と預かる人をつなぐ会員制の制度
 🕒 🟩 8月17日(土) 🟦 9月6日(金) 各10時30分~11時30分
 📍 子どもを預けたい人、子どもを預かれる人 各回8人(子ども同席可) 申 前日ま
 までに☎か横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用電話(☎482-5518)へ。先

■ * プレママ向け企画

①ママになるあなたへ~おなかの赤ちゃんに絵本を~
 ②プレパパ・プレママ ラフル見学説明会
 🕒 🟩 ①8月17日(土)・20日(火) 各14時~15時 ②8月24日(土) 14時~15時
 📍 ①妊婦 ②妊婦とパートナー 📍 当事者同士の交流と情報交換
 申 前日までに☎か☎

■ * パパ向け企画

🕒 🟩 8月17日(土) 13時30分から パパと遊ぼう「新聞紙で遊ぼう」
 🟦 8月17日(土) 14時~14時30分 パパ・プレパパあつまれ
 🟦 9月7日(土) 13時30分~14時30分 家族であそぼう「小麦粉ねんど」 申 画

■ * おしゃべり会 0~6か月の赤ちゃんあつまれ

🕒 🟩 8月23日(金) 14時から(20分程度) 📍 生後0~6か月の子を育てている人
 📍 当事者同士の交流 申 前日までに☎か☎

■ ラフル同窓会&地域開放

8周年を迎えたラフルに出掛けてみませんか?
 🕒 🟩 8月31日(土) 15時~17時
 📍 小・中学生をはじめ、地域の人
 📍 工作コーナー、赤ちゃん人形の抱っこ体験コーナーなど 申 画

■ * 「シングルトーク」のサロン

当事者同士の交流と情報交換、ひとり親に関する情報提供、相談
 ゲスト:ひとり親サポート よこはま青葉区担当者
 🕒 🟩 9月11日(水) 14時から(30分程度) 📍 ひとり親、ひとり親になる予定、
 検討している人 8人(子ども同席可) 申 8月16日から前日までに☎か☎先

シリーズ企画 **青葉6大学を紹介します!** 第4回 企画調整係 ☎978-2216 fax978-2410

青葉6大学とは…

区内にある6つの大学。青葉6大学と青葉区は連携・協力についての協定を締結しています。この連載では各大学の特色や地域連携事業を中心に、1大学ずつご紹介していきます!

今月ご紹介するのは…



桐蔭横浜大学

大学紹介

桐蔭横浜大学は1988年学校法人桐蔭学園によって創設され、昨年創立30周年を迎えました。鉄町の緑豊かな丘の上にキャンパスがあり、2,400人以上の学生が学んでいます。

法学部、医用工学部、スポーツ健康政策学部ならびに大学院法学研究科(修士・博士)、工学研究科(修士・博士)、スポーツ科学研究科(修士)を設置しています。

最大の長は「少人数教育」と「実践型教育」です。教員も学生も対等という意識を持ち、一緒に「専門」を探求するパートナーであるべきだと考えています。「対話」と「協働」を大切に、教員と学生との間で深まる双方向のコミュニケーションを基に、真に値打ちのある教育を目指しています。

キャンパス情報

- 桐蔭横浜大学(法学部、医用工学部、スポーツ健康政策学部)
- 所在地: 鉄町1614



■ 桐蔭横浜大学ホームページ

桐蔭横浜大学 検索Q

● 大学に通いながら、地域防災の担い手として活躍する学生消防団員。桐蔭横浜大学では、その育成に力を入れて取り組んでいます(7月1日時点で19人!)。今回はそんな学生の皆さんに話を聞きました!

Qどのような活動をしていますか?

大学の昼休みを利用し、応急手当訓練や消火訓練等を行っています。また、地域の防災訓練や大学の学園祭などに参加し、区民の皆さんに消火器の取り扱い等をお伝えしています。



Qどのような時にやりがいを感じますか?

地域の皆さんから感謝されたり、子どもたちから憧れの眼差しをいただいた時には、地域防災を担う一員として貢献できていると感じ、やりがいを感じます。

Q最後にひとことお願いします!

学生消防団員は消防の技術や防災の知識を身に付けつつ、地域防災についているいると考えながら行動して、経験を積める場です。地域の安全のために頑張りますのでよろしくお願いいたします!



青葉6大学連携事業トピックス

青葉6大学連携特別講座について

今年度は「青葉6大学連携特別講座～東京2020オリンピック・パラリンピックに向けて～」として、各大学の特色を生かした講座を区役所で開催します。詳細は広報よこはま青葉区版9月号をご覧ください!



シリーズ企画 **あおば 健康スタイル** 第4回



～あおばに住んで、健康、長生き!～

美しい街並みや豊かな自然など青葉区の魅力を生かした、気軽に取り組める健康づくりやつながりづくりのヒントをシリーズで紹介していきます。

40歳から74歳の人へ 必ず受けよう! 特定健診

特定健診は、糖尿病や高血圧症等の生活習慣病の予防・早期発見のための健診です。自分の健康状態を知り、生活習慣を見直すきっかけにしましょう。

- 血液検査** (脂質・血糖・肝機能・腎機能)
- 血圧測定**
- 尿検査** (尿糖、尿蛋白、尿潜血)
- 身体計測** (BMI・腹囲)
- 問診** (食事・喫煙歴・服薬内容・運動習慣など)

横浜市国民健康保険の人

10,000円相当の健診が無料に!

- ① 医療機関を選ぶ
専用ダイヤルへお電話ください。
- ② 医療機関へ電話予約
[当日の持ち物] 保険証・受診券・問診票
※受診券・問診票は5月下旬に送付しています。

早期受診キャンペーン

9月30日までに受診した人の中から抽選で1,000人にズーラシア招待券などをプレゼント!
詳しくはこちら▶



75歳以上の人

横浜市健康診査を受診しましょう。詳しくは専用ダイヤルへ。

職場等の健康保険の人

加入している健康保険にお問い合わせください。

併せてがん検診も受けよう!

がんの早期発見・早期治療のために、「横浜市がん検診」も受けましょう。

横浜市けんしん専用ダイヤル ☎664-2606 (8時30分～17時15分 日曜・祝日・年末年始除く)

横浜市 特定健診 検索Q 問 健康づくり係 ☎978-2438 fax 978-2419

とういんがくえん 桐蔭学園シンフォニーホール公演 青葉区民ご招待!

ご厚意により桐蔭学園の文化・芸術イベントに区民の皆さんを抽選でご招待!



日時 10月7日(月) 15時50分～17時35分

公演名 わらび座ミュージカル「ジパング青春記」

伊達藩を襲った慶長の大地震・津波からの復興をわらび座が独創的なダンスや和太鼓を基調とする楽曲で描きます。作・作詞・演出 横内謙介、作曲 深沢桂子、振付 ラッキィ池田、彩木エリ



日時 10月21日(月) 15時50分～17時

公演名 和太鼓グループ 彩 -sai-

桐蔭学園和太鼓部OBにより東京大学のサークルとして結成された和太鼓グループ 彩 -sai-。「楽しいが響きわたる!」をモットーに、国内外で年間250回を超える演奏活動のほか、和のイベントプロデュースからタレント業まで、多岐にわたる活動を行う唯一無二のプロ和太鼓集団。

📍 桐蔭学園シンフォニーホール

※駐車場・駐輪場は利用できません。公共交通機関をご利用ください。

🏠 区内在住の人 各公演5組10人 ※未就学児不可

📄 必要事項、希望公演名を明記し、☎か📧で青葉区役所広報相談係(〒225-0024 市ケ尾町31-4 ☎978-2222 📧ao-bosyu@city.yokohama.jp)へ。8月31日(着)抽

※複数公演の申込不可。当選者のみチケットの発送をもってご連絡します。(各公演日の1週間前を予定)